



Výroční zpráva o činnosti za r. 2017

1. JUDO CLUB Baník Ostrava

Působí v městě Ostravě již od roku 1951

Náš klub podporují :

OSTRAVA!!!

OSTRAVA!!!
MORAVSKÁ OSTRAVA
A PŘÍVOZ

OSTRAVA!!!
VÍTKOVICE

OSTRAVA!!!
OSTRAVA-JIH

OSTRAVA!!!
PORUBA

 Moravskoslezský kraj

IPPON
SHOP PRO BUDOVE SPORTY

park inn
by Radisson

AUTO TICHÝ

SCHÖNOX
Let's stick together

α
Alpha síťoví



VEOLIA
Čistota je klíčem k úspěchu

RYSPOL
JL stěhovací firma CZ

 Česká průmyslová zdravotní pojišťovna

KOBERCE NEUWIRT



GASTRO
Restaurace

Rybex

ArcelorMittal

CISO

sienna sport

dřs.cz

Best Western
Hotel Vista
★★★★

 Sportovní gymnázium Ostrava
a Emba zátopkových Ostrava

CZ PI

PŘEKRAČUJEME HRANICE
PRZEKRACZAMY GRANICE
2014—2020



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

Zpracoval: Ing. Martin Pavlica a kol.
V Ostravě 20.6.2018

Obsah

Úvodní slovo	3
Výbor klubu	4
Trenérská rada.....	4
Členská základna.....	6
Tréninková střediska	7
Sareza Ostrava Přívoz – Roman Martínek	7
Tréninkové centrum Jindřicha Kaděry – Jan Janovský	9
ZŠ Škarvady – Matyáš Otto	10
ZŠ Kosmonautů – Jan Plečka	12
DDM Hlučín– Vítězslav Mečár	14
Mateřské školy – Markéta Pavlicová	14
ZŠ Březinova – Radek Ďurina	15
ZŠ Mitušova – Tomáš Heczko	16
ZŠ Proskovice – Josef Boháček	16
ZŠ Dolní Lhota – Hana Šalamounová	16
ZŠ B. Dvorského – Leoš Macháček	17
Sportovní výsledky	17
Mlád'ata – Matyáš Otto	17
Mladší žáci a žákyně – Michaela Boháčová	19
Starší žáci a žákyně SpS - sportovní středisko – Miroslav Hvozdovič	20
Dorostenci a dorostenky – Dušan Koza	21
Junioři a juniorky – Roman Martínek	25
Muži a ženy – Roman Martínek	27
Veteráni - Jiří Černota	30
Ostatní aktivity	31
Sebeobrana – Jiří Svitič	31
Sportovní škola (projekt Judo škol) – Plečka Jan	32
Sportovní gymnázium – Dušan Koza	32
Regionální výběr žáků – O. Libo	34
Sportovní centrum mládeže Ostrava – Dušan Koza	38
Centrum individuálních sportů Ostrava – Dušan Koza	41
Pořádání turnajů – Leoš Macháček	41
Pořádání klubových kempů – Leoš Macháček	42
Ples – Jan Babinec	42
Den dětí – Radek Ďurina	43
Judo show – Radek Ďurina	43

Úvodní slovo

Vážení členové, sponzoři a přátelé našeho klubu,

jak už to tak bývá v uplynulém roce se nám něco povedlo a něco zase ne až tak, jak bychom si asi sami představovali. Nicméně lze s jistotou opět říci, že se nám podařilo pomyslnou laťku posunout zase o kousíček výše. Ze všeho nevíce nás samozřejmě potěšily sportovní výsledky, kterých dosáhli členové Sportovního centra mládeže Ostrava a Sportovního gymnázia Dany a Emila Zátopkových Radek Rýpar z Judo Závěšice a Zuzana Janiczková z Judo DDM Třinec. Oběma se dařilo v průběhu roku opakovaně obsazovat bodovaná místa na turnajích Evropského poháru a završit tyto výsledky získáním bronzových medailí. Radovi na turnaji EP v Teplicích a Zuzaně v ruské Tule. Tím se nominovali na Mistrovství Evropy dorostu a Evropské olympijské hry mládeže, kde oba shodně obsadili 9. místo.

Po ukončení činnosti odchovance Baníku Ostrava a právě trenéra Zuzany Janiczkové Miroslava Hvozdoviče, který dlouhodobě působil v Judo DDM Třinec se povedlo tohoto zkušeného trenéra obsadit do funkce trenéra Sportovního střediska při našem klubu.

