

Soustředění STM před MČR

Termín: 7.-9.10.2008

Místo konání: Hala TJ Mittal Ostrava, středeční odpolední trénink na hale Sareza v Ostravě-Přívoze (1.JC Baník Ostrava)!!!
V rámci Centrálního tréninkového srazu.

Program: Technická příprava v postoji a na zemi, kondiční příprava a randori.

Dvoufázové tréninky, **kimono+věci do haly a tenisky.**

Určeno pro starší žáky, kteří se **budou** účastnit MČR starších žáků. Soustředění se také zúčastní judisté z Olomouckého kraje. Z tohoto důvodu je omezena kapacita ubytování v areálu TJ Mittal Ostrava a budou upřednostněni právě tito sportovci. Níže uvedení pozvaní závodníci mají hrazenou stravu v průběhu VT, pitný režim, ubytování (v případě, že zbude místo v ubytovně na Varenské).

Začátek: 7.10. v 9:30

Ukončení: 9.10. v 16:00

Seznam pozvaných závodníků:

Šponer Ondřej	TJ Mittal Ostrava
Dušek Michal	TJ Mittal Ostrava
Dušek Tomáš	TJ Mittal Ostrava
Bodnár Jiří	Baník Karviná
Kozma Tomáš	Baník Karviná
Svoboda Jiří	1.JC Baník Ostrava
Hefka Jan	1.JC Baník Ostrava
LukášPatrik	1.JC Baník Ostrava
Jedlička Martin	1.JC Baník Ostrava
Filip Jan	1.JC Baník Ostrava
Volek Jiří	1.JC Baník Ostrava
Polášek Dominik	1.JC Baník Ostrava
Žibrita Daniel	SK Stonava
Petzuch Jan	Slezan Opava
Pravda Jan	Slezan Opava
Weiss Ondřej	Slezan Opava
Bezruč Vojtěch	SKP Dobrá
Hvozdovič Miroslav	DDM Třinec

Soustředění se mohou zúčastnit i starší žáčky (ve vlastní režii).

Prosím trenéry o potvrzení účasti vašich závodníků a to nejpozději do 27.9.2008 na tel:605 88 30 26, nebo email: stefanik.jan@post.cz.

Děkuji. Štefánik Jan