



## Výroční zpráva o činnosti za r. 2015

### 1. JUDO CLUB Baník Ostrava

*Působí v městě Ostravě již od roku 1951*

Náš klub podporují :

### Sponzoři našeho klubu



Zpracoval: Ing. Martin Pavlica a kol.  
V Ostravě 23.3.2016

## Obsah

Úvodní slovo .....	2
Výkonný výbor .....	3
Trenérská rada.....	3
Členská základna.....	5
Tréninková střediska .....	6
<b>Sareza Ostrava Přívoz – Roman Martínek</b> .....	6
<b>Olympijské centrum Hrabůvka – Jan Janovský</b> .....	8
<b>ZŠ Škarvady – Matyáš Otto</b> .....	9
<b>ZŠ Kosmonautů – Pavel Olšovský</b> .....	10
<b>DDM Hlučín– Vítězslav Mečár</b> .....	11
<b>Mateřské školky – Markéta Pavlicová</b> .....	12
<b>ZŠ Březinova – Radek Ďurina</b> .....	13
<b>ZŠ Mitušova – Tomáš Heczko</b> .....	13
<b>ZŠ Proskovice – Josef Boháček</b> .....	14
<b>ZŠ Dolní Lhota – Hana Šalamounová</b> .....	14
Sportovní výsledky .....	15
<b>Mláďata – Matyáš Otto</b> .....	15
<b>Mladší žáci a žákyně – Michaela Boháčová</b> .....	16
<b>Starší žáci a žákyně – Jan Babinec</b> .....	17
<b>Dorostenci a dorostenky – Dušan Koza</b> .....	18
<b>Junioři a juniorky – Dušan Koza</b> .....	23
<b>Muži – Roman Martínek</b> .....	25
<b>Veteráni - Jiří Černota</b> .....	28
Ostatní aktivity.....	30
<b>Sebeobrana – Jiří Svitič</b> .....	30
<b>Sportovní centrum mládeže Ostrava – Dušan Koza</b> .....	30
<b>Regionální výběr žáků – R. Borbély</b> .....	31
<b>Sportovní středisko – Jan Babinec</b> .....	31
<b>Sportovní gymnázium – Dušan Koza</b> .....	34
<b>Centrum individuálních sportů Ostrava – Dušan Koza</b> .....	35
<b>Pořádání turnajů – Leoš Macháček</b> .....	35
<b>Pořádání klubových kempů – Leoš Macháček</b> .....	36
<b>Ples – Jan Babinec</b> .....	36
<b>Den dětí – Radek Ďurina</b> .....	38
<b>Judo show – Radek Ďurina</b> .....	38

## Úvodní slovo

Vážení členové, sponzoři a přátelé klubu, dámy a pánové,

Letos zde pomínu naše výsledky, nebudu psát o tom, co se nám povedlo, ale chtěl, bych jen konstatovat, že se nám podařilo překonat další rok. Mnohé se nám povedlo a mnohé musíme zlepšit. Úžasné, ale je, že se nám pořád nejen daří udržet, ale nadále rozšiřovat partu lidí, kteří v čase, který mohou věnovat sami sobě, své práci, svým koníčkům, nebo svým blízkým, věnují dětem. Dětem, které jsou naši budoucností. Je to něco co si jistě zaslouží hluboký obdiv a respekt. Každý z našich trenérů, kterých již nyní evidujeme na celých 40, s železnou pravidelností, mnozí den co den navštěvují tréninky svých svěřenců a poctivě a zodpovědně s nimi tráví čas a předávají své znalosti a zkušenosti, dětem od těch nejmenších, kterým je sotva pár let, až po zkušené matadory veteránských kategorií. Chtěl, bych jim tímto za to vše poděkovat a popřát hodně štěstí a trpělivosti v jejich nelehké práci.

Samozřejmě zde musím poděkovat nejen všem našim trenérům, ale také funkcionářům našeho klubu, jakož i trenérům a funkcionářům klubů, které s námi dlouhodobě spolupracují. Dále, chci poděkovat za podporu rodičů našich svěřenců, mnozí z nich zcela nezištně pomáhají jiným, ať už pomocí při účasti nebo dopravě po turnajích, až po téměř každodenní činnosti spojené s řízením nebo podpůrnými procesy vedení klubu. Poděkovat chci také těm, kteří nás podporují finančně a díky tomu pak můžeme naši činnost dělat v takovém rozsahu jako nyní. Mimo řadu z Vás rodičů našich dětí, kteří nás finančně podpořili je nutno také poděkovat zejména za finanční podporu Magistrátu města Ostravy, Krajskému úřadu Moravskoslezského kraje, úřadům městských obvodů Moravská Ostrava a Přívoz, Ostrava Jih a Ostrava Poruba a samozřejmě také všem dalším sponzorům.

Martin Pavlica, předseda klubu



## **Výkonný výbor**

Na valné hromadě, která se konala 19.6.2015, byl zvolen výkonný výbor beze změny ve stejném složení jako v roce předcházejícím:

Předseda	Pavlica Martin
Místopředseda	Koza Dušan
Hospodář	Markéta Pavlicová
Předseda klubové trenérské rady	Dušan Koza
Organizační pracovník pro administrativu	Babinec Jan
Organizační pracovník	Macháček Leoš
Organizační pracovník pro propagaci	Řurina Radek
Vedoucí střediska Hrabůvka	Janovský Jan

Mimo standardní úkoly týkající se vedení klubu a organizací různých aktivit např. účast na bambiriádě, organizace turnajů přípravků, klubových campů atd. se výkonný výbor v průběhu roku zabýval celou řadou dalších úkolů z nichž, bych zmínil zejména :

- v průběhu dubna 2015, bylo zahájeno aktivní jednání s odborem městským úřadem Ostrava-Jih ohledně rekonstrukce střechy nad šatnami a sociálním zázemím a rekonstrukce šaten a sociálního zařízení ve středisku mj. Nováka, v závěru roku pak započali práce a jednání na přípravě projektu této rekonstrukce,
- otevření Sportovní školy na ZŠ Kosmonautů 15, ve spolupráci s Českým svazem juda v rámci projektu judo do škol,
- proběhl úspěšný projekt v rámci EU spolu s judisty z Bulharského Slivenu „Judo as a job“,
- pořádání 1. kola Extraligy mužů a PČR ml. žáků a zákyň, plesu, judo show, Grand Prix Ostrava žáků, dorostenců a juniorů, Grand Prix Ostrava mužů a žen a dne dětí,
- zajištění materiálního vybavení trenérů; byla poskytnuta dotace ve výši 500,- Kč na zakoupení klubového oblečení ve fanshopu,
- zhotovení Roll-up pro propagaci sponzorů,
- sepsání smlouvy o provozování sportovní činnosti s L. Seleckým,
- vznik nezávodní skupiny pod názvem „judo pro všechny“ ve středisku Sareza,
- provedení inventury a označení majetku,
- J. Černota byl oceněn jako dlouholetý dobrovolný pracovník s mládeží starostou městského obvodu Ostrava-Jih,
- bylo rozhodnuto o zřízení spořicího účtu a investování volných finančních prostředků,
- byl ustanoven a zásadně rozšířen tým pro aktualizaci webu, portálu ČJUS a evidence členské základny ČSJU a to dobrovolníky z řad rodičů našich členů a dále byl zajištěn přístup a možnost vytváření novinek na našem webu pro vedení klubu a vedoucí všech středisek,
- byl zakoupen devítimístný vůz Peugeot Expert.

## **Trenérská rada**

Trenérská rada 1. Judo Clubu Baník Ostrava v roce 2015 pracovala a scházela se k jednání v tomto složení:

Předseda	Dušan Koza
Vedoucí družstva mláďat	Matyáš Otto
Vedoucí družstva mladší žáci a zákyň	Michaela Boháčová
Vedoucí družstva starší žáci a zákyň	Jan Babinec
Vedoucí družstva dorostenců a dorostenek	Dušan Koza
Vedoucí družstva juniorů a juniorek	Dušan Koza
Vedoucí družstva mužů a žen	Roman Martínek





Trenérská rada se scházela k jednání v pravidelných intervalech vždy ve čtvrtek, poslední týden v měsíci, na Sareze v Ostravě Přívoze

Z každého jednání byl předsedou trenérské rady vypracován podrobný zápis s jednání, kde byli srozumitelné úkoly a plány na další období. Zápis byl poté uložen na klubový intranet - One Drive. Ve spolupráci s našim klubem se podařilo uspořádat pro naše trenéry hned několik trenérských seminářů, které probíhali v neděli v dopoledních hodinách na Olympijském středisku Hrabůvka. Tyto semináře byli otevřené pro všechny zájemce nejen z řad trenérů našeho klubu, ale také všem zájemcům z řad klubů Moravskoslezského kraje, Olomouckého kraje a dalším.

V měsíci lednu seminář na téma: Principy páčení a škrčení, techniky škrčení a páčení. Průpravné a posilovací cvičení judo nejen pro boj v ne-waza, úpolové hry judo, kterého se účastnilo celkem 19. trenérů našeho klubu.

V měsíci březnu seminář na téma: Trénink judo s pomocí gumových expandérů, metodické učení technik Aši waza pro děti i pokročilé, poznatky z tréninku judistů na posilovači TRX, kterého se účastnilo celkem 8. trenérů našeho klubu.

V měsíci květnu seminář na téma: Posilování pro judo vlastním tělem, cviky pro rozvoj obratnosti. Metodické učení základních akrobatických prvků, prvotní učení základních pohybů u začínajících judistů při nízké věkové hranici 5. - 8. Let, kterého se účastnilo celkem 13. trenérů našeho klubu.

V měsíci listopadu se povedlo uspořádat seminář na téma: Vedení způsobu tréninku mladších a starších žáků, formy uči komi, nage komi, boje o úchop v žákovských kategoriích. Rozvoj síly, rychlosti a obratnosti - formy a způsoby cvičení na tatami, kterého se z našeho klubu účastnilo 9. trenérů.

Další semináře, kterých se naši trenéři, ale též rozhodčí účastnili, byli semináře konané pod patronací Českého svazu juda. Byli to semináře:

- změny v pravidlech soutěží judo a vývoj pravidel do budoucna,
- nácvik a správné provedení KATA v soutěžní podobě,

- seminář zaměřený na dorostenecké a juniorské závodní techniky judo v postoji pod vedením korejského olympijského šampiona Juana z OH v Atlantě.

Trenérská rada ovšem během roku aktivně reagovala na změny v trenérském obsazení jednotlivých středisek. Dále se podílela na nové organizaci naší nejmladší kategorie benjamínků a na změnách v organizaci turnaje přípravek.

Dalším významným úkolem trenérské rady je dobrá organizace turnajů všech kategorií. Také s tímto náročným úkolem se trenérská rada bez větších potíží dokázala vypořádat a vytipované turnaje úspěšně proběhly bez větších komplikací.

