

Hodnocení Judo Campu v Raškovicích

Termín: 26. – 28.9.2014

Seznam účastníků (statečných):

- Marie Brzusková
- Barbora Havlíčková
- Král Jan
- Moravec Jan
- Mojžíšek Lukáš
- Pavlica Tomáš

Trenérské obsazení:

- Jan Babinec
- Dušan Koza

V pátek odpoledne jsme vyjeli autobusem do Raškovic. Cesta byla příjemná a příjezd do Raškovic proběhl bez problémů.

Děti se zúčastnili tréninkového Campu v přípravě na MČR, které proběhnou v měsíci 10/2014 pro starší žáky a 11/2014 pro kategorii mladší žáky.

Musím konstatovat, že náplň campu byla velmi náročná a za tři dny děti natrénovaly až 16 tréninkových hodin!!!! Jednotlivé tréninky byly zaměřeny na technickou i taktickou přípravu pro boj v postoji i na zemi. Všichni zúčastnění si zaslouží mou úctu, neboť předvedli skvělou práci, která se jim určitě v budoucnu zhodnotí.

Na soustředění jsem viděl mnoho chyb, které děláme. Musím konstatovat, že ve srovnání s nejlepšími zaostáváme!!!! Musíme zlepšit fyzickou kondici – lze i doma samostatně – běhat, posilovat (kliky, břicha, dřepy, tandokurenšu...), technická vybavenost je dobrá, ale pomalá bez dynamiky, ztrácíme v gymnastice a protažení atd. No nechci vše jen kritizovat, neboť výkon a odhodlání bylo téměř 100%, ale to nestačí!!!! Chce to poctivý a pravidelný trénink a ony ty výsledky po čase přijdou!!!

Dostalo se nám velmi příjemného přijetí od našeho spřáteleného klubu www.judo-morava.cz. Doslova domácí prostředí mezi nádhernými horami nám pobyt velmi zpříjemnilo. Výborná domácí strava – včetně bezlepkové diety, perfektní organizace a v neposlední řadě skvělí kamarádi, to je to proč se zde budeme vždy rádi vracet.

Doufám jen, že zbývající tým, který se soustředění nezúčastnil, pochopí, že bez tvrdé dřiny a potu to nejde. Lehké vítězství znám jen z televizních telenovel či počítačových her. Realita je však úplně jinde. Soupeř nikdy nespí, trénuje a chce nás porazit. Proto je nutné zaměřit veškeré úsilí k tomu, abychom se trvale zlepšovali.

Zvláštní poděkování musím věnovat panu Lud'ku Kubíčkoví a Pavle Pröllové. Úžasní lidé, kteří dlouhodobě pracují s dětmi a mládeží a dělají to opravdu obdivuhodně!

DĚKUJEME!!!

Na závěr pak chci vyzdvihnout neuvěřitelnou vitalitu pana Dušana Kozy, který nejen že tréninkový camp pomohl zahájit, ale také zakončit. To, že mezi tím si odskočil s dorosteneckým týmem do Prahy a vyhrál, svědčí o jeho mimořádných schopnostech. Tož je to Borec....

Zpracoval. Jan Babinec, trenér starších žáků