

Hodnocení Judo Campu v Raškovících 2015

Termín: 25. – 27.9.2015

Seznam účastníků (statečných):

1. Kuncová Viktorie
2. Václavková Tereza
3. Meixner Michal
4. Meixner Tomáš
5. Mojžíšek Lukáš
6. Blažej Jan
7. Tycar Štěpán

Trenérské obsazení:

- Jan Babinec

V pátek odpoledne jsme vyjeli auty do Raškovíc. Cesta byla příjemná a příjezd do Raškovíc proběhl bez problémů.

Děti se zúčastnili tréninkového Campu v přípravě na MČR, které proběhnou v měsíci 10/2015 pro starší žáky (Jičín) a 11/2015 pro kategorii mladší žáky (Ostrava).

Musím konstatovat, že náplň campu byla velmi náročná a za tři dny děti natrénovaly až 14 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. Nebýt sobotní indispozice Štěpána Tycara (zvýšená teplota), tak by všichni absolvovali celou přípravu.

Na soustředění jsme za nejlepšími zaostávali!!!! 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. No nechci vše jen kritizovat, neboť výkon a odhodlání bylo téměř 100%, ale to nestačí!!!! Chce to **pocitivý a pravidelný** trénink!!! Například v pondělní státní svátek přišli jen dva borci na trénink a to je před ČP Teplice na pováženou. Ostatní nejsou nejlepší tým, že by trénovali něco jiného než my, jen „prostě“ trénují pravidelněji a naplno!!!

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.

Omluveni byli: Brzusková Marie (nemoc), Bulka Vojtěch (zranění po ČP Brno), Pavlica Tomáš, Pavlica Lukáš – (oba zranění po ČP Brno)

Doporučení: Soustředění je vhodné také pro kategorii mladších žáků!!!

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

DĚKUJEME!!!

Zpracoval. Jan Babinec, trenér starších žáků