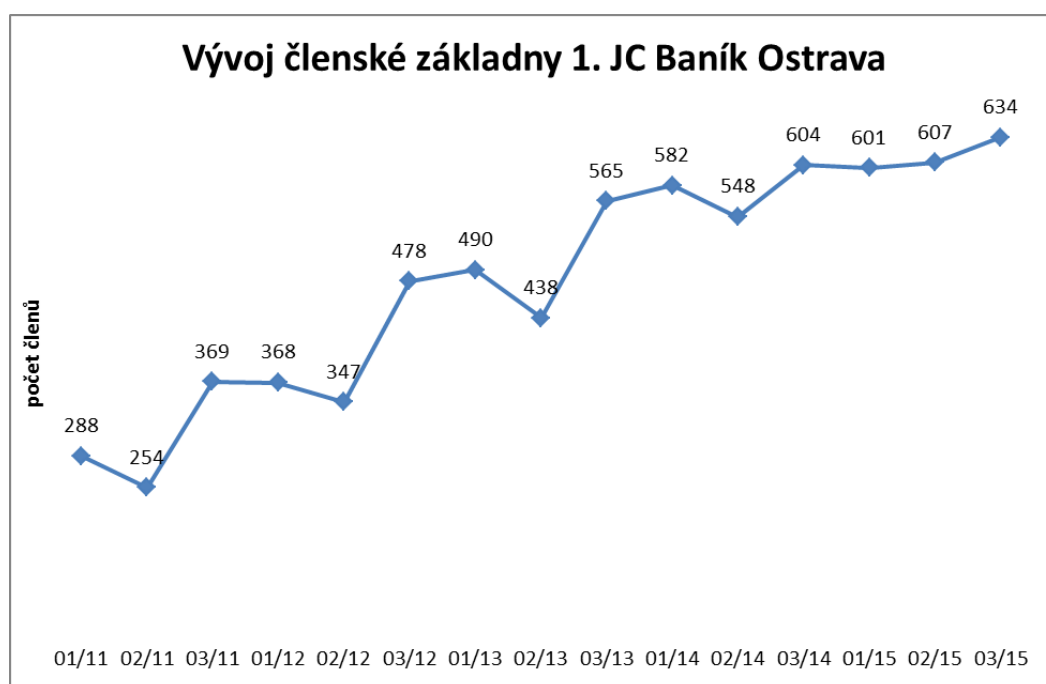
V neposlední řadě byla dalším důležitým článkem po výkonném výboru v organizaci a vedení způsobů tréninku v našem klubu.

Na konci roku naši trenéři trénovali svá družstva v celkem 9. střediscích v počtu 40. aktivních trenérů.

Někteří trenéři si také úspěšně zvýšili svoje trenérské třídy.

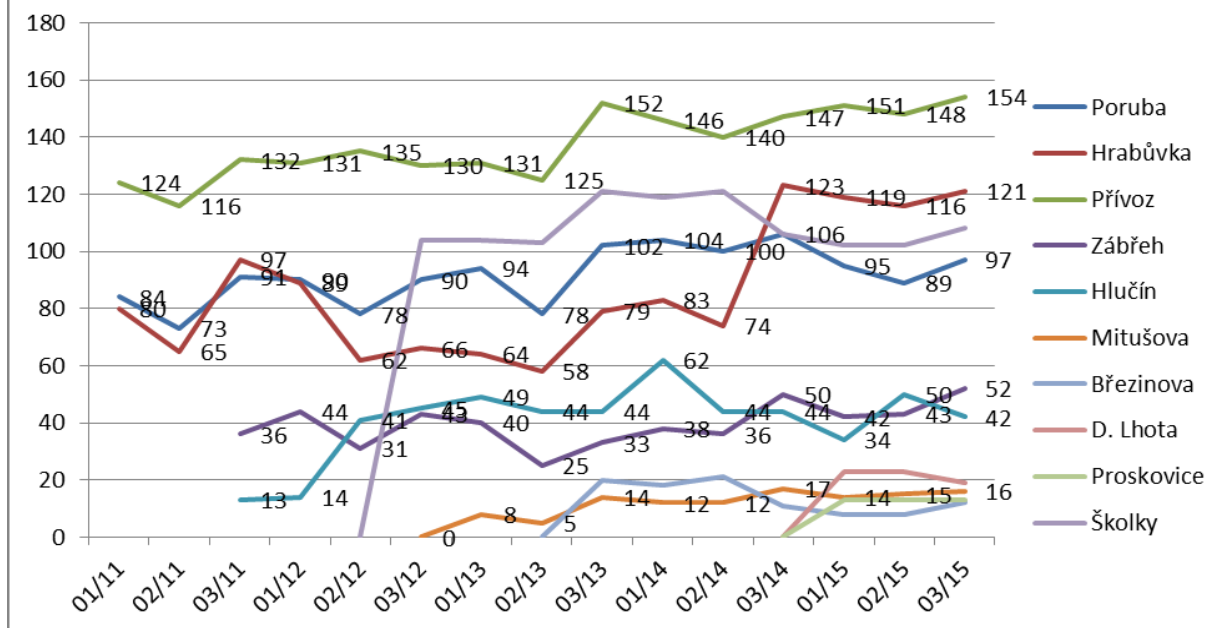
Noví trenéři 2. Třídy:	Noví trenéři 3. Třídy:
Jan Babinec Matyáš Otto Tomáš Heczko	Tomáš Mikenda

## Členská základna



Díky náboru v září, došlo v závěru roku 2015 k dalšímu navýšení členské základny. Na svém maximu se drží středisko Sareza, letos v závěru roku pokořila svůj rekord, když tam čílo 152 členů. Druhým nejobsazenějším střediskem se letos stalo Olympijské centrum Hrabůvka kde se členská základna zastavila na 121 členech. 108 dětí jsme měli v mateřských školách a 97 v Porubě na ZŠ Z. Škarvady. Své historické maximum dosáhla také ZŠ Kosmonautů a to 52 členů. V Hlučíně byla evidovaná základna 42 členů. ZŠ v Dolní Lhotě si udržovala základnu kolem 20 členů, ZŠ Mitušova 16 členů, ZŠ Proskovice 13 a ZŠ Březinova 12 členů.

## Vývoj členské základny 1. JC Baník Ostrava v jednotlivých střediscích



### *Tréninková střediska*

#### **Sareza Ostrava Přívoz – Roman Martínek**

V letošním roce trénovalo na středisku Sareza na Hrušovská 20 v Ostravě – Přívozu pod vedením cca 15-ti trenérů a asistentů na 160 judistů rozdělených do 4 věkových skupin a dále do výkonnostních podskupin.

- Přípravka a mláďata – trenéři Martínek, Boháčová, Vykoupil a Holý ( 65 členů )
- Bejamínci a žáci – trenéři Boháčová, Martínek a Holý ( 20 členů )
- Mladší a starší žáci – trenéři Babinec, Dluhoš, Selecký a Borbély ( 18 členů )
- Dorostenci, junioři a muži – trenéři Koza, Martínek a Borbély ( 35 členů )

Dorostenci měli k dispozici 1x týdně posilovnu a saunu. Pro zlepšení regenerace byla k dispozici sauna a masér. Trénovala zde i skupina

- Sebeobrany pod vedením p. Svitiče ( 12 členů )
- Judo pro všechny pod vedením p. Kubiny, Kohna a Svitiče ( 9 členů )

V letošním roce se podařilo ulehčit práci trenérům díky wifi připojení do malé tělocvičny. Během roku proběhlo několik schůzek trenérů na Trenérské radě a několik schůzek s rodiči určených pro jednotlivé tréninkové skupiny.

**Celkem odtrénované hodiny trenérů střediska SAREZA v roce 2015**

	2015		Celkem	Hodiny		
	Trenér			1/15	2/15	3/15
<b>Odrénované hodiny</b>	Babinec ( SpŠ )	Jan	<b>146,0</b>	43,0	42,0	61,0
	Boháčová SG	Michaela	<b>324,5</b>	104,5	86,0	134,0
	Borbély	Radislav	<b>191,0</b>	78,5	67,5	45,0
	Dluhoš	Daniel	<b>75,5</b>	33,5	13,5	28,5
	Holý	Martin	<b>165,5</b>	54,0	46,0	65,5
	Kohn	Pavel	<b>27,0</b>	7,5	15,0	4,5
	Koza ( SG )	Dušan	<b>187,0</b>	58,0	51,5	77,5
	Kubina	Miroslav	<b>45,0</b>	10,5	12,0	22,5
	Martínek	Roman	<b>486,5</b>	153,0	134,5	199,0
	Mečár	Vítězslav	<b>2,0</b>	2,0	0,0	0,0
	Pavlica	Martin	<b>28,5</b>	13,5	15,0	0,0
	Pelc	Václav	<b>0,0</b>	0,0	0,0	0,0
	Svitič	Jiří	<b>102,5</b>	27,0	27,0	48,5
	Štefánik ( SG )	Jan	<b>10,0</b>	4,0	4,0	2,0
	Vykoupil	Boris	<b>46,0</b>	24,0	10,0	12,0
	Selecký	Lukáš	<b>21,0</b>	0,0	0,0	21,0
	-----	-----	-----	-----	-----	-----
			<b>1858,0</b>	<b>613,0</b>	<b>524,0</b>	<b>721,0</b>

Sportovní hala Sareza byla i letos svědkem judistických klání nejen na republikové, ale i mezinárodní úrovni, kde změřili síly judisté od kategorie žáků až po muže.





Pořádali jsme tyto soutěže a akce :

- V polovině února ve dnech 14.-15.02.2015 jsme za účasti zahraničních judistů přivítali republikovou špičku na Český pohár žáků, dorostu a juniorů.
- Koncem února 21.03.2015 proběhl Český pohár mužů a žen.
- Dne 18.04.2015 proběhlo 1. kolo Extraligy mužů
- O prvním prázdninovém víkendu ve dnech 03. – 05.07.2015 se podařilo uspořádat pod vedením trenérky Míši Boháčové dalších trenérů našeho střediska Sareza přátelské setkání a následný judo camp s volnočasovým programem za účasti 24 žáků z francouzského Ruenu. Tohoto campu se měli možnost účastnit i mladí judisté z okolních klubů, což se podařilo.
- V polovině září 2015 k nám v rámci projektu EU přijeli mladí judisté ze Sportovní školy Sliven v Bulharsku
- Koncem listopadu dne 21.11.2015 úspěšně proběhl Přebor ČR mladších žáků a zákyň

Bližší výsledky všech turnajů jsou volně k dispozici nejen na našich, ale i webových stránkách Českého svazu judo.

V průběhu roku se dále podařilo zorganizovat pod vedením trenérů Boháčové, Babince a dalších trenérů 1. JC BO několik Centrálních tréninkových srazů žáků a zákyň určené nejen pro naše členy, ale i pro žáky a zákyň z okolních klubů, což mělo dobrou odezvu a věříme v úspěšné pokračování i v roce 2016.

Závěr :

Celý rok proběhl bez větších komplikací za ideálních podmínek. Chci poděkovat všem trenérům a funkcionářům nejen našeho klubu, ale i pracovníkům střediska Sarezy za perfektní spolupráci a popřát mnoho zdarů v roce 2016.

### ***Olympijské centrum Hrabůvka – Jan Janovský***

V roce 2015 došlo na středisku v Ostravě Hrabůvce k několika velkým trenérským změnám. Naši trenérskou skupinu v Hrabůvce opustil Josef Boháček, který vede nově otevřené středisko v Proskovicích. Odešel i Pavel Olšovský, který šel trénovat děti na středisko ZŠ Kosmonautů. Místo něj přišel na naše středisko v Hrabůvce asi jeden z našich nejzkušenějších klubových trenérů Jirka Černota, který se ujal vedení tréninku v družstvu přípravy a v družstvu mláďat. Společně s Jirkou trénují toto družstvo Radek Ďurina a Luděk Strmiska.

Z těchto družstev přecházejí děti do družstva žáků. Družstvo žáků trénuje pod vedením trenérů Jana Janovského a Leoše Macháčka, asistentem na částečnou výpomoc je Zdeněk Třetina. Trénovalo zde také družstvo dorostenců, juniorů a mužů ze Sarezy pod vedením trenéra Dušana Kozy a Romana Martínka.

Trénovalo zde také družstvo veteránů pod vedením trenéra Jiřího Černoty a družstvo předpřípravy, sloužící k přechodu dětí ze školky do našich tréninkových družstev, které trénuje trenérka Markéta Pavlicová spolu s Dušanem Kozou.