Významně se nám v loňském roce podařilo zlepšit tréninkové podmínky v našich střediscích. Ve spolupráci s našimi přáteli z AZS Opole, našim odchovancem Jardou Kropáčkem a materiálu získaných z Denver judo clubu a Lucase ze San Diego dojo jsme použili nový typ odpružené podlahy, který se jeví kvalitnější a lepší než ten, který jsme doposud používali a jeho instalace je za téměř čtvrtinovou cenu. Podlahu jsme pilotně položili na ZŠ Kosmonautů 15 a po dobrých zkušenostech i na ZŠ gen. Zdeňka Škarvady. U obou středisek jsme položili také nové tatami, které jsme zakoupili v rámci projektu „Judo spojuje pohraničí“. Po dohodě a jednáních se spol. Sportovní a rekreační zařízení města Ostravy, s.r.o. bylo zakoupeno nové tatami také ve sportovní hale v Ostravě-Přívoze. Během prázdnin proběhla celková rekonstrukce a přestavba sociálního zařízení a šaten ve středisku v Ostravě Hrabůvce, které bylo v závěru roku vybaveno také novým zařízením šaten, sprch a šaten trenérů. Po rekonstrukci při slavnostním otevření při příležitosti životního jubilea našeho nejúspěšnějšího závodníka a dlouholetého funkcionáře a trenéra Jindřicha Kaděry bylo toto naše středisko za účasti našich významných členů, místostarostky Městského obvodu Ostrava - jih Ing. Hany Tichánkové, předsedy a místopředsedy Českého svazu juda Mgr. Jiřího Dolejše a Mgr. Marka Nádvorníka, předsedkyně Krajského svazu juda Mgr. Kláry Štefánikové a dalších, přejmenováno na tréninkové centrum Jindřicha Kaděry; info - [\[zde...\]](#).

Velký úspěch zaznamenal turnaj českého poháru velká cena Ostravy, jehož konání jsme přesunuli do nové atletické haly. Turnaj dosáhl svého historického maxima v počtu účastníků i počtu účastnických zemí. Byli jsme oceněni Českým svazem juda, jako nejlepší pořadatelé r. 2017.

Proto mi na závěr dovoluji poděkovat všem našim trenérům a funkcionářům našeho klubu. Všem dobrovolníkům, kteří náš klub podporují nebo nám jakkoli pomáhají. Poděkovat chci také těm, kteří nás podporují finančně a díky tomu pak můžeme naši činnost neustále rozvíjet a zlepšovat. Mimo řadu z Vás rodičů našich dětí, kteří nás finančně podpořili přímo nebo pomocí sbírek, je nutno také poděkovat zejména za finanční podporu Ministerstvu školství, mládeže a tělovýchovy, Magistrátu města Ostravy, Krajskému úřadu Moravskoslezského kraje, úřadům městských obvodů Moravská Ostrava a Přívoz, Ostrava Jih a Ostrava Poruba a samozřejmě také všem dalším sponzorům.



Martin Pavlica, předseda klubu

Výbor klubu

Bohužel na svolanou členskou schůzi se nedostavil dostatečný počet členů klubu a nebyla tudíž usnášení schopná. Proto bylo nutno svolat náhradní zasedání členské schůze, která se konala 17.7.2017.

Výbor klubu pracoval beze změny ve stejném složení jako v roce předcházejícím:

Předseda	Pavlica Martin
Místopředseda	Koza Dušan
Hospodář	Markéta Pavlicová
Předseda klubové trenérské rady	Dušan Koza
Organizační pracovník pro administrativu	Babinec Jan
Organizační pracovník	Macháček Leoš
Organizační pracovník pro propagaci	Řurina Radek
Organizační pracovník pro koordinaci dobrovolníků	Heczko Tomáš
Vedoucí střediska Hrabůvka	Janovský Jan

Trenérská rada

Trenérská rada 1. Judo klubu Baník Ostrava, z.s. v roce 2017 pracovala a scházela se k jednání v tomto složení:

Předseda trenérské rady: Dušan Koza

Členové trenérské rady:

zodp. tr. benjamínci:	Matyáš Otto
zodp. tr. mladší žáci:	Michaela Boháčová
zodp. tr. starší žáci:	Pavel Kohn, Miroslav Hvozdovič
Zástupce rozhodčích:	Jan Janovský
zodp tr. za Extraligu:	Roman Martínek
Poradce:	Martin Pavlica

Trenérská rada se scházela k jednání v pravidelných intervalech, vždy ve čtvrtek v poslední týden v měsíci, na Sareze v Ostravě- Přívoze.

Z každého jednání byl předsedou trenérské rady vypracován podrobný zápis z jednání, kde byly srozumitelné úkoly a plány na další období. Zápis byl poté uložen na klubový intranet - One Drive. Ve spolupráci s naším klubem se podařilo uspořádat pro naše trenéry hned několik trenérských seminářů, které probíhaly v neděli v dopoledních hodinách na Tréninkovém centru Jindřicha Kaděry. Tyto semináře byly otevřeny pro všechny zájemce nejen z řad trenérů našeho klubu, ale také všem zájemcům z řad klubů moravskoslezského kraje, olomouckého kraje a dalším.

Semináře 1.JCBO:

8. 1. 2017 Cvičení s judo míčkem, základy první pomoci – Dušan Koza, kterého se účastnilo 8. trenérů z řad 1. JCBO.

10. 9. 2017 Poznatky z cesty po Japonsku – Matyáš Otto, kterého se účastnilo 11. trenérů z řad 1. JCBO.

17. 12. 2017 Náplně a cíle jednotlivých tréninkových skupin 1.JCBO – Dušan Koza, kterého se účastnilo 11. trenérů z řad 1.JCBO.

Další semináře, kterých se naši trenéři, ale též rozhodčí účastnili, byli semináře konané pod patronací Českého svazu juda. Byli to semináře:

28. 1. 2017 Nová pravidla judo (Olomouc) – seminář ČSJu. Tohoto semináře se účastnilo 9. trenérů z 1.JCBO.

