



1. Judo club Baník Ostrava, z.s.

ZPRÁVA TRENÉRA

MČR mužů a žen Jablonec nad Nisou

Datum: 1.10.2022

Kategorie: muži a ženy

Počet závodníků 1.JCBO: 3 muži z toho: 1 žena
6 juniorů 1 juniorka
+ Ondřej Hula(Slezan Opava) + Lucie Kochová(Judo Bohumín)

Trenéři: Hvozdovič Miroslav

Hodnocení:

Matěj - z pozice nasazené jedničky měl dobrou výchozí pozici do turnaje, kterou potvrdil, soupeř byl nepřijemný, nicméně Matěj zápas zvládl i takticky.

Finále bylo o lepší fyzické kondici, postupem zápasu získával Matěj na vrch a v druhé polovině zápasu skoroval a vedení udržel. Mohl tak slavit svůj první titul mistra české republiky.

Radek - zvládl první dva duely podle předpokladů, i když se u nich zapotil. Je znát jarní pauza kvůli zranění zad. Ve finále narazil na Davida Půlkrábka, českého reprezentanta a účastníka MS. Většinu zápasu si uměl pohlídat osobní technika soupeře, až ve třetí minutě neuhlídal seoi-nage. Ke konci zápasu už šel do rizika a soupeř kontrem skoroval podruhé.

Karolína - podala velice bojovný výkon, tradiční soupeřky už porazí opakovaně, zvládla výhrát čtyři utkání, bohužel v tom „o titul“, zazmatkovala a nepřipravenou ztečí se nechala okontrovat.

Ondřej (Slezan Opava) - velká škoda, že k první zápasu nastoupil **nekoncentrovaný**, možná bude třeba se zamyslet nad změnou v rozcvičování, každopádně „zaspal“, a prohrál. V dalším průběhu už ale podal bojovný výkon a po zásluze si došel pro svou první seniorskou medaili.

Šimon - zvládl své dva zápasy s přehledem a je vidět rostoucí sebevědomí se kterým nastoupil bez přehnaného respektu i do semifinále proti Bydžovskému. Ještě chybí trochu síla a větší praxe zápasů s těžkými soupeři, aby seniorského reprezentanta více potrápil, nicméně





1. Judo club Baník Ostrava, z.s.

Šimon je na dobré cestě, což potvrdil i v zápasu o bronz, kdy vedl na wazari, skoroval povedenou seoi-nagou, bohužel vedení neudržel zejména po taktické stránce.

Saša - ač bez pravidelné letní přípravy ovlivněné mononukleózou, podala spolehlivý výkon, vyhrála dva zápasy a při větším tréninkovém objemu, může klidně pomýšlet na medaili.

Daniel – byť obsadil sedmé místo, bylo to bez vyhraného zápasu, tudíž se neuvádí.

Pokroky dělá, ale chtělo by to více aktivní přístup v tréninku a učit se z chyb, které opakuje pořád dokola.

Po jednom zápasu vyhráli **Tomáš Meixner**, **Filip Kršňák** a **Jirka Lindovský**, jako prvním rokem junioři mají lepší výsledky před sebou, pokud vydrží v tréninkovém procesu!

Zvláště u Tomáše, který startoval na velkém turnaji po 1,5 roce zaviněném urazem kolene.

Rozhodně má na to se prát o titul. Věří, že to dožene brzy.

Jan Babič - potřebuje čas při přechodu do 81, hlavně v seniorské kategorii, jeho primárním cílem bude juniorský šampionát na jaře.

Jirka Svoboda - se už věnuje výlučně trénování st.žáků, nemá prostor se připravovat individuálně na Mčr.

Lucka Kochová (Judo Bohumín) – tentokrát se jí nevedlo, zřejmě se podepsala úprava váhy, ve druhém zápase jí došlo.

jméno	příjmení	hm. kategorie	počet výher/proher	umístění
Matěj	Silvestr	100	2/0	1.
Karolína	Michálková	78	4/1	2.
Radek	Rýpar	60	2/1	2.
Ondřej	Hula	66	3/1	3.
Alexandra	Kokešová	78	2/3	4.
Šimon	Křížek	73	2/2	5.
Daniel	Chlebovský	100	0/2	7.
Jiří	Lindovský	73	1/1	-
Filip	Kršňák	73	1/1	-
Tomáš	Meixner	66	1/2	-
Jan	Babič	81	0/2	-
Jiří	Svoboda	90	0/1	-
Lucie	Kochová	52	0/2	-
			18/19	

OSTRAVA!!!

OSTRAVA!!!
MORAVSKÁ OSTRAVA
A PŘÍVOZ

OSTRAVA!!!
VÍTKOVICE

OSTRAVA!!!
OSTRAVA-JIH

OSTRAVA!!!
PORUBA

Moravskoslezský
kraj

IPPON
CLUB PRO ROZVOJ ČLOVĚKA

givt
křivka pomáhá

společně tvoříme
JIH!!!

sienna sport



NDTECH
PROJEKTUJEME VAŠI PRÁCI

HYUNDAI

VEOLIA
Vodní Komunita ČR, s.r.o.

Espresso

BW
Best Western



CISO

Fanděte nám na
SportujvOstrave.cz

MČT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

III
NADACE ČEZ

waterlogic

OSTRAVA!!!
MARIÁNSKÉ HORY
A HULVÁKY

CZ
PI

PŘEKRAČUJEME HRANICE
PRZEKRACZAMY GRANICE
2014—2020



EVROPSKÁ UNIE / UNIA EUROPEJSKA
EVROPSKÝ FOND PRO REGIONÁLNÍ ROZVOJ
EUROPEJSKI FUNDUSZ ROZWOJU REGIONALNEGO



1. Judo club Baník Ostrava, z.s.

V Ostravě: 13.10.2022

Zpracoval: Hvozdovič Miroslav



J. Misky 71/11, Ostrava 30, 700 30
IČO: 27015891
DIČ: CZ27015891

č.ú. 1659796339/0800
www.ljcb.cz
info@ljcb.cz