Každou neděli probíhá na středisku dobrovolný trénink, kde se děti zdokonalují v pohybu a motorice. Tohoto tréninku se mohou zúčastnit děti všech středisek našeho klubu.

Dále tělocvičnu pronajímáme různým klubům či zájmovým organizacím. Mezi jinými oddíl Krav magy či oddíl aikida.

V roce 2015 jsme zde pořádali tradiční turnaje přípravek, kterého se zúčastňují začínající závodníci a naděje našeho klubu. Na tomto turnaji sbírají cenné závodní zkušenosti, aby mohli v budoucnu jezdit na větší soutěže. Celkem jsme pořádali sedm těchto turnajů, šest základních kol a jedno finálové. Organizaci těchto turnajů má na starost Matyáš Otto, kterému patří velký dík.

K dalším tradičním akcím, které na středisku probíhají, je víkendový judo camp. Jedná se o celovíkendovou akci, kde se děti z našich středisek zdokonalují v judu a poznávají se mezi sebou. Spí se na tatami, na obědy se chodí do nedaleké restaurace. Tato akce je mezi dětmi velmi oblíbenou, takže je pokaždé naplněna plná kapacita. O tyto judo campy se perfektně stará Radek Ďurina, za pomoci několika svých asistentů. I jemu patří obrovský dík za skvěle odvedenou práci. V létě se zde také již několik let koná pod vedením Markéty Pavlicové letní příměstský judo camp. Pod vedením trenéra Dušana Kozy zde probíhají trenérské semináře, které jsou otevřené pro všechny kluby našeho kraje.

Pořádáme zde také Den dětí. O této akci najdete podrobnosti v jiné části této výroční zprávy. K další tradiční akci patří brigáda, kde chodí pomáhat nejenom naši trenéři, ale i rodiče, kterým není lhostejné, kde jejich děti trénují a taky rádi přiloží pomocnou ruku na zvelebování tohoto střediska.

Stejně jako v roce 2014 jsme v roce 2015 uspořádali veřejnou sbírku na dovybavení posilovny, ve které se vybralo ještě více než v prvním kole a to neuvěřitelná částka přes 100 000,- Kč. Velký dík všem, kdo přispěl.

### **ZŠ Škarvady – Matyáš Otto**

V roce 2015 se porubské středisko zabývalo výukou juda tradičně ve třech skupinách cvičících, a to dvakrát týdně - úterý, pátek, na ZŠ Z. Škarvady v Ostravě – Porubě. 80 mladých judistů a 11 trenérů tohoto střediska se celý rok zapojovalo do všech akcí, pořádaných klubem, od turnajů přípravek až po reprezentační ples.



Skupina nejmladších judistů „přípravky“ trénovala v časech 15:30 – 16:45 v prvním pololetí pod vedením M. Otto, kterému asistovali R. Motyčka, J. Němec a manželé Bukovští. Cíle prvního pololetí, které jsme více méně splnili, byly rozšířit základní pohybové dovednosti začínajících tak, aby se v navazujícím tréninku mohli učit základní techniky juda, dále co nejlépe zvládnout pády, jednoduché techniky držení a v neposlední řadě ty nejlepší připravit na přechod do vyšší

skupiny. Ten největší a nejdůležitější cíl však byl splněn dozajista – v průměru 28 dětí chodilo na tréninky s radostí a odcházelo s pocitem smysluplně stráveného času. Od září skupinu převzal nadějný trenér R. Motyčka, kterému opět asistovali manželé Bukovští, K. Ožanová a zapojili se nově i dva rodiče – O. Vlach a M. Bareš. Došlo k přechodu 10 dětí do skupiny mláďat a příchodu 15 nováčků.

Prostřední tréninková skupina „mláďat“ fungovala v prvním pololetí pod vedením M. Otto, jemuž pomáhali T. Mikenda, J. Mecko a R. Dedek od 17:00 do 18:30. Náplň tréninku již byla postavena na výuce technik v postoji a na zemi, potřebných pro složení zkoušky na 6. /5. kyu, účasti na turnajích přípravek ale také neustálém rozšiřování všestranné připravenosti judisty. Stejně jako v první skupině, se trenérský tým zaměřil na přípravu několika jedinců k přechodu do skupiny „žáků“. Od září vedl skupinu T. Mikenda, kterému asistovali R. Dedek, R. Motyčka a K. Ožanová.

Do vyššího tréninku přešlo 9 judistů, kteří složili zkoušky na vyšší kyu, a z „přípravky“ začalo v září cvičit v této skupině 10 nadšených dětí. Celý rok se docházka průměrně pohybovala okolo 18 judistů na tréninkovou jednotku. Nepravidelná docházka tedy byla největším problémem této skupiny, objevujícím se v průběhu celého roku.

„Klenot“ porubského střediska, tedy skupina nejstarších trénujících od 18:30 do 20:00, byla po celý rok pod taktovkou zkušeného trenéra J. Mecka a jeho asistenta T. Mikendy. V této skupině se již objevovali judisté, kteří to myslí s judem vážně a podle toho vypadala i tréninková náplň. Složitější techniky, kombinace, přechody nebo taktická příprava na zápas byly nedílnou složkou tréninkové jednotky. Díky členům tohoto tréninku jsme pro porubské judo získali dvě 2. místa na krajském přeboru benjamínků závodníky Mikendovou T. a Neuwirta P., 1. místo v Závašicích získali Mikendová T. a Bortlíček A., na VC Ostravy brali zlato Seibert M., Mikendová T. a Čerchla M. Co se nepovedlo, byly nedotažené přechody žáků, kteří neměli zájem o závodní judo a ukončili činnost, do skupiny „Judo pro všechny“ v Přívoze.

### **ZŠ Kosmonautů – Pavel Olšovský**

Naše středisko umístěné na Základní škole Kosmonautů 15 (středisko K15), i díky obrovské podpoře vedení této školy, zaznamenalo v roce 2015 obrovský úspěch! Podařilo se nám získat od Českého svazu juda celostátní projekt „Judo do škol“, a to jako jedné ze dvou základních škol v Moravskoslezském kraji.

Protože realizace tohoto náročného projektu si vyžadovala konkrétní personální požadavky, zejména plně aprobovaného učitele TV a zároveň trenéra II. třídy juda, oslovili jsme s nabídkou trenéra OCH Hrabůvka Mgr. Pavla Olšovského, který se ujal střediska a realizace tohoto projektu od srpna 2015.

Současně s tím přešli stávající trenéři střediska K15 na OCH Hrabůvka, aby zde doplnili trenérský tým a pomohli s dalším rozvojem juda v Hrabůvce.



Prvním krokem v úvodní části realizace projektu na středisku K15 bylo uspořádat nábor nových judistů a oslovení žáků ZŠ K15 s nabídkou trénování juda. Zároveň jsme se snažili stabilizovat členskou základnu tak, aby na ni co nejméně dopadly personální přesuny s trenéry. Výsledkem byla stabilizovaná členská základna v listopadu 2015, která zahrnovala na 46 dětí dvou věkových kategorií. Celkem 22 dětí bylo ve věkové kategorii benjamínků a ml. žáků (začátečníků) a 24 dětí bylo ve věkové

kategorii ml. žáků (pokročilých) a starších žáků.

Druhým krokem v úvodní části realizace projektu bylo vytvoření lepších předpokladů pro samotný trénink. Podařilo se ve spolupráci se střediskem Lhotka a trenérem Ďurinou zajistit tatami na celou tréninkovou plochu. Dále byl změněn způsob organizace výuky na škole, kdy vedení školy jednoznačně přivítalo možnost školní TV na tatami bez omezení či změny požadavků na Školní vzdělávací program. V případech, kdy tatami nevyhovuje, např. přeskoky kozy, je využívána další (velká) tělocvična na škole. K tomu účelu byly nově uspořádány nářadovny jednotlivých hal tak, aby poskytovaly učitelům i trenérům maximální možný komfort pro výuku či tréninky. V neposlední řadě byli učitelé proškoleni a seznámeni s moderními výukovými metodami TV za využití tatami.

Třetím krokem úvodní části realizace projektu bylo rozšíření a stanovení odpovědnosti v rámci trenérského týmu střediska K15. Do trenérských řad se podařilo získat učitele ZŠ K15 Mgr. Jana Plečku, který má bohaté pedagogické zkušenosti s vedením dětí. Navíc, je zde jasná provázanost na výuku na škole. Další personální posilou byl příchod bývalého úspěšného závodníka TJ Baník Ostrava a Judo klubu Městské policie Ostrava Romana Petera, který již od svého prvního tréninku



ukázal jasnou tendenci na budoucí úspěšnou závodní činnost našich dětí. Čtvrtým krokem úvodní části realizace projektu bylo sjednocení technické výbavy dětí v daných věkových kategoriích. Logický rozdíl, vyplývající z různé délky trénování juda, se podařilo překonat v měsíci prosinci 2015, k čemuž výrazně přispělo i rozšíření tréninkových jednotek o novou střeďeční.

Od listopadu 2015 probíhaly tréninky:

PO 15:00 – 16:30 hod. začátečníci, 16:30 – 18:00 hod. pokročilý;

ST 16:00 – 18:00 hod. zdokonalovací trénink K15;

ČT 15:00 – 16:30 hod. začátečníci, 16:30 – 18:00 hod. pokročilý.

Výsledkem této společné snahy bylo páskování 4 dětí na vyšší pás (kyu), položení základů technik pro boj v postoji i na zemi a seznámení se základními pravidly boje v judu.

Všechny uvedené části realizace projektu mají jasný cíl, a to úspěšná závodní kariéra našich dětí či radost z pohybu a získání dobrého pohybového základu pro život. V roce 2016 bude pokračovat realizace projektu s cílem získání dalších dětí pro judo a odstartováním závodní kariéry dětí ze stávající členské základny střediska K15. V neposlední řadě je před námi rozšíření tréninkových jednotek v souladu s projektem.

Závěrem bych rád poděkoval vedení ZŠ K15 za dlouhodobou podporu juda, dále dětem a jejich rodičům za důvěru v nás a náš klub a celému trenérskému týmu za spolupráci, ochotu a nadšení, které provází naši trenérskou činnost.

### ***DDM Hlučín– Vítězslav Mečár***

Již šestým rokem je tělocvična juda od října do května plná zkušených mladých judistů jak z řad pokročilých, tak i z řad nových talentů, které se nám daří získávat díky propagaci na kulturních akcích města Hlučína a díky našich webových stránkách [www.ljcb.cz](http://www.ljcb.cz). V letošním školním roce 2015/2016 oslovil kroužek judo v Hlučíně také děti předškolního věku, nastoupilo pět kluků a dvě děvčata.

Děti trénují dvakrát týdně rozděleni do dvou skupin, které trénují :

- začátečníci po a st 15.00 hod. – 16.00 hod.

- pokročilí po a st 16.00 hod. – 17.30 hod.





Děti jsou zvyklé pracovat ve věkově smíšené skupině, dobře funguje přirozený přenos pravidel ze starších na mladší, spolupráce a pomoc. Děti jsou zvyklé dbát pokynů trenéra a díky tomu se dobře, rychle a efektivně učí nové dovednosti.

Děti chodí do kroužku juda rády těšit se na úkolové hry ve dvojicích nebo v družstvech, kterými se rozvíjí skupinová dynamika. Děti se zúčastňují tradičních závodů přípravek, které pořádá 1. Judo club Baník Ostrava na tréninkovém středisku Mjr. Nováka v Ostravě Hrabůvce. Zde děti získávají jedinečné a prvotní zkušenosti ze závodním judem, včetně seznámení dětí s pravidly soutěžního juda.



Děti v Hlučíně na konci školního roku v rámci soustředění juda skládají zkoušky na žakovské stupě kyu. Talentovaní judisté kteří, se umístí na předních místech turnajů přípravek jezdí po soutěžích s trenéry našeho klubu po celé ČR.

### ***Mateřské školky – Markéta Pavlicová***

V měsíci říjnu 2015 se nám podařilo otevřít 5 mateřských školek a 2 nové a to MŠ Jaklovecká, Slezská - Ostrava a MŠ Exilu 760 v Porubě. V mateřské školce se věnujeme 4 - letým až 6 - letým dětem. Na konci roku v každé mateřské školce proběhla besídka, kde bylo rodičům předvedeno vše, co se děti za rok naučili.

Cvičíme tedy celkem v 7 mateřských školkách, a to v MŠ Mitušová 6, A, Mitušová 90, Srbská 4, B, Dvorského 1, Hornická 43A, Jaklovecká, Exilu 760. V roce 2015 činila členská základna 107 cvičících dětí, které trénují pod vedením Markéty Pavlicové, Dušana Kozy a nového trenéra Seleckého Lukáše a Kristýny Ožanové.

Tréninky jsou zaměřeny hlavně na rozvoj disciplíny, koordinace, jemné motoriky a hlavně hry.

Děti trénují 1x týdně a tréninková jednotka trvá celkem 45 minut. Tréninky probíhají v učebnách mateřských školek. Cvičíme na tatami hayashi , které se skládá na každý trénink a je zpravidla o velikosti 9m2.

Průměrná účast na tréninkové jednotce je 15 dětí.

Děti se na tréninky těší, protože je vše zaměřeno formou hry.

V rámci tréninku se děti naučí základním dovednostem, jako jsou např. holubička, svíčka, kotouly, kotouly přes rameno vpřed i vzad. V tomto věku se děti velice rychle učí a následně jsou schopni zvládnout i pád vzad ( Uširo – ukemi), malé vápno (Zempo ukemi), dále jednu techniku na zemi (kesa gatame) a jednu techniku v postoji( O- goshi). Techniky dětí trénují na vycpaném panákově, který je určený pro nácvik technik v postoji. Do tréninkové jednotky jsem zařadila letos poprvé judo míčky a různé hry na velké dopadové zíněnce. Děti velmi dobře zvládají také japonské názvosloví. Každé dítě dostalo judo deníček, do kterého dostává razítka a jedničky za pěkný trénink. Tato odměna je pro ně velmi motivační. Za nasbírané razítka a jedničky, děti dostanou na konci školního roku odměnu a diplom. Děti, které končí v MŠ a jdou do školy, navíc dostanou pásek ke kimonu (obi), kde mají vyšité naše webové stránky a nápis JUDO.

Na konci této zprávy bych chtěla vyzvednout, že tento projekt se velmi podařil. Díky tomuto projektu posunujeme děti do středisek na Mjr. Nováka 34, Hrabůvka, Mitušova 8, Hrabůvka, Z. Škvarvady, Poruba a Sareza, Přívoz.

Již třetím rokem máme družstvo předpřípravky na Mjr. Nováka 34, kde již cvičí 22 dětí z MŠ.

### ***ZŠ Březinova – Radek Ďurina***

Středisko Březinová funguje od října 2013. Funguje zde jedna tréninková jednotka přípravky.

Tréninková obsazenost po stránce trenérské je stále stabilní. Hlavním trenérem je Radek Ďurina a asistentkou je Kristýna Ožanová. Trénink probíhá od počátku fungování střediska každou středu od 16:00 – 17:45hod.

Ve školním roce 2015 bylo evidováno do posledního května 8 členů s průměrnou účastí 7 cvičících. Od října 2015 máme evidováno 9 členů s průměrnou účastí 8 cvičících. Opět se podařilo zdárně převést 2 kluky na středisko v Hrabůvce. Nábor proběhl dle možností a požadavků školy. Letáčky byly dle požadavků rozvěšeny do každé třídy a informace proběhly i rozhlasem školy.

Náš jediný neevidovaný člen Markétka nás na středisku Březinová opustila, ale nepřišli jsme o ni. Z důvodu přechodu jejich bratrů na středisko Hrabůvka se stále potkáváme a vypadá to na novou členku našeho klubu.

Toto středisko není založeno pro závodní činnost, ale jako kroužek a příprava na přechod na středisko Hrabůvka kde posléze se může rozvinout závodnický duch každého cvičence.

### ***ZŠ Mitušova – Tomáš Heczko***

Rok 2015 proběhl tak jak jsme předpokládali. Někteří členové přestoupili do jiných středisek 1JCBO z důvodu věku nebo vyšší technické vyspělosti.

Také přišli do našeho střediska noví členové a vrátili se i ti, kteří se rozhodovali jestli chtějí nadále pokračovat. Po dohodě s rodiči jsme nechali rozhodnutí na dětech samotných (netlačili jsme na pilu) a to se ukázalo jako správný krok. Příliv nových členů byl tedy vyšší než odliv, a to byl jeden z našich cílů, kterého jsme dosáhli.

Naši členové se pravidelně účastnili turnajů přípravek. Někteří vyspělejší benjamínci se účastnili i turnajů vyšší kategorie a ani tam se neztratili.

Pro středisko Mitušova a naše benjamínky je nejvyšší meta Krajský Přebor. Ten proběhl v Opavě a naši svěřenci, konkrétně Marek Papavasilevský a Tomáš Chmela ukázali, že jsou konkurence schopni a obsadili medailové příčky. Oběma borcům přeji mnoho úspěchu a vytrvalosti. Doufáme, že brzo také přestoupí do jiného střediska, kde se může jejich talent více rozvíjet.

Naši borci se také účastnili a nadále účastní centrálních srazů, což je přínosem a motivací pro naše malé borce a budoucí možné MISTRY :D.

Velmi dobrá spolupráce (tak jak jsme předpokládali), se ukázala s Janem Huvarem. Je to pracující asistent s nápady. Patří mu pochvala a těším se na další spolupráci s ním. Poděkování také patří naší kolegyni Kristýně Ožanové.

Naše práce je náročná, ale přináší nám také radosti. Nastoupí k nám dítě, které neumí ani kotrmelec, je zmatené a neukázněné. Po půl roce práce je dítě motoricky zdatné a schopné vnímat. A rozhodně není frustrované, i přesto že je to pro ně velká změna v podobě nových příkazů, úkolů a nových pohybů, o kterých rozhodně ani neslyšeli. Naučí se spoustu nových věcí a to je dělá odvážnými, samostatnými a sebejistými.

Jsme na to hrdí, protože si myslíme, že za půl roku se nám mnohdy podaří víc, než na některých základních školách za několik let.

V judu se tvoří osobnosti. Na naší práci a práci celého IJCB Ostrava je to vidět.

Těšíme se na další nové členy a zájemce o tento krásný sport jakým JUDO je. Chceš rozvíjet svojí osobnost - přijď mezi nás.

Do dalšího roku přeji nám všem mnoho sil a úspěchů.

### ***ZŠ Proskovice – Josef Boháček***

Středisko I.JCBO v Proskovicích zahájilo své tréninky 19.1.2015. Tatami si skládáme sami. Na trénink dochází v průměru 10 judoka. Někteří se několikrát zúčastnili turnaje přípravek, aby si vyzkoušeli své dosažené dovednosti a naučili se, jak se chovat na turnajích. Jeden už si zabojoval v Polském Sosnowci a dovezl si zlatou medaili.

### ***ZŠ Dolní Lhota – Hana Šalamounová***

Na našem novém středisku, vzniklém v minulém roce, jsme po celý rok cvičili s jednou skupinou dětí, přičemž jsme se v prvním pololetí časově kopírovali se školní družinou, v pololetí druhém byl poté kroužek časově posunut na úterních 16.30 hod až 18.00 hod. V průběhu roku se docházka stabilně pohybovala mezi 15 až 20 dětmi ve věku od 8 do 11 let. V první půlce roku se této skupině věnoval zakladatel střediska Matyáš Otto spolu s aktivním rodičem Janem Růžičkou. Po prázdninách došlo ke změně a skupinu převzala spolu s vedením celého střediska Hana Šalamounová, která se opět mohla spolehnout na pomocnou ruku Jana Růžičky.



Vzhledem k tomu, že zde trénujeme jednou týdně, je koncepce vedena jako kroužek juda. U dětí došlo k rozvoji základních pohybových dovedností, dozvěděli se spoustu informací o historii nebo etice juda. Mladí judisté si také vyzkoušeli základní techniky na zemi i v postoji. Dolnohotské děti se turnajů samozřejmě neúčastní, nicméně našli se aktivní jedinci,

kteří využili nabídek prázdninového Judocampu i Příměstského judocampu. K vidění byli také na klubových akcích typu Judovíkend, Den dětí či Judoshow. I díky podpoře vedení tamní školy dochází k rozvoji tohoto střediska a snad se již brzy můžeme se těšit na první judisty, kteří budou pokračovat s judem v Porubě nebo centrálním středisku na Sareze.

## ***Sportovní výsledky***

### ***Mláďata – Matyáš Otto***

Naše nejmladší kategorie se v roce 2015 zúčastnila celkem 20 mimoklubových turnajů, převážně v Ostravě (2x) a okolních městech jako Dobrá u Frýdku-Místku (3x), Opava (2x), Karviná nebo Závašice. Pětkrát jsme také sbírali zkušenosti v Polsku na turnajích v Opole (2x), Gliwicích, B. Biale a Myslowicích. Na Slovensku jsme se účastnili soutěží v Rimavské Sobotě a Považské Bystrici. Je dobře, že využíváme své zeměpisné polohy a využíváme tak výhodu oproti ostatním klubům z jiných krajů ČR. Na krajském přeboru v Opavě, který je nejvyšší soutěží této věkové kategorie, jsme se předvedli ve slušném světle.

1. místa Huvar Jakub, Tomek David
2. místa Papavasilevský Marek, Chmela Tomáš, Neuwirt Petr, Mikendová Tereza
3. místa Meixner Michal, Jeřábek Jan, Čebík Filip, Malcová Sabina

Zúčastnili jsme se také Šampionátu Moravy v Uherském Hradišti, kde jsme taktéž dovezli pár medailových umístění.

2. místo Huvar Jakub
3. místa Čebík Filip, Boháček Jan, Chmela Tomáš, Papavasilevský Marek



Většina členů 1. JCBO je v této kategorii jsou ještě začátečníci, kteří prozatím nedosahují výkonnosti potřebné k účasti na větších turnajích. Proto jsme letos opět uspořádali 7 Turnajů přípravek na Olympijském centru Hrabůvka, kterých se účastnili pouze členové našeho klubu. Učili se základy chování během turnaje, povely rozhodčího či zásady průběhu samotného zápasu. Pro naše nejmladší byly pořádány i další akce v průběhu celého roku – Judovíkendy, Den dětí, Judocamp nebo Příměstský judocamp.

Do nového roku vstupujeme s předsevzetím většího zapojení více trenérů ze všech našich středisek do pořádání Turnajů přípravek, zajištění okolních turnajů nebo vedení centrálních srazů pro tuto kategorii společně s žáky. Jen touto cestou totiž dokážeme plně využít potenciál naší členské základny a najít talenty, kteří budou pokračovat v tréninkovém středisku Sareza.



## Mladší žáci a žákyně – Michaela Boháčová

V roce 2015 byla skupina mladších žáků rozdělena do tří výkonnostních skupin.



První skupina se účastnila turnajů přípravek, které máme velice dobře organizačně zvládnuty, a v průběhu roku se si své znalosti mohli závodníci vyzkoušet při 7 setkáních.

Druhá skupina se účastnila turnajů přípravek a okolních malých turnajů – bohužel, zde jsme trochu zaostávali a málo se na tuto skupinu zaměřovali.

Poslední skupina se účastnila nominačních turnajů, typu českých pohárů, a také několika turnajů v zahraničí (Slovensku a v Polsku). Všechny tyto turnaje měly za úkol motivovat závodníky a získat zkušenosti se závodní činností. Celoroční úsilí bylo pro 11 závodníků našeho

oddílu odměněno možností startu na PČR žáků a žákyn konané v Ostravě. Jmenovitě: Meixner T., Malaczinský F., Kunc M., Tycar Š., Bulka V., Franek A., Motyka D., Hrtus R., Turčínek T., Václavková T., Kokešová A., z důvodu zranění se neúčastnil Franek A.

Nejlepších umístění dosáhli:

2. místo Václavková Tereza
3. místo Malaczinský Filip, Kokešová Alexandra
5. místo – Kunc Matěj, Motyka Dominik

Závodníci měli možnost, účastnit se prázdninového campu Rusava a výměnného pobytu ve Francouzském Rouenu a na začátku prázdnin proběhlo soustředění s francouzským týmem v Ostravě. V průběhu roku pro ně bylo připraveno mnoho doplňujících tréninků v době jarních prázdnin i jiných volných dnech. Do přípravy jsme zapojili centrální tréninkové srazy, tréninky v Polském Rybníku, a turistickou akci BB7 Baníkovskou beskydskou sedmičku.

Vytvořila se silná skupina přátel a talentovaných závodníků.



## Starší žáci a žákyně – Jan Babinec



V roce 2015 byl zodpovědným trenérem starších žáků Jan Babinec. Spolupracoval s trenéry Daniel Dluhoš, Martin Pavlica, Radislav Brobély a od září pak s mladým a úspěšným závodníkem Lukášem Seleckým.

Většina starších žáků navštěvuje halu Sareza v Ostravě-Přívoze na Hrušovské ulici. Tréninky probíhaly ve dnech: Pondělí, Středa, Čtvrtek a Pátek. Tréninková jednotka trvala 1,5 hodiny. Nově byl zaveden trénink ve čtvrtek, který byl zaměřen na rozvoj kondice a trval jen jednu hodinu. V pondělí a pátek byl postoj a ve středu zem.

Tréninková skupina dětí byla složena nejen ze starších žáků, ale byla tvořena také úspěšnými mladšími žáky. Rok 2015 byl velmi těžce zasažen úbytkem starších žáků, a proto byla potřeba zbývající členy především konsolidovat a zapojením mladších žáků vychovat opět úspěšné družstvo starších žáků. Vybraným členům – Kresta M., Král J. bylo umožněno trénovat společně s dorosteneckým týmem, aby se zlepšili a zároveň změnili sparringpartnery. Ve zbylém týmu staršího žactva se vytvořila dvě družstva. První bylo zaměřeno na závodní Judo a úspěšně jsme společně absolvovali turnaje Českého Poháru, soustředění v Raškovicích, Velké ceny, Mezinárodní turnaj v Rakouském Grazu a samozřejmě Přebor České Republiky. Druhá skupina docházela pouze na tréninky a o závodní činnost neměla zájem. Vytvořil se tak prostor pro narušení sportovního tréninku se zaměřením na zkvalitnění přípravy závodníků. V průběhu roku vypadli z přípravy mnozí závodníci: Kuncová (záda), Mojžíšek (operace kolene), Pavlica T. a L. (oba problémy s končetinami (zlomeniny)). No nebylo to jednoduché. Prosazovali se především mladší žáci: Tycar Š., Meixner T., Franek A. (ten však po MT Graz skončil), Václavková T. Za zmínku určitě stojí mimořádný úspěch družstva staršího žactva, které zvítězilo v PČR. O tento výsledek se zasloužil trenér Koza, který dal dohromady zajímavý a perspektivní tým a pomohl mi v jeho organizaci.

Z ostatního uvádím aktivní účast na ukázkách Judo, BB7 přechod sedmi Beskydských vrcholů, soustředění se spřáteleným Francouzským klubem z Rouenu, pomoc dětí při turnajích přípravků či Judo víkendů. Bylo toho opravdu hodně a doufám, že mladý, ambiciózní tým, který bude společně trénovat v roce 2016 bude zárukou vynikajících výsledků do budoucna.



V přiložených fotografiích viz níže přikládám v malém činnost týmu starších žáků v roce 2015 a to bez dalšího komentáře.



### ***Dorostenci a dorostenky – Dušan Koza***

Zodpovědný trenér: Dušan Koza

Asistenti trenéra: Roman Martínek, Radislav Borbély, Jan Štefánek

Tréninky probíhali ve Sportovní hale Sareza a Olympijském centru Hrabůvka v tyto dny:

Pondělí od 17.30 do 19.30 (Sareza)

Úterý od 17.30 do 19.00 (OCH)

Středa od 17.30 do 19.30 (Sareza)

Čtvrtek od 17.30 do 19.30, trénink spojen s regenerací organismu, saunou a masáží sportovců (Sareza)

Pátek od 15.30 do 17.30 (OCH)

Tréninková skupina dorostenci a dorostenky trénovala společně se skupinou junioři a muži. Celkově se tak podařilo seskupit společně skupinu o 32 sportovcích, kteří během roku řádně a spolehlivě trénovali.

Tréninková skupina také velmi úzce spolupracovala se Sportovním gymnáziem Dany a Emila Zátokových v Ostravě, kde je řada našich talentovaných judistů a judistek. Tréninky během roku probíhaly společně.



Další organizací, se kterou jsme velmi úzce spolupracovali bylo SCM Ostrava. Nominovaní závodníci se účastnili turnajů EC Teplice, EC Bielsko Biala(POL), EC Tver(RUS) a také mnoha soustředění širší dorostenecké reprezentace v Litoměřicích a Liberci.

Tréninková skupina se také účastnila společných tréninkových srazů s mezinárodní konkurencí. Jednalo se především o spolupráci s kluby s Polska. Jedná se o kluby Polonia Rybnik, AZS Opole, Judo Jastrzebie, Judo Czarny Bytom. Probíhali pravidelné tréninkové středy, kde jsme se dle dohody scházeli v jednotlivých klubech na společné randorové tréninky.

Proběhlo také několik společných výcvikových táborů. Proběhlo jedno zimní kondiční VT Bílá v Beskydech, kde se družstvo zdokonalovalo ve fyzické kondici, dále již zmíněné VT RDD V Litoměřicích a Liberci, kde probíhala technicko - taktická příprava a testování sportovců. Dále pak společné mezinárodní soustředění v Besii(POL), které bylo zaměřeno na získávání fyzické kondice a randori v tvrdé konkurenci klubů s Polska, Běloruska a Ruska.

Vybraní dorostenci a dorostenky se účastnili také EJU CADET TRAINING CAMPU v Teplicích a v Bielsko Biale(POL). Jednalo se o velmi silné mezinárodní judo campy pod patronací EJU, zaměřené výhradně na randori. S vybranými sportovci proběhl psychologický seminář pod vedením Mgr. Petra Žalského, který se věnoval zlepšení psychické odolnosti, lepšího soustředění, zvýšené motivací sportovců apod. Celkově během roku skupina pracovala velmi dobře. Vyhýbala se nám vážná zranění a tréninková morálka byla vzorná.





Členy družstva se podařilo velmi dobře připravit na tyto hlavní soutěže:

MT Olomouc:

1. místo Alena Chwastarzová
2. místo Adéla Martínková
2. místo Eva Ondrašíková
3. místo Jan Pátek
3. místo Michael Raška

ČP Ostrava:

1. místo Kristýna Polášková
2. místo Alena Chwastarzová
2. místo Tomáš Pustějovský

ČP Jablonec nad Nisou:

1. místo Kristýna Polášková
1. místo Michael Raška
3. místo Alena Chwastarzová
3. místo Tomáš Pustějovský

ČP Brno:

3. místo Alena Chwastarzová

ČP Teplice:

2. místo Michael Raška
3. místo Adéla Martínková

Dále jsme se zúčastnili těchto mezinárodních turnajů s těmito výsledky:

MT Budapešť(HUN):

2. místo Alena Chwastarzová

MT Graz(RAK):

2. místo Michael Raška
3. místo Tomáš Pustějovský
3. místo Adéla Martínková

Krajský přebor Ostrava:

- 1.místo Petr Kocman
- 1.místo Adéla Martínková
- 2.místo Patrik Franek
- 2.místo Eva Ondrašíková

Na Mistrovství České republiky jsme obsadili:

2. místo Michael Raška
3. místo Jan Pátek
3. místo Tomáš Pustějovský
3. místo Adéla Martínková
5. místo Kristýna Polášková
5. místo Alena Chwastarzová

## Dorostenecká liga



V roce 2015 pracoval realizační tým dorostenecké ligy ve složení:

Zodpovědný trenér: Dušan Koza

Asistent trenéra: Roman Martínek

V roce 2015 náš tým prošel dvěma fázemi. První fáze se datuje ke dvěma jarním kolům, kde se družstvo trošičku hledalo. Výsledky nebyli úplně ideální. Taktéž se nám nevyhýbala různá zranění a vlastně ani na jedno jarní kolo jsme neodcestovali v ideálním složení, či dobré formě. Přesto si družstvo do podzimní finálové fáze udrželo ziskem druhého místa ve skupině dobrou výchozí pozici v útoku na medaili.

Druhá vývojová fáze družstva v dorostenecké celostátní lize, se datuje ke dvěma podzimním finálovým kolům. Družstvo nádherně vyzrálo, srovnali se hmotnostní kategorie jednotlivých členů a podařilo se nám eliminovat zranění a nemoci. V neposlední řadě se zúročila dobrá tréninková připravenost a dobrá tréninková morálka v družstvu dorostenců.





V náročných desíti podzimních utkáních ve finálové skupině naše družstvo 1.JCBO našlo pouze jediného přemohitele a tím nebyl nikdo jiný, než pozdější vítěz SKKP Brno. Tyto fantastické výsledky ve velmi tvrdé konkurenci nejlepších družstev, kdy jsme sedmkrát zvítězili, dvakrát remizovali a jednou prohráli, nás katapultovali na fantastické druhé místo v celkovém pořadí dorostenecké ligy v ročníku 2015.

V celkovém pořadí jsme tak zaslouženě získali druhé místo, za jíž zmíněným vítězem SKKP Brno a skončili před třetím Sokolem Žižkov II. a mohli se tak pyšnit titulem vicemistra ČR 2015.

Úspěšnost jednotlivců v celém ročníku 2015:

Jméno a příjmení	celkem	výhry	prohry	body
Michael Raška	20	17	3	34
Tomáš Pustějovský	20	13	7	26
Radek Rýpar	13	11	2	22
Ondřej Chlopčík	14	11	3	22
Patrik Franek	15	11	4	22
Jan Pátek	16	10	6	20
Andrej Schindler	11	4	7	8
Sotirius Pupakis	7	3	4	6
Adam Sieber	3	2	1	4
Matěj Silvestr	5	2	3	4
Tomáš Hanzel	5	2	3	4
Matěj Kresta	11	2	9	4
Daniel Šimek	1	1	0	2
Ondřej Šmatelka	1	1	0	2
Filip Dadej	2	1	1	2
Petr Kocman	4	1	3	2
Ondřej Mičan	5	1	4	2
Ondřej Rovenský	2	0	2	0



## *Junioři a juniorky – Dušan Koza*



Zodpovědný trenér: Dušan Koza

Asistenti trenéra: Roman Martínek, Radislav Borbély, Jan Štefánik

Tréninková skupina juniorů a junierek trénovala společně se skupinou dorostenci a muži. To znamená v tréninkovém středisku Sareza v Ostravě Přívoze a v Olympijském centru Hrabůvka.

Tréninky probíhali v tyto dny:

Pondělí od 17.30 do 19.30 (Sareza)

Úterý od 17.30 do 19.00 (OCH)

Středa od 17.30 do 19.30 (Sareza)

Čtvrtek od 17.30 do 19.30, trénink spojen s regenerací, saunou a masáží. (Sareza)

Pátek od 15.30 do 17.30 (OCH)



Také jsme jezdili na tréninkové srazy, vždy ve středu a to do polských klubů Polonia Rybnik a Czarny Bytom.

Také se naši junioři účastnili několika mezinárodních judo campů. Byli to campy OTC Nymburk (Šmehlík, Selecký, Král, Svoboda), OTC Wroclav (POL) (Selecký, Šmehlík), dále pak v Lignan

(ITA) (Selecký, Šmehlík) a v Praze (Selecký, Šmehlík, Svoboda, Král).

Během roku se podařilo od měsíce srpna vyjednat profesionální sportovní smlouvu s Lukášem Seleckým. Po společné domluvě na jeden rok.

Lukáš Selecký a František Šmehlík se také po celý rok dokázali udržet v širším kádru juniorské reprezentace ČR. Nepodařilo se ovšem ani jednomu nominovat na MSJ, MEJ.



Dosažené výsledky kategorie juniorů:

MT Olomouc:

1. místo František Šmehlík
2. místo Lukáš Selecký
3. místo Jakub Král

ČP Ostrava:

1. místo Lukáš Selecký, Jiří Svoboda, Jakub Král
2. místo František Šmehlík

ČP Jablonec nad Nisou:

1. místo Jakub Král

MČR J Chomutov:

1. místo František Šmehlík
2. místo Jakub Král
3. místo Lukáš Selecký, Jiří Svoboda, Alena Chwastarzová

Také jsme se v průběhu roku prosadili na zahraničních turnajích:

EC Lignano(ITA):

7. místo František Šmehlík

MT Wroclav(POL):

1. místo Lukáš Selecký

MT Gran Canaria(ESP):

2. místo Lukáš Selecký

## ***Muži – Roman Martínek***

Dlouhodobě se nám stále nedaří zkompletovat družstvo mužů. Soutěží se zúčastňují hlavně junioři a dorostenci. Než přejdeme k výsledkům v letošním roce, je třeba zmínit fakt, že se většina našich mužů soustředí hlavně na trenérskou činnost s mládeží a pokud k tomu připočteme i pracovní a rodinné povinnosti, už jim na trénování sama sebe času moc nezbyvá !!!



### **❖ SOUTĚŽE JEDNOTLIVCŮ**

➤ **ČP Praha – USC Cup (07.02.2015)**

**Výsledky :**

66 kg	<i>Kohn Pavel</i>	<i>7. místo</i>
66 kg	<i>Kohn Tomáš</i>	<i>7. místo</i>
73 kg	<i>Otto Matyáš</i>	<i>5. místo</i>
73 kg	<i>Šeděnka Richard</i>	<i>7. místo</i>
81 kg	<i>Svoboda Jiří</i>	<i>9. místo</i>
81 kg	<i>Ochman Marek</i>	<i>bez</i>
+100kg	<i>Král Jakub</i>	<i>5. místo</i>



➤ **Český Pohár Ostrava – Memoriál J. Stankoviče** ( 21.03.2015 )

Výsledky :

66 kg	<i>Kohn Pavel</i>	3. místo
66 kg	<i>Kohn Tomáš</i>	1. místo
73 kg	<i>Otto Matyáš</i>	3. místo
73 kg	<i>Šeděnka Richard</i>	bez
81 kg	<i>Svoboda Jiří</i>	bez
81 kg	<i>Holý Martin</i>	bez
100 kg	<i>Raška Michael</i>	1. místo
100 kg	<i>Novák Pavel</i>	3. místo
+100kg	<i>Král Jakub</i>	3. místo

➤ **Krajský přebor, Ostrava** ( 28.03.2015 )

Výsledky :

100 kg	<i>Koza Dušan</i>	1. místo
100 kg	<i>Novák Pavel</i>	3. místo

➤ **Král zemařů 2015, Štramberk** ( 09.05.2015 )

Výsledky :

Open	<i>Martínek Roman</i>	1. místo
Open	<i>Král Jakub</i>	3. místo
Open	<i>Šeděnka Richard</i>	5. místo

➤ **Český pohár Jičín** ( 13.06.2015 )

Výsledky :

73 kg	<i>Šeděnka Richard</i>	7. místo
81kg	<i>Svoboda Jiří</i>	2. místo
+100kg	<i>Král Jakub</i>	2. místo

➤ **Český pohár Brno** ( 19.09.2015 )

Výsledky :

66 kg	<i>Selecký Lukáš</i>	3. místo
66 kg	<i>Kohn Pavel</i>	7. místo
73 kg	<i>Šmehlik František</i>	7. místo
73 kg	<i>Šeděnka Richard</i>	Bez umístění
81 kg	<i>Svoboda Jiří</i>	Bez umístění
+100kg	<i>Král Jakub</i>	Bez umístění

➤ **Mistrovství ČR, Teplice** ( 04.10.2015 )

Výsledky :

60 kg	<i>Kohn Pavel</i>	9. místo
66 kg	<i>Selecký Lukáš</i>	3. místo
81kg	<i>Svoboda Jiří</i>	7. místo
100kg	<i>Raška Michael</i>	4. místo

## ❖ **KLUBOVÉ SOUTĚŽE**

V týmových soutěžích jsme nezopakovali výsledky z loňského roku. V krajském přeboru jsme skončili na 2. místě a v EXL na 8. místě. Přesto se nám podařilo začlenit naše mladé závodníky z řad juniorů a dorostu. Během letošního roku jsme se zúčastnili těchto klubových soutěží.

➤ **Krajský přebor** ( 28.3.2015 ) – **2. místo**

➤ **Moravská Liga mužů** ( 28.2., 28.3., 23.5., 5.9., všechny kola pořádalo Brno ) - **1. místo**

➤ **Extraliga** ( 18.4., Ostrava, 30.5., Brno, 24.10., Brno a 28.11. Mohelnice ) - **8. místo**

### **Závěr :**

Co se týče výše uvedených výsledků, je nutno říci, že letošní sezona nebyla asi podle našich představ. Nejhorších výsledků jsme zaznamenali v letošním ročníku EXL, kdy jsme o setrvání v ročníku 2016 museli bojovat v baráži, což se nesmí opakovat !!! Pozitivní zpráva je, že se nám daří v této kategorii prosazovat naše juniory a dorostence. Budeme se i nadále snažit nabídnout našim závodníkům co nejlepší podmínky pro jejich přípravu, aby i v příštím roce mohli navázat na své výkony.

Závěrem chci všem závodníkům popřát mnoho úspěchů v roce 2016 a těším se i společně s trenéry na další, a jak pevně doufám, velmi plodnou spolupráci.



## Pořadí závodníků v Extralize mužů 2015

			váha	zápasy	výhry	prohry	body
1.	Sczepaniak	Tomasz	90	13	9	4	18
2.	Volek	David	73	9	6	3	12
3.	Knápek	Tomáš	nad 90	5	5	0	10
4. - 5.	Kohn	Tomáš	66	12	4	8	8
	Svoboda	Jiří	81	14	4	10	8
6.	Koza	Dušan	90	5	2	3	4
7. - 10.	Vaněk	Jiří	73	2	1	1	2
	Raška	Michael	90	1	1	0	2
	Skyba	Libor	90	1	1	0	2
	Král	Jakub	nad 90	2	1	1	2
11. - 14.	Selecký	Lukáš	66	3	0	3	0
	Otto	Matyáš	73	6	0	6	0
	Pátek	Jan	73	1	0	1	0
	Šeděnka	Richard	73	1	0	1	0
			<b>Celkem :</b>	<b>75</b>	<b>34</b>	<b>41</b>	

### Veteráni - Jiří Černota

V minulé zprávě jsem v úvodu napsal „Tak se nám to konečně rozjelo a družstvo veteránů a veteránek konečně cvičí“ – teď můžu s radostí přidat že i vítězí a zvyšují si svou judistickou



kvalifikaci zvyšováním kyu a zvládním náročných technik i fyzického zatížení – prostě jsou v přístupu k tréninku excelentní a je pro mě velkou radostí trénovat takový tým. V tréninkové skupině cvičí jednak veteráni, ale také dospělí zájemci o judo.

V průběhu roku s námi přestal trénovat M. Kubina a jeho místo zaujal Josef Mecko 03.02.2015. Rád bych při této příležitosti poděkoval za odvedenou práci Mirkovi Kubinovi a popřál mu úspěchy u nového družstva.



Trénujeme Út a Čt od 18.30 – 20.00 hod. na Mjr. Nováka. Ukázalo se, že změna z Po na Út se neosvědčila, budeme řešit v r. 2016.

V r. 2015 si zvýšili kyu tito borci :

- Arnold Chlebový 1. kyu
- Tomáš Mikenda 2. kyu
- Patrik Frydrýšek 3. kyu
- Pavel Pravda 3. kyu
- Martin Badura 3. kyu
- Petr Staniševský 5. kyu
- Roman Masařík 5. kyu
- Roman Andruško 5. kyu
- Barbora Kolatorová 5. kyu



Výsledky			
Jméno	Soutěž	Kategorie	Umístění
<b>Lada Škurlová</b>		F4(45-49let)	
	MM Maďarska		5. místo
	MM Slovenska		2. místo
	MM ČR		1. místo
<b>Radim Schofer</b>		M4(45-49let)	
	MM ČR		1. místo
Účast v družstvu mužů - Moravská liga			
<b>Patrik Frydrýšek</b>		M3(40-44let)	
	MM ČR		2.místo
Účast v družstvu mužů - Moravská liga			
<b>Arnold Chlebový</b>		M3(40-44let)	
	MM ČR		3.místo
	Karviná Masters		3.místo
Účast v družstvu mužů - Moravská liga			
<b>Tomáš Heczko</b>		M4(45-49let)	
	MM ČR		3.místo
<b>Vlastimil Moravec</b>		M5(50-54let)	
	MM ČR		4.místo
	Karviná Masters		1.místo
Účast v družstvu mužů - Moravská liga			
<b>Dominik Moráv</b>		M3(40-44let)	
	MM ČR		5.místo
<b>Pavel Pravda</b>		M3(40-44let)	
	MM ČR		7.místo
	Karviná Masters		2.místo

<b>Tomáš Mikenda</b>			
	Karviná Masters		4.místo
<b>Jiří Černota</b>		M8(65-69let)	
	MM Maďarska		1.místo
	MM Slovenska		2.místo
	ME Maďarsko		3.místo
	MM Polska		1.místo
	MS Holandsko		5.místo
	MM Rakouska		1.místo
	MM ČR		3.místo

V závěru roku jsem byl oceněn „Poděkováním“ Městského obvodu Ostrava-Jih za obětavou a mimořádnou práci s dětmi a mládeží – toto ocenění vnímám jako ocenění pro všechny trenéry pracující v obvodu O-Jih a vedení klubu.

Pracovali jsme s rozpočtem 10 000 Kč na rok.

Za rok 2015 byli vyhodnoceni:

Jiří Černota – nejlepší veterán

Lada Škurlová

Radim Schofer

## ***Ostatní aktivity***

### ***Sebeobrana – Jiří Svitič***

1.JCBO to je nejen JUDO, ale vyučujeme zde i „Praktickou sebeobranu“, kde se pod tímto názvem ukrývá judo, ju-jitsu, kondiční box a thaibox, dále obrana a boj s nožem a jiné techniky, které je možno použít prakticky v běžném životě při napadení.

Trénujeme 2x týdně vždy v úterý od 17:00 hod a v pátek od 16:00 hod.ve středisku Sareza v Ostravě-Přívoze, kde pravidelně dochází 2-3 cvičící, kteří jsou členy 1.JCBO a střídavě nepravidelně 6 až 15 nečlenů, většinou rodičů, kteří nechtějí nečinně čekat na své děti a raději se aktivně zapojí do tohoto tréninku.

Zájemci o tuto „Praktickou sebeobranu“ mohou přijít i nezávazně se podívat a vyzkoušet si některé techniky v rámci 1. tréninku zdarma. Vzhledem k malému počtu cvičících je tady přístup trenéra zcela osobní a individuální.

### ***Sportovní centrum mládeže Ostrava – Dušan Koza***

Zodpovědný trenér SCM Ostrava - detašované pracoviště Olomouc: Jiří Štěpán

Trenér SCM Ostrava při SG Ostrava: Dušan Koza

Asistenti trenéra SCM Ostrava při SG Ostrava: Roman Martínek

V roce 2015 fungovalo středisko SCM zřízeno pod patronací Českého svazu juda v podobě následující. Středisko SCM Ostrava bylo vedeno na detašovaném pracovišti v Olomouci pod vedením Jiřího Štěpána a jeho odloučené pracoviště v Ostravě vedl Dušan Koza. Obě tyto SCM byli

finančně i sportovně- tréninkově samostatná. Dále se zabýváme pouze ostravskou částí pod patronací našeho klubu.

Tréninky probíhaly ve Sportovní hale Sareza a Olympijském centru Hrabůvka v tyto dny:

Pondělí od 17.30 do 19.30 (Sareza)

Úterý od 17.30 do 19.00 (OCH)

Středa od 17.30 do 19.30 (Sareza)

Čtvrtek od 17.30 do 19.30, trénink spojen s regenerací organismu, saunou a masáží sportovců (Sareza)

Pátek od 15.30 do 17.30 (OCH)

Ve výběrové skupině sportovců našeho regionu a našeho klubu byli zařazeni tito sportovci:

Junioři:

Lukáš Selecký ve váze do 66kg

Jiří Svoboda váze do 81kg

Jakub Král ve váze nad 100kg

Dorostenky:

Zuzana Janiczková ve váze do 52kg

Alena Chwastarzová ve váze do 57kg

Alžběta Škrobánková ve váze do 57kg

Kristýna Polášková ve váze do 63kg

Adéla Martínková ve váze do 70kg

Helena Szokalová ve váze +70kg

Dorostenci:

Michael Raška ve váze do 100kg

Tomáš Pustějovský ve váze do 90kg

Jan Pátek ve váze do 73kg

Radek Rýpar ve váze do 50kg



Během roku jsme měli mnoho startů na Evropských pohárech, které jsou zároveň jakousi nominací na vrcholné soutěže typu ME, MS, EYOF, ale nikomu z nominovaných se nepodařilo na turnaj tohoto formátu kvalifikovat.

### ***Regionální výběr žáků – R. Borbély***

Spolu se zřízením detašovaného pracoviště SCM v Olomouci přešlo taky řízení RVŽ pod J. Štěpána. Trenérem RVŽ byl zvolen R. Borbély s asistenty D. Pavlů pro Olomoucký kraj a P. Pröllová pro Moravskoslezský kraj. Bohužel RVŽ nefungoval optimálně a proto bylo po vzájemné dohodě a schválením Českým svazem juda v závěru roku rozhodnuto o zřízení RVŽ i při našem klubu.

### ***Sportovní středisko – Jan Babinec***

Nominováno bylo poměrně hodně závodníků do SpS, ale v důsledku ukončení závodní kariéry mnohých po PCR v roce 2014, zbylo ryzích starších žáků jen několik.

Kresta Matěj, Král Jakub, Mojžíšek Lukáš, Pavlica Tomáš, Moravec Jan, Kuncová Viktorie, Ďurinová Kristýna, Brzusková Marie a Havlíčková Barbora.

Kresta Matěj a Král Jakub byli přeřazeni do vyšší kategorie k trenéru Kozovi, tak aby zvýšili svůj silový potenciál a lépe se vyrovnali nejlepším závodníkům v jednotlivých váhových kategoriích. Ostatní trénovali ve skupině, kterou tvořili jak mladší žáci a žákyně, tak starší žáci a žákyně. V družstvu trénovali také judisté bez závodních ambicí a musím říci, že to nebylo příliš dobré. Tito narušovali svým přístupem k práci tréninkovou jednotku a samotnou sportovní přípravu nejlepších.





Trenérské obsazení bylo v první polovině roku - Jan Babinec jako hlavní trenér (SpS), Daniel Dluhoš a Martin Pavlica. Od září se zapojili trenéři Radislav Borbély a mladičkový závodník Lukáš Selecký. Pokud jsme se sešli všichni, byl to bezesporu obrovský přínos pro závodníky. Program turnajů byl opět stejný, neboť turnajové kolečko VC, MT a ČP bývá již několikátý rok stejné.

Do tréninkového plánu jsme zařadili tyto turnaje, campy a srazy:

Leden:

- VC Česká Třebová

Únor:

- Centrální tréninkový sraz
- ČP Ostrava

Březen

- ČP Jablonec nad Nisou
- Centrální tréninkový sraz

Duben

- VT ve francouzském Rouenu
- VT Raškovice
- VC Ostrava
- VC Opava
- ČP družstva Chomutov

Květen

- KP Český Těšín
- MT Budapešť
- Centrální tréninkový sraz
- PČR družstev starších žáků a starších žákyň

Červen

- ČP Chomutov
- MT Graz

Červenec

- Tréninky s francouzským JC Grand Rouen v Ostravě

Srpen

- VT Besie, Polsko

Září

- VC Dobrá
- ČP Brno
- Tréninkový Camp Brno
- VT Raškovice

Říjen

- ČP Teplice
- MT Povážská Bystrica
- MT Wroclav Polsko bez účasti závodníků SpS
- PČR Jičín

Prosinec

- VC Dobrá



Roční program byl tedy velmi nabitý a kdo ho absolvoval celý byl poměrně dost vyčerpaný a unavený.

Z pohledu výsledkového hodnocení staršího žactva, musím konstatovat, že to byl rok spíše podprůměrný. Celkově tři pátá místa z Přeboru České Republiky jsou toho dokladem.

Chybějící ročníky starších žáků a žaček se prostě musí přejít a je potřeba zapracovat na výchově dalších mladých a úspěšných závodníků. Doufám, že toto družstvo se opět rodí a do dvou let to bude opět tým tvořený

úspěšnými závodníky a závodnicemi.

Rád bych ještě napsal něco kritického a pozitivního co jsem v průběhu zaznamenal. U skupinky starších žáků nebyla patrna chuť a vůle dosáhnout těch nejvyšších výsledků. Když už byla šance utkat se s těmi nejlepšími, nebyla patrna chuť je porazit. Velmi špatně se kluci vyrovnávali s porážkou. Ta je samozřejmě vždycky bolestivá, ale je nutné postupovat konstruktivně a pracovat v tréninku na zlepšení. Odpovědi typu já už jsem s ním třikrát prohrál a neporazím ho, nebo prohrál jsem s celkovým vítězem, rozhodčí stál za nic atd. To jsou věty těch, kteří dle mého názoru budou vždy jen v druhé řadě. Jedině větší pokora a

oddanost našemu krásnému sportu může znamenat změnu a já doufám, že tyto věty nezůstanou bez odpovědi. Pochvalu si zaslouží bezproblémový převod dětí do vyšší věkové kategorie a tam postupné zvyšování tréninkových dávek. Pozitivní změny jsem zaznamenal např. u Kresty a Ďurinové. Král musí zlepšit techniku, Mojžíšek byl prakticky celou sezónu mimo hru, neboť operace kolene si vyžádala tří měsíční distanc a i návrat nebyl bez bolestí a problémů. Kuncová a její bolavá



záda znamenala, že prakticky celou sezónu nepracovala. Pavlica T. s neustálými začátky, neboť zranění ho provázely rovněž takřka celou sezónu. Naopak Moravec zaznamenal v druhé polovině poměrně velký tréninkový propad, který šel ruku v ruce s jeho přístupem k tréninku. Pozitivní je, že pracujeme ve všech družstvech dál a tak doufám, že se výsledky projeví v dalších sezónách.



## **Sportovní gymnázium – Dušan Koza**

Vedoucí trenér SG sportu judo: Dušan Koza

Trenéři SG sportu judo: Bc. Michaela Boháčová, Mgr. Jan Štefánik.

Také v tomto roce pokračovala velmi úzká spolupráce mezi SG a 1.JCBO ke všestranné spokojenosti. Sportovní gymnázium nám dlouhodobě zajišťuje optimální podmínky pro naši sportovní přípravu a výkonnostní růst. V rámci školního rozvrhu nám je umožněno trénovat třikrát týdně (pondělí, úterý, čtvrtek) v dopoledních hodinách a to buď v prostorách školní tělocvičny a sportovního atletického areálu, nebo na Olympijském centru Hrabůvka, které je domovskou základnou našeho klubu a rozšířit tak možnost k lepší sportovní přípravě.



Tréninky v odpoledních hodinách probíhaly společně s žakovskými, dorosteneckými a juniorskými družstvy každý den v našem klubu, ve střediscích Sareza v Ostravě Přívoze a v Olympijském centru Hrabůvka, které funguje pod naším klubem na ul. Mjr. Nováka.

V roce 2015 jsme společně s klubem 1.JCBO uspořádali dvě soustředění. Jedno v měsíci lednu na Bílé v Beskydech, kde jsme se především zaměřili na

zvyšování fyzické kondice. Díky ideálním sněhovým podmínkám, jsme k tomu využili běžecké lyže, ale taktéž tělocvičnu a posilovnu, která nám byla plně k dispozici.

V měsíci srpnu jsme absolvovali soustředění v polské Besii, kterého se společně s námi účastnili také kluby s Polska, Ruska a Běloruska. Program byl velmi bohatý. Nejen že jsme nabírali fyzickou kondici v ideálních podmínkách mazurských jezer, ale také jsme se hodně věnovali randori a technice judo s mezinárodní konkurencí.

SG víceleté gymnázium Prima – kvarta :

- v tomto oboru studuje 9 studentů, v průběhu začátku roku 2015/2016 ukončil sportovní činnost Filip Huser, který se začal věnovat baseballu,
- v roce 2015 měli povinnost studenti víceletého studia, navštěvovat 3x týdně trénink, zaměřený na judo, dále přibyl jednou týdně kondiční trénink, který se konal před či po škole studentů, v kondici celkem značně zaostáváme a proto jsem uvítala, že kluci sami o tento druh tréninku projeví zájem,
- na konci roku 2014/2015 jsme absolvovali kondiční soustředění na kole v Jeseníkách, soustředění budeme, i na dále zapojovat do programu,
- v září nastoupili do studia 4 velice talentovaní studenti (Malaczinský, Kokešová, Meixner) a do oboru judo se přihlásil i zápasník Jan Grygerek, který se společně s námi účastní kondičních tréninků.
- v loňském roce jsme zahájili spolupráci s polským klubem Rybník, kde jsme dojížděli na randori.
- samozřejmě nechyběla i návštěva sportovního lékaře, kterou mají studenti zcela hrazenou,
- v roce 2015 se přeboru ČR účastnili Mojžíšek Lukáš, Malaczinský Filip, Kokešová Alexandra, Meixner Tomáš. Malaczinský a Kokešová vybojovali 3. Místo a Mojžíšek Lukáš obsadil 5. Místo



Ve studijním roce 2015/ 2016 studovali tito studenti:

<b>Jméno</b>	<b>Třída</b>	<b>Trenér</b>	<b>Klub</b>
Rýpar Radek	1.A	Koza	Judo Závěšice
Tempír Petr	Oktáva	Koza	1.JCBO
Ochman Marek	Septima	Koza	1.JCBO
Hanzel Tomáš	1.A	Koza	Baník Karviná
Chlopčík Ondřej	1.A	Koza	Judo Beskydy
Škrobánková Alžběta	1.A	Koza	Slezan Opava
Pustějovský Tomáš	2. A	Koza	1.JCBO
Chwastarzová Alena	2. A	Koza	1.JCBO
Schindler Andrej	2. A	Koza	Slezan Opava
Polášková Kristýna	Kvinta	Koza	1.JCBO
Mičan Ondřej	Sexta	Koza	TJ Ostrava
Raška Michael	Sexta	Koza	1.JCBO
Ševčíková Sabina	Sexta	Koza	1.JCBO
Martínková Adéla	Kvinta	Koza	1.JCBO
Pavlica Tomáš	Kvarta	Boháčová	1.JCBO
Mojžíšek Lukáš	Tercie	Boháčová	1.JCBO
Huser Filip	Tercie	Boháčová	1.JCBO
Blažej Jan	Tercie	Boháčová	1.JCBO
Pavlica Lukáš	Sekunda	Boháčová	1.JCBO
Malaczinský Filip	prima	Boháčová	1.JCBO
Meixner Tomáš	prima	Boháčová	1.JCBO
Kokešová Alexandra	prima	Boháčová	1.JCBO
Grygerek Jan	prima	Boháčová	Vítkovice

### ***Centrum individuálních sportů Ostrava – Dušan Koza***

V roce 2015 ve výběru CISO (Centrum individuálních sportů Ostrava) byli tito naši členové:

Trenér: Dušan Koza

Závodník: Lukáš Selecký

Na základě smlouvy a dohody dobíhala stará smlouva z předešlých let. Požadavek a kritéria nastaveny a požadovány společností CISO se v tomto roce nepodařilo naplnit.

Lukáš Selecký se nenominoval na žádnou soutěž typu MSJ, MEJ a smlouva byla k datu 30. 4. 2015 pro nesplnění sportovních kritérií požadovaných v organizaci CISO a vyčerpání přidělené finanční podpory přerušena.

### ***Pořádání turnajů – Leoš Macháček***

V době od 14.2. – 15.2.2015 proběhl turnaj Českého poháru mladších a starších žáků a žákyň, dorostenců a dorostenek, juniorů a juniorek ve sportovní hale Sareza, kterého se zúčastnilo 704 závodníků a na 400 diváků. Je to o něco méně než předchozí rok, ale účast je stále hojná, protože mezi startujícími závodníky zde byli nejen závodníci z ČR, ale i z Polska, Slovenska, Rakouska a přijela i výprava z Kazachstánu.

Dalším námi pořádaným turnajem byl Memoriál Jana Stankoviče, který se konal dne 21.3.2015. V kategorii mužů a žen zde startovalo pouze 37 závodníků, což je doposud nejslabší účast za celou dobu pořádání tohoto turnaje. Ze Slovenska i Polska k nám dorazilo také málo závodníků, přestože byli na turnaj pozváni. V hmotnostní kategorii do 66 kg, která byla vyhlášena jako memoriál Jana

Stankoviče, zvítězil i tentokrát náš závodník z 1. JC Baník Ostrava Tomáš Kohn a putovní soška Jigora Kana, kterou věnovali do tohoto turnaje kolegové z našich spřátelených polských klubů jako památku na svého kolegu a přítele Jana Stankoviče, zůstala opět zde v Ostravě. Tomáš Kohn je již dvojnásobným vítězem a v případě, že by zvítězil v této hmotnostní kategorii do 66kg i v roce 2016, tak by se soška stala jeho vlastnictvím.



Dále dne 21.11.2015 náš klub pořádal přebor PČR mladších žáků a žákyň, kde naši závodníci velmi úspěšně reprezentovali nejenom sebe, ale i náš klub a zaslouženě stáli na stupních vítězů. Třetí místa vybojovali Alexandra Kokešová a Filip Malaczynski a druhé místo získala Tereza Václavková. Všechny uvedené turnaje byly vysílány on-line na internetu a navíc zde byla i na vybraných turnajích účast ČT Ostrava, kde ve sportovních zprávách byly reportáže vysílány.

Dalšími námi pořádanými turnaji byly Dorostenecká liga a Extraliga mužů.

V roce 2015, stejně jako roky předchozí, jsme úspěšně navázali na tradici pořádání Turnaje přípravek pro všechna střediska 1. Judo klubu Baník Ostrava. Celkem se nám podařilo během roku uspořádat 7 turnajů, kde je stále velký zájem z řad mladých judistů ukázat, co v sobě mají a co se za krátkou dobu stihli naučit. Jako je osvojení si znalostí potřebných k účasti na větších turnajích. Mezi tyto patří: pravidla juda, chování na turnaji, systém turnaje nebo výroky rozhodčích. Tento turnaj však neslouží jen pro samotné začátečníky - závodníky. Rozhodčími na tomto turnaji jsou totiž zkušenější členové našeho klubu (dorostenci, junioři), kteří tak mají možnost si vyzkoušet závodní judo z pozice opačné, než jsou zvyklí.

Za celoroční pomoc při organizaci všech námi pořádaných turnajů je třeba poděkovat celému organizačnímu týmu, včetně rodičů, které se nám podařilo také zapojit.

### ***Pořádání klubových kempů – Leoš Macháček***

V letošním roce se nám podařilo zajistit a pořádat 2 judo víkendy na tatami pro naše členy. Dále pak proběhl letní judo camp na Rusavě v Hostýnských vrších. Kvalita byla výborná a počasí nám po celou dobu přálo. Doufejme, že příští rok judo Camp, který se bude konat ve středisku Kahan na Horní Bečvě, kde jsme již byli, proběhne na stejně dobré, ne-li lepší úrovni a hlavně aby nám vyšlo počasí.

A v neposlední řadě bych ještě zmínil, že době od 24.8. – 28.8.2015 jsme opětovně pořádkali příměstský tábor na středisku Hrabůvka. Zájem o něj byl veliký, kdy bohužel z kapacitních důvodů se na některé děti nedostalo. Ale to nevadí v příštím roce se příměstský camp bude opětovně pořádat.

### ***Ples – Jan Babinec***

Na počátku roku jsme uspořádali v krásných prostorách kulturního domu K-Trio v Ostravě-Hrabůvce tradiční klubový reprezentační ples. Byl to již 9. ročník. Opět jsme se dostali do krásných prostor, kde bylo vše čisté a připravené pro konání plesu. I tento ročník byl uspořádán především

pro rodiče našich členů, bývalé vynikající závodníky a samozřejmě přátele našeho sportu. Zúčastnilo se ho celkem na 150 hostů, na které čekal krásně vyzdobený sál, dobře naladěná obsluha a schopný realizační tým. Zájem o ples byl spíše průměrný. V průběhu plesu nás čekalo vystoupení Hanky Koskové viz obrázek, která zahrála na akordeón, nechybělo tradiční vystoupení juda, o které se postarali naši junioři včele s Matyášem Otto viz obrázek. Toto vystoupení bylo opět provedeno v nadstandardním stylu.



Jejich zpomalené techniky tam i zpět byly prostě famózní. Poté již pro nás byla připravena bohatá tombola, o kterou se i letos postarala paní Kozová. Kdo při losování tomboly nevyhrál, tak si alespoň při skleničce „Saké“ pohovořil s přáteli a zavzpomínal, jaké to kdysi bylo ... K tanci nám hrála skupina „Taky Mjůzyk Band“ a to až do brzkých ranních hodin, kdy jsme se v poklidu rozešli do svých domovů.



Zajímavostí bylo focení hostů na krásné fotografie s bublinami, které bylo pro hosty připraveno. Drinky pro nás připravil realizační tým K-Tria a myslím si, že si všichni – především ženy si pochutnali. Jsem rád, že účastni byli i mladší judisté. Určitě budou zárukou do budoucna, kdy nás v pořadatelské činnosti nahradí.



Na obrázku viz výše vidíme paní Petru Kozovou, která se starala o tombolu a hlavního pořadatele Jana Babince. Ples hodnotím jako velmi vydařený a těším se na další ročník. Zároveň děkuji všem, kteří se o konání plesu starali.



## *Den dětí – Radek Ďurina*



Už čtvrtý ročník této akce zaměřený na svátek Dne dětí byl po předchozím ročníku úspěšnější. Rozdíl oproti předchozímu ročníku byl nejen v názvu akce, kdy jsme se vrátili k názvu „DEN DĚTÍ“, ale také v zajištění akce jen z prostředků klubu.

Celá akce proběhla opět na našem středisku v Hrabůvce 30.5 2015. Odpolednem nás provázel už opět moderátor rádia KISSMORAVA Patrik Mácha. Celé odpoledne si děti mohli vyzkoušet různé sportovní aktivity a zasoutěžit si na připravených atrakcích. Celé akce se zúčastnilo 126 dětí. Celou akci jsme museli předčasně ukončit z důvodu špatného počasí.

Všichni účastníci této každoroční akce měli i možnost vidět, jak daný sport dělají profesionální sportovci daných klubů. Viděli jsme Judo, Aikido a Moderní gymnastiku.

Každý soutěžící odcházel s dárkem pro radost a sladkostí na mlsání. Podle ohlasů se akce povedla a každý si našel to, co ho zajímalo. Všichni se budeme těšit na další ročník.



## *Judo show – Radek Ďurina*

Již každoroční akcí našeho klubu je Judo Show. Jak jinak odměnit nejlepší judisty našeho klubu než na této akci. Akce se uskutečnila opět v krásném prostředí kulturního zařízení Ostrava - Jih, K-Trio 28. ledna 2015 od 16 hodiny. Protože všichni naši judisté jsou během celého roku vytíženi starty na různých závodech, necháváme vyhlášení nejlepších na začátek roku. Proto na akci Judo Show 2015 vyhlášíme úspěchy za rok 2014. Tak jako minulý ročník, tak i letos se moderování ujal sám předseda klubu Martin Pavlica. Sám, alespoň mohl zhodnotit naše úspěchy. Jako každý rok se snažíme pozvat nějakého významného hosta jak v oblasti sportu tak i jiných oblastí života. Pro ročník 2015 jsme oslovili a naše pozvání přijali starosta Ostrava-Jih Martin Bednář, stále aktivní závodník a trenér Jirka Černota a velká osobnost baníkovského juda Jindřich Kaděra.



Protože naše Judo Show není jenom o vyhlašování výsledků, tak jsme také chtěli ukázat něco málo z umění juda. Každá ze tří ukázek byla zaměřena na něco jiného.

- předvedení ukázek akrobacie a pádů
- předvedení ukázek základních principů technik juda v postoji
- předvedení ukázek technik juda jako prvků sebeobrany

Judo Show se zúčastnilo na dvě stovky diváků, kteří celé akci dodali kouzlo vyhlašování výsledů aplausem těm nejlepším. Poděkování patří všem přítomným rodičům a přátelům našeho klubu. Gratulujeme všem oceněným a přejeme mnoho dalších úspěchů do dalších let a těm, kteří se na pódium nedostali, přejeme úspěšnější příští roky.