

Mezinárodní turnaj IX. KOROŠKA OPEN 2014

Slovenj Gradec, SLO

Zodpovědní trenéři: Martínek R., Koza D.

14.-16.11.2014

Klub :

1. Judo Club Baník Ostrava o.s.

Příjmení	Jméno	Ročník	Váha	Kyu	Věková Kategorie
----------	-------	--------	------	-----	------------------

Závodníků	Zápasů	Výhra	Prohra	Umístění
21	3	1	2	bez
21	1	0	1	bez
26	1	0	1	bez
27	1	0	1	bez
24	2	0	2	bez
38	5	3	2	5
16	3	1	2	bez
	16	5	11	

Rekapitulace

Medaile závodníků

1. místo	0 x
2. místo	0 x
3. místo	0 x
.....	
5. místo	1 x
7. místo	0 x
bez umístění	6 x
.....	

1.	Polášková	Kristýna	1999	63	3	U16
2.	Martínková	Adéla	2000	63	3	U16
3.	Škrobánková	Alžběta	2000	57	3	U16
4.	Chwastarzoová	Alena	1998	57	3	U18
5.	Pustějovský	Tomáš	1999	81	3	U18
6.	Selecký	Lukáš	1997	66	3	U18
7.	Král	Jakub	1997	+90	3	U18

v Ostravě dne :

16.11.2014

celkem :

16 5 11

Zpracovali :

Martínek Roman, trenér

Koza Dušan, trenér

Turnaj byl rozdělen do dvou dnů. V sobotu do kategorie U16 a v neděli U18. V sobotu startovaly 3 holky (Polášková K., Martínková A. a Škrobánková A. Všechny tři děvčata okusili velmi kvalitní judo. Všechny po turnajovém rozboru shodně uvedly, že na své soupeřky nestačily silově. Výsledek 5 zápasů, 1 výhra a 4 prohry mluví za vše. V neděli jsme nechali startovat 4 závodníky (Chwastarzoová A., Pustějovský T. , Selecký L. a Král J.). Alena vzdala úpravu váhy a v 57ce neměla šanci. Tomáš měl těžký los.. V prvním utkání natouplil proti Rusovi a v opravách proti Kazachovi, kteří oba brali medaili. Nedal jim vůbec nic zadarmo a svou zarputilostí své soupeře potrápil, přesto svá utkání nakonec prohrál. Selda se technicky hledá, přesto to svou bojovností dotáhl až k boji o bronz, kde prohrál, přesto veze krásné 5. místo. Kuba vyhrál první zápas se Slovincem, ale ve druhém narazil na pozdějšího vítěze z Ruska. V opravách nestačil na Slovince a bylo vymalováno. Přesto zaslouží pochvalu. Turnaj byl velice kvalitně obsazen závodníky z 24 států. Přijeli i Japonci. Odpoledne byl naplánován turnaj družstev, kterého se zúčastnily pouze reprezentační výběry holek a chlapců ČR, kteří se vůbec neztratily a holky dokonce skončily na výborném 3. místě. Všichni pak zůstali na dvoudenní VT, ale to už budeme s Kozišem hodnotit v samostatné zprávě. Myslíme si, že turnaj všem otevřel ještě více oči, hlavně závodníci si uvědomili své nedostatky, na kterých budeme společně ještě více intenzivněji pracovat a pevně věříme, že se výsledky dostaví !!!

ZPRÁVA TRENÉRA

VT KOROŠKA U16 a U18

Místo : Slovenj Gradec, SLO

Datum : 17. – 18.11.2014

Po ukončení víkendového turnaje kategorií U14, U16 a U18 jsme se zúčastnili i následného dvoudenního VT, které patřilo k dalším cílům naší výpravy.

Trenéři :	Koza Dušan a Martínek Roman
Děvčata :	Polášková Kristýna (1. JCBO)
	Martínková Adéla (1. JCBO)
	Chwastarzová Alena (1. JCBO)
	Škrobánková Alžběta (Slezan Opava)
Kluci :	Pustějovský Tomáš (1. JCBO)
	Raška Michael (1. JCBO)
	Selecký Lukáš (1. JCBO) a RDD
	Král Jakub (1. JCBO)
	Pupakis Sotirios (1. JCBO)
	Chlopčík Ondřej (SKP Ostrava)
	Rýpar Radek (Judo Závašice)

Campu se zúčastnilo na 150 závodníků, byl po oba dny rozdělen do dvou fází – dopolední (9:00 – 11:00) a odpolední (15:00- 17:00). Campu se účastnily také národní výběry těchto států HUN, NED, AZE,CZE, AUT. Také se ho účastnil tým s Japonska, což bylo velmi milé zpestření. Celý camp byl zaměřen na randori a proběhl na velmi vysoké úrovni. Každý měl možnost změřit své síly s kvalitním sparingem. I přes své mnohé bolístky všichni naši borci přistoupili zodpovědně a vezou si cenné zkušenosti. Zatím se nedokážeme na turnajích vypořádat a to mnohdy zbytečného respektu ze svých soupeřů. Myslíme si, že se akce zdařila na výbornou, všichni si odnesli spoustu nových zkušeností, kterých, jak pevně věříme beze zbytku využijí ve své další práci jak v tréninku tak také na turnajích doma i v zahraničí.

Vidíme a cítíme jako trenéři, že podobné campy jsou nezbytnou součástí naší přípravy těch, kteří mají největší ambice. Ukazuje se, že mnohdy vidíme a je velmi důležité, aby závodníci sami pochopili v čem zaostávají za nejlepšími evropskými judisty. Sami přicházejí na to, že je to především v boji o úchop, v síle úchopu, ve fyzické kondici, obratnosti a bojovnosti. Ano v randori jsme často rovnocennými soupeři a jsme schopní i vzdorovat, ale samozřejmě že do určité meze. V závěrečném golden-score, při tréninku v randori jsme skoro vždy prohráli. Což bylo i pro nás trenéry nemilé překvapení. Prostě často v závěru chyběla lepší kondice a samozřejmě vůle a chuť!!!

Je ale velmi důležité si uvědomit, že s lepší fyzickou kondicí a větším objemem tréninků, poroste také nejen naše kvalita, ale především sebevědomí, které nás často brzdí v soubojích. Je jasné, že pokud sami cítí závodníci, že soupeř je silnější v mnoha parametrech, ztrácí na sebevědomí a pak nastává problém.

Ale co je úplně nejdůležitější, je to, že to jsou všechno věci, které se dají POCTIVÝM, KVALITNÍM A PRAVIDELNÝM tréninkem celkem dobře odstranit.

My trenéři jsme ty nedostatky viděli, uměli jsme je pojmenovat a víme jak je odstranit. Co nás velmi potěšilo, tak to bylo to, že ty nedostatky viděli a uměli pojmenovat také naši závodníci!!!!

Nezbývá, než se opět pustit do práce.

v Ostravě dne : **18.11.2014**

zpracovali : Koza D. a Martínek R.
pověření trenéři 1. JCBO