4. 2. 2017 Nová pravidla judo – seminář MSKSJu. Tohoto semináře se účastnilo 5. trenérů z 1.JCBO

10. 12. 2017 Seminář Čsju – Jane Bridge (GBR). Tento seminář byl zaměřen na věkovou skupinu starší žáci a týkal se jak technik v nage waza, tak technik v Ne Waza, stability, vychylování, kumi katu. Z našeho klubu se účastnilo 5. trenérů.

Dalším zajímavým seminářem, kterého jsme se účastnili, byl seminář, který organizovala ostravská společnost CISO:

18. 7. 2017 Mentální koučink – Marian Jelínek, který se konal v aule Vysoké školy bánské a účastnilo se jej 10. trenérů našeho klubu



Také v roce 2017 došlo hned k několika změnám v trenérských funkcích.

Po letech se do klubu vrátil Miroslav Hvozdovič, odchovanec našeho klubu, který se stal hlavním trenérem u družstva starších žáků.

U družstva juniorů nahradil po dohodě Martina Holého, Roman Martínek, který se stal nově hlavním trenérem tohoto družstva.

Také vzdělávání trenérů v roce 2017 běželo na plno:

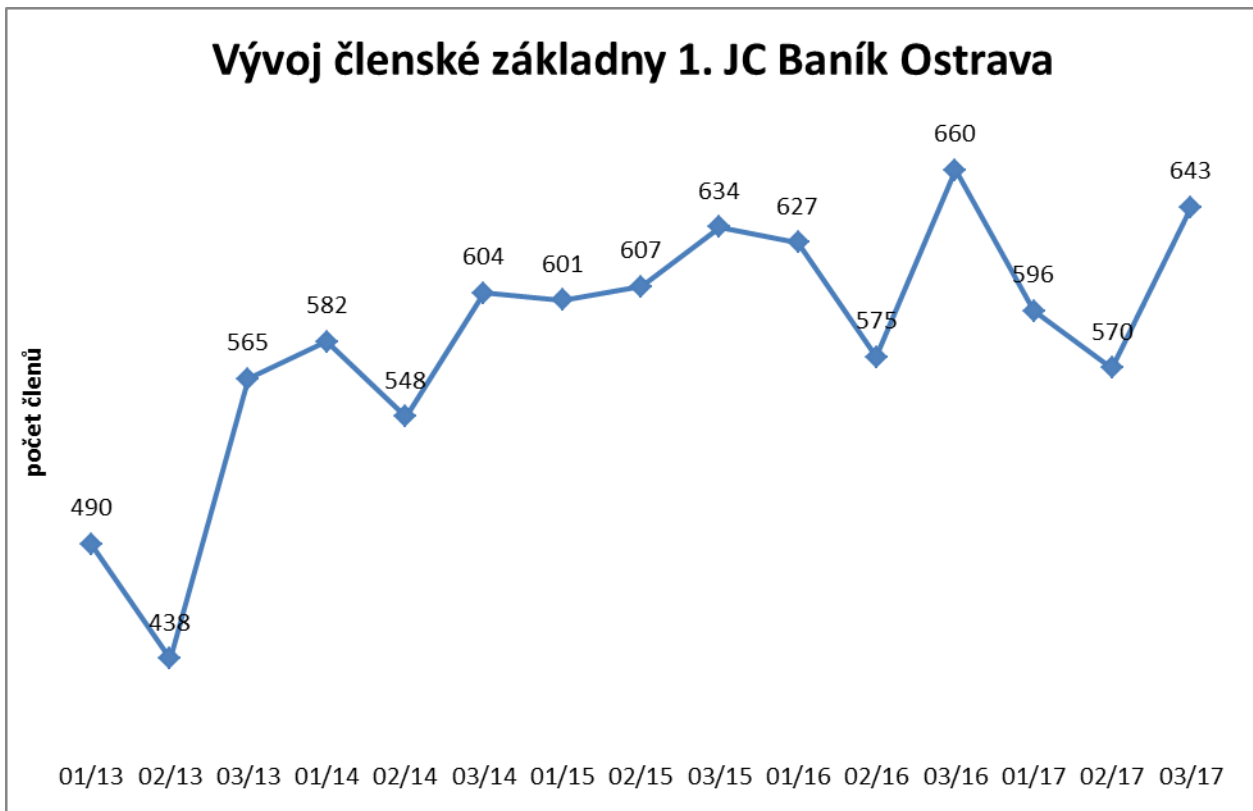
Nově se trenérem 1. třídy stal Zdeněk Třetina.

Trenéry 2. třídy se nově stali Pavel Kohn a Miroslav Hvozdovič.

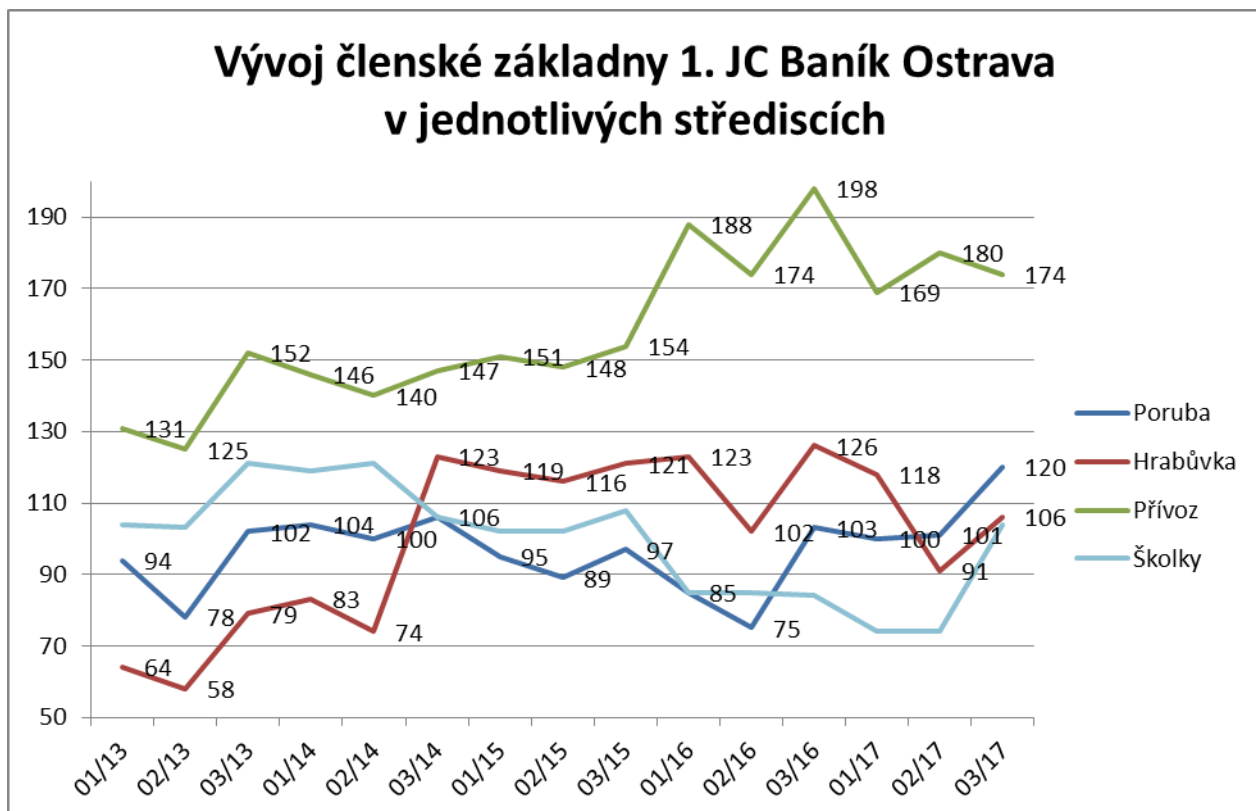
Trenérské studium na FTVS v Praze zahájili trenéři Dušan Koza, Roman Martínek, Jiří Svitič a Jan Babinec.

Práce trenérské rady se v tomto roce velmi posílila a zkonsolidovala. Jednotliví členové trenérské rady a zodpovědní trenéři velmi dobře spolupracovali a vycházeli si vstříc napříč kategoriemi. Podařilo se bez větších problémů, ve spolupráci trenérsky zajistit všechny vytipované turnaje jak doma, tak v zahraničí ve všech kategoriích a typu soutěží.

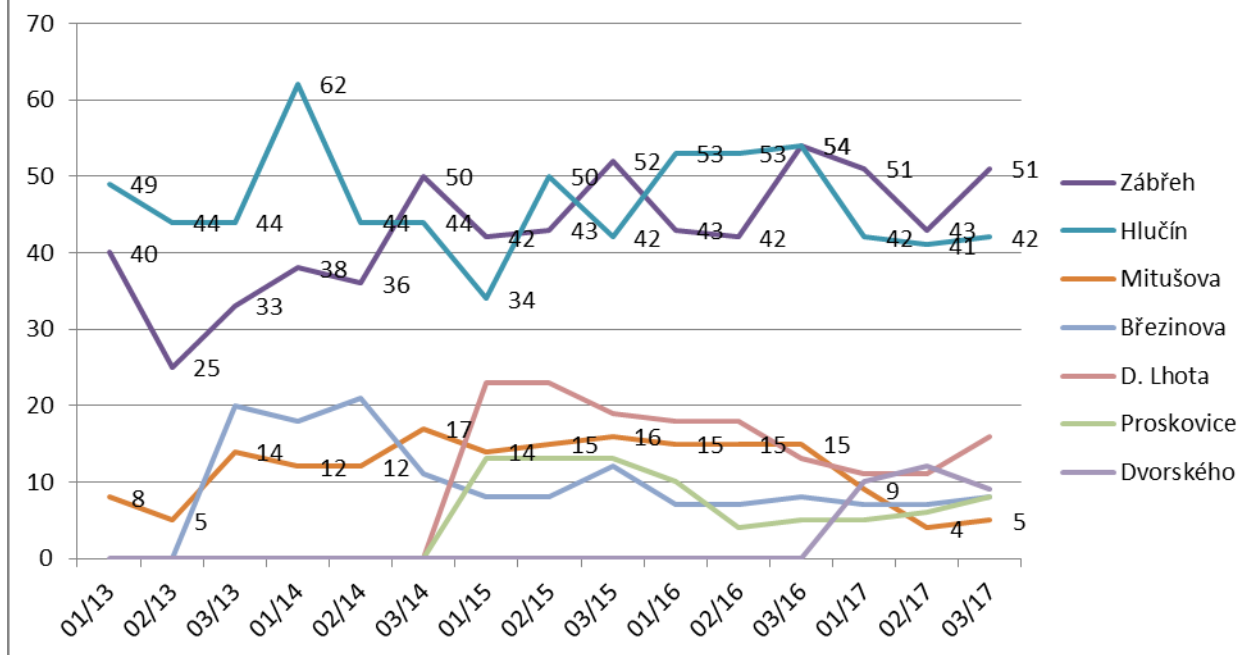
Členská základna



Vidíme, že v posledním roce došlo úbytku členské základny. Jediným střediskem kde došlo k nárůstu členské základny byla Poruba. U zbytku středisek došlo k větším či menším poklesům členské základny.



Vývoj členské základny 1. JC Baník Ostrava v jednotlivých střediscích



Tréninková střediska

Sareza Ostrava Přívoz – Roman Martínek

Středisko Sareza patří co do počtu našich členů k největším střediskům při 1. Judo Club Baník Ostrava. Celkem je na tomto středisku registrováno kolem 180 členů. Tito se pod vedením trenérů a jejich asistentů našeho klubu připravují v 7 tréninkových skupinách.

- ❖ **Přípravka** - trenéři : Martínek R., Boháčová M., Holý M., Kohn P. (Vykoupil B.)
- ❖ **Mlád'ata** - trenéři : Martínek R., Boháčová M., Holý M., Kohn P. (Vykoupil B.)
- ❖ **Mladší žáci** - trenéři : Boháčová M., Martínek R., Holý M.
- ❖ **Starší žáci** - trenéři : Babinec J., Kohn P. a Hvozdovič M.
- ❖ **Dorostenci, junioři, muži** - trenéři : Koza D., Martínek R., Kohn P. (Borbély R., Štefánik J.)
- ❖ **Judo pro všechny** - trenéři : Kohn P., Kubina M.
- ❖ **Sebeobrana** - trenér : Svitič J.

V průběhu měsíce dubna došlo k plánované výměně stávajícího a nevyhovujícího tatami za nové. V květnu letošního roku pak z důvodu rekonstrukce střediska OC Hrabůvka došlo ke spojení tréninkových jednotek obou středisek. Další důležitá změna byla provedena na postu vedoucího trenéra skupiny starších žáků, kdy Pavla Kohna nahradil Miroslav Hvozdovič, který se tím zároveň ujal funkce trenéra SpS.

AKCE STŘEDISKA SAREZA POŘÁDANÉ V ROCE 2017

Soutěže jednotlivců

➤ Muži a ženy

datum	Název soutěže	váha	příjmení	jméno	umístění
18.3.2017	ČP - Memoriál Jana Stankoviče	48 kg	Kuncová	Viktorie	2
18.3.2017	ČP - Memoriál Jana Stankoviče	66 kg	Kohn	Tomáš	4
18.3.2017	ČP - Memoriál Jana Stankoviče	73 kg	Kohn	Pavel	3
18.3.2017	ČP - Memoriál Jana Stankoviče	81 kg	Pátek	Jan	3
18.3.2017	ČP - Memoriál Jana Stankoviče	90 kg	Svoboda	Jiří	2
18.3.2017	ČP - Memoriál Jana Stankoviče	+ 100 kg	Král	Jakub	3

➤ Benjamínci

datum	Název soutěže	váha	příjmení	jméno	umístění
24.6.2017	Turnaj přípravek	37	Malinovský	Jiří	3
24.6.2017	Turnaj přípravek	37	Březný	Filip	4
24.6.2017	Turnaj přípravek	37	Bodurová	Kateřina	2
24.6.2017	Turnaj přípravek	37	Kulhánek	Adam	1
24.6.2017	Turnaj přípravek	26	Fojtík	Jiří Václav	3
24.6.2017	Turnaj přípravek	26	Martinásek	Šimon	2
24.6.2017	Turnaj přípravek	26	Slovák	Jiří	4
24.6.2017	Turnaj přípravek	26	Mařec	Tomáš	1
24.6.2017	Turnaj přípravek	33	Havelka	Štěpán	1
24.6.2017	Turnaj přípravek	33	Stark	Vojtěch	3
24.6.2017	Turnaj přípravek	33	Sládek	Maxmilián	2
24.6.2017	Turnaj přípravek	33	Dastych	Filip	4
24.6.2017	Turnaj přípravek	49	Lošáková	Lucie	2
24.6.2017	Turnaj přípravek	49	Brož	Ondřej	1
24.6.2017	Turnaj přípravek	49	Dvořák	Josef	4
24.6.2017	Turnaj přípravek	49	Morcinek	Lukáš	3
24.6.2017	Turnaj přípravek	23	Bechný	Adam	2
24.6.2017	Turnaj přípravek	23	Přichystal	Leon	3
24.6.2017	Turnaj přípravek	23	Nováček	Nikolas	1
24.6.2017	Turnaj přípravek	25	Ciora	Jakub	3
24.6.2017	Turnaj přípravek	25	Kusyn	Oliver	5
24.6.2017	Turnaj přípravek	25	Vavrla	Alexandr	2
24.6.2017	Turnaj přípravek	25	Šelong	Tadeáš	4
24.6.2017	Turnaj přípravek	25	Stojčev	Matyáš	1
24.6.2017	Turnaj přípravek	30	Vjaclovský	David	4
24.6.2017	Turnaj přípravek	30	Lysický	Sebastián	1
24.6.2017	Turnaj přípravek	30	Grobelný	Vít	2
24.6.2017	Turnaj přípravek	30	Stohlová	Karolína	3

24.6.2017	Turnaj přípravek	31	Blahová	Alexandra	2
24.6.2017	Turnaj přípravek	31	Ryška	Filip	1
24.6.2017	Turnaj přípravek	42	Buček	Daniel	4
24.6.2017	Turnaj přípravek	42	Šumský	Mírolav	2
24.6.2017	Turnaj přípravek	42	Románek	Jakub	3
24.6.2017	Turnaj přípravek	42	Vlk	František	1
24.6.2017	Turnaj přípravek	45,5	Šimkovič	Ondřej	3
24.6.2017	Turnaj přípravek	45,5	Závodný	Matyáš	2
24.6.2017	Turnaj přípravek	45,5	Nghiemová	Natálie	1
24.6.2017	Turnaj přípravek	54	Grobelný	Václav	1

Závěr :

Závěrem chci poděkovat všem zaměstnancům střediska Sareza za bezproblémový rok 2017 a trenérům za přípravu svých svěřenců, a tímto i popřát mnoho úspěchů v roce 2018.

Tréninkové centrum Jindřicha Kaděry – Jan Janovský



V roce 2017 prošlo naše středisko velkou rekonstrukcí. Ve spolupráci s Městským úřadem Ostrava- Jih, který je majitelem objektu, kde se naše středisko nachází, se podařilo zrekonstruovat veškeré sociální zařízení. Rekonstrukce probíhala od začátku června do 29.9., kdy proběhla slavnostní kolaudace. Té se zúčastnili mezi jinými:

Za městský úřad Ostrava- jih-
místostarostka p. ing. Hana
Tichánková

Za Český svaz juda předseda Jiří

Dolejš. Za 1. judo club Baník Ostrava- současní a bývalí členové klubu.

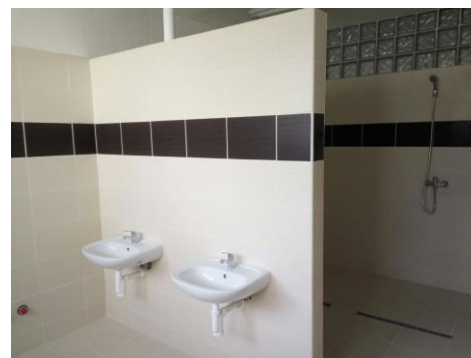
Při této příležitosti jsme naše středisko přejmenovali z olympijského střediska Hrabůvka na TRÉNINKOVÉ CENTRUM JINDŘICHA KADĚRY.

V době, kdy se středisko rekonstruovalo, trénovaly naše skupiny dětí a veteránů, na našich dalších střediscích s ostatními, stejně starými dětmi z těchto středisek.



I přes čtyměsíční pauzu, kdy nebylo možné středisko využívat, se v roce 2017 na středisku v Hrabůvce konala spousta aktivit:

1. Turnaje přípravek
2. Tréninkové judo víkendy na tatami
3. Soustředění reprezentačních výběrů žáků a dorostenců
4. Soustředění našich tréninkových skupin
5. Soutěže krajských přeborů dorostenců, juniorů, mužů a žen
6. Den dětí
7. Příměstský tábor
8. Semináře trenérů



ZŠ Škarvady – Matyáš Otto

Porubské středisko zaznamenalo v roce 2017 řadu organizačních změn, a proto jej můžeme považovat za významný. Došlo k opětovnému zapojení zkušeného trenéra Jana Babince, zvýšení počtu tréninkových jednotek skupiny žáků (u některých již na 4x týdně) a vybudování odpružené podlahy, na kterou bylo položeno nové tatami, což postavilo úroveň přípravy devadesáti porubských judistů na mnohem vyšší úroveň. Tréninkové jednotky v průběhu roku obohatila pomoc trenéra Dana Tatarina, člena Slezanu Opava.

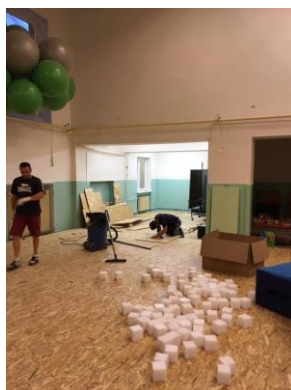


Mladí judisté byli, stejně jako v předchozích letech, rozděleni do tří výkonnostních skupin – přípravky, mlád'at a žáků, přičemž docházelo k průběžným přechodům mezi skupinami během celého roku tak, aby došlo k efektivní přípravě všech našich členů.

Trenérský tým skupiny přípravky, která je určena pro začátečníky a děti od 5 do 8 let, fungoval ve složení Jan Babinec, Matyáš Otto, a Oldřich Vlach. Zapojili se také manželé Bukovští a Kateřina Toová. Tréninková náplň byla tvořena především rozvojem základních pohybových schopností formou gymnastické a atletické průpravy,

doplněné o základní techniky v ne-waza. Skupina trénovala dvakrát týdně, po hodině a půl.

Skupina mlád'at, v níž cvičili děti ve věku 9 a 10 let, byla vedena Janem Babincem, Janem Mertou a Matyášem Otto. Základními kameny kvalitní přípravy byli i další trenéři – manželé Bukovští, Oldřich Vlach nebo Kateřina Toová. V této skupině se již vyučovaly první techniky v postoji a naprostá většina mladých nadějí již obarvila svůj pásek díky úspěšnému složení zkoušky na vyšší kyu. Někteří z nich také sebrali odvahu a účastnili se klubových



turnajů přípravek, kde jsme početně dominovali. Mlád'ata trénovala dvakrát týdně, po hodině a půl.

Judistům nejstaršího týmu předávali své zkušenosti Matyáš Otto, Jiří Svoboda, Tomáš Mikenda a také Radoslav Dedek. Děti ve věku od 11 do 13 let se věnovali technikám do 4. kyu a přípravě na turnaje v okolí i



zahraničí. Porubští judisté se účastnili klubových výcvikových táborů, někteří z nich pak pobytu ve francouzském Rouenu. Z tohoto týmu se podařilo dotáhnout přechod skupiny nadějných závodníků na tréninkové středisko Sareza, za zmínku stojí i druhé místo na přeboru republiky mladších žáků Terezy Mikendové. Porubští žáci trénovali v první půlce roku dvakrát, od září již třikrát týdně, vždy hodinu a půl. Někteří využívali také individuálních nedělních tréninků, díky kterým se jejich vývoj znatelně urychluje.



Trenéři porubského střediska v roce 2017 uspořádali pro své svěřence několik „nejjudistických“ akcí, které napomohly k budování týmového ducha. V zimě proběhl třídní lyžařský kurz na Visalajích, léto vyplnila jeden víkend vodní turistika na slovenském Dunajci, na podzim se zase pět dní judisté bavili v jeseníckých Vernířovicích. Na závěr roku proběhl, již tradiční, společný trénink s rodiči, symbolicky zakončující naše celoroční snažení.



Všem trenérům podílejícím se na tréninkové přípravě ale i organizaci víkendových pobytů či turnajů patří velké uznání, vždyť bez jejich zapojení by šly výše uvedené záležitosti jen těžko zrealizovat. Velmi si ceníme také zapojení rodičů, které se v letošním roce opět ukázalo jako klíčové. V příštím roce očekáváme další zvýšení počtu tréninkových hodin, čímž se přiblížíme využití nového tatami na sto procent.





V roce 2017 došlo na středisku juda Kosmonautů 15 (dále jen „K15“) 1. Judo Clubu Baník Ostrava k řadě zásadních změn a událostí, které umožnily úspěšně navázat na práci započatou v předchozích letech. Středisko, které prošlo personální stabilizací (vedoucí střediska: P. Olšovský, trenéři: R. Peter a J. Plečka) pokračovalo v aktivním a úspěšném zapojení svěřenců do turnajových klání na úrovni přípravků pro začínající závodníky, ale i v oblasti

regionálních a krajských turnajů. Cílem trenérského kolektivu bylo zúročit tréninkovou přípravu (Po a Čt – příprava a pokročilí, St – zdokonalovací trénink pro závodníky a pokročilé) provázanou s přípravou v hodinách tělesné výchovy v rámci projektu Judo do škol (viz. Sportovní škola – projekt Judo do škol), který na ZŠ K15 v Ostravě – Zábřehu realizuje 1. Judo Clubu Baník Ostrava v součinnosti s ČSJU. I v r. 2017 patřily naše děti mezi početnou skupinu účastníků na turnajích přípravků, kde se nám podařilo dosáhnout velmi dobrých výsledků. Naši svěřenci se prosadili mezi závodníky v první desítce účastníků a početné zastoupení jsme měli i v desítce druhé. Podařilo se nám navázat na úspěchy z loňského roku, kdy jsme se pokusili co nejvíce zapojit naše děti do závodní oblasti juda s tím, že jsme je chtěli nejprve seznámit s podstatou závodění, než je vyšleme na větší a prestižnější závody. Od ledna 2017 jsme se pokusili zejména u vyspělejších nebo starších dětí o vysílání na prestižnější závody, kdy se jako velice nadějní jeví Suchan Jan, Šotola Kryštof, Pospíšil Jan, Pavlík Lukáš nebo Vojtěch Stark. Po velice kvalitních výsledcích z našeho střediska



přešly k trenérce M. Boháčové sestry Alice a Silvie Rapčanovy, které dostanou prostor pro intenzivnější přípravu na závodnickou kariéru. Přejeme jim za celý kolektiv střediska K15 mnoho krásných sportovních zážitků a ještě větší počet úspěchů. V rámci soustavné přípravy dětí na závody jsme zařadili nácvik nových forem tréninku a technik 4. kyu tak, aby naše děti co nejvíce obstály v konkurenci. Zároveň jsme v rámci tréninkových jednotek zužitkovali pomůcky a podpůrné prostředky zakoupené na středisku K15, např. judo expandéry, judo míčky, balanční plošiny apod. V první čtvrtině roku 2017 bylo zakoupeno nové tatami, které bylo vyrobeno na míru v Německu. Ve spolupráci s vedením klubu a trenéry se k novému tatami podařilo vystavět i odpruženou podlahu, která vznikla i za finanční podpory klubu a dobrovolné sbírky. Díky tomu bylo středisko K15 radikálně modernizováno. Počátkem roku 2018 by měla proběhnout i rekonstrukce budovy tělocvičny a zajistit komfortnější podmínky pro tréninkové jednotky a hodiny tělesné výchovy v dojo na K15. Za to patří velké díky vedení našeho klubu, konkrétně našemu předsedovi a výboru klubu, ale také vedení školy, kde naše





středisko funguje. Modernizace pozitivně zapůsobila při náboru nových judistů, který probíhal v září 2017. Díky Dnu otevřených dveří z první čtvrtiny roku 2017 došlo k tomu, že většina nových judistů byla z řad žáků naší školy a poprvé probíhal nábor formou výběru nadaných dětí pro judo. Poprvé jsme rovněž zaznamenali zájemce, kteří k nám přišli na základě dobré reputace tréninků střediska K15.

Všechny tyto aspekty představují dobrý základ pro budoucí úspěšný rozvoj, ale také velký závazek pro všechny pracovníky a trenéry střediska. Pevně věříme, že středisko K15 může pomoci v rozvoji „baníkovského či ostravského“ juda, ale také pro větší zapojení mládeže do pohybových aktivit v oblasti Výškovic a Zábřehu.



Poslední čtvrtina roku 2017 znamenal další zásadní zvrát v personálním složení střediska K15, kdy vedoucí střediska P. Olšovský odstoupil na vlastní žádost ze zdravotních důvodů a vedením střediska byl pověřen J. Plečka. Zároveň vedení klubu začalo intenzivně jednat s trenéry 1. Judo Clubu Baník Ostrava o personálním doplnění stavu trenérů. Koncem roku 2017 P. Kohn posílil nejen řady trenérů, ale i kolektiv pedagogů na ZŠ a MŠ K15



v Ostravě – Zábřehu. I rok 2018 bude rozhodně rokem většího soutěžního klání pro naše děti a rokem zvyšování jejich kvalifikace. Současně bychom rádi zvládli modernizaci dójo K15, jeho rekonstrukci a nábor nových zájemců do našich řad. Dovolte nám na závěr poděkovat vedení našeho klubu, vedení základní školy, rodičům našich dětí a našim dětem za úžasnou atmosféru, pochopení, spolupráci a nadšení, které provází středisko K15.

Přejeme všem pevné zdraví, štěstí a mnoho úspěchů v roce 2018!



DDM Hlučín– Vítězslav Mečár

Již osmým rokem je tělocvična juda od října do května plná zkušených mladých judistů jak z řad pokročilých, tak i z řad nových talentů, které se nám daří získávat díky propagaci na kulturních akcích města Hlučína a také díky našich webových stránkách www.ljcbo.cz. V letošním školním roce 2017/2018 oslovil kroužek judo v Hlučíně také děti předškolního věku, celkem nastoupilo 45 kluků a osm děvčat.



Děti trénují dvakrát týdně rozdělení do dvou skupin :
- začátečníci Po a St 15:15h až 16:15h
- pokročilí Po a St 16:15h až 17:30h

Hrstka pokročilých judistů a to Michal Nuhlíček, Jakub Nuhlíček, Tomáš Valentík, Václav Kolář, Zbyněk Kolář, David Zavadský, David Beutel, Šimon Obrusník, Matouš Obrusník, Martin Koch a Benjamin Doubek, se pravidelně zúčastňují turnajů přípravků pořádaných 1.JC Baník Ostrava a závodů v Polsku .

Děti v Hlučíně na konci školního roku v rámci soustředění juda skládají zkoušky na žákovské stupě kyu. Talentovaní judisté, kteří se umístí na předních místech turnajů přípravků jezdí na soutěže s trenéry našeho oddílu po celé ČR.



Mateřské školy – Markéta Pavlicová

V roce 2017 jsme trénovali v **8** mateřských školách, kde cvičí děti ve věku 4–6 let.

Letos se nám podařilo znovu po dvou letech otevřít **MŠ Kosmonautů 15** a novou **MŠ + ZŠ Ukrajinská 19 - speciální škola pro žáky s více vadami**, kde vede tréninky Markéta Pavlicová. Musím říct, že práce s těmito dětmi s více vadami, se ničím neliší od ostatních tréninků v jiných školách. Děti ve škole Ukrajinská, zvládají vše, co je v judo deníčku, a to s velkou radostí a chutí se něčemu novému naučit.

Po roce práce jsem získala nové zkušenosti, které mě osobně posunuly zase o malinký kousek v životě dál.

Dalšími mateřskými školami byly, **Mitušova 6, Mitušova 90, Srbská 4, B. Dvorského 1, Hornická 43A a MŠ Čs Exilu 760**

V mateřských školách cvičí celkem **111 dětí**, které trénují pod vedením Markéty Pavlicové, Dušana Kozy, Pavla Kohna a nové trenérky Nikol Mikolášové, která vede tréninky v MŠ Mitušova 90.

Tréninky jsou zaměřeny hlavně na rozvoj disciplíny, koordinace, jemné motoriky a hlavně hry.



Děti trénují 1x týdně a tréninková jednotka trvá celkem 45 minut. Tréninky probíhají v učebnách mateřských škol. Cvičíme na tatami Hayashi, které se skládá před každým tréninkem zpravidla o velikosti 9m². Průměrná účast na tréninkové jednotce je 15 dětí.

Děti se na tréninky těší, protože je vše zaměřeno formou hry.

V rámci tréninku se děti naučí základním dovednostem, jako jsou např. holubička, svíčka, kotoul, kotouly přes rameno vpřed i vzad, kotoul samuraje a pády.

V tomto věku se děti velice rychle učí a jsou schopni zvládnout pád vzad (**Uširo – ukemi**), malé vápno (**Zempo -ukemi**), pád vpřed (**Mae - ukemi**) a pád v bok (**Joko – ukