



1. Judo club Baník Ostrava, z.s.

ZPRÁVA TRENÉRA

VT Hranice na Moravě (U18,U21,senioři)

Datum: 6.8. – 11.8.2023

Kategorie: dorostenci,junioři, senioři

Počet závodníků 1.JCBO:18

Trenéři: Hvozdovič, Koza

Hodnocení:

V daném termínu proběhl další z letních přípravných kempů RDD a RDJ. Tento byl zaměřený v 1 fázi na techniku, téma byla seoi-naga a uči-mata, sportovci byli rozděleni do skupin podle preferencí daných chvátů, tyto skupiny byly rozděleny i časově. V druhé, odpolední fázi bylo randori, vzhledem k přípravě juniorů na blížící se ME, bylo randori zaměřené na startující na této vrcholné akci.

Část sportovců našeho klubu plynule navázala na tento kemp kempem v Chorvatské Crkvenici.

Tentokrát zvládli naši sportovci kemp bez větších zdravotních potíží.

V Ostravě: 16.8.2023

Zpracoval: Hvozdovič



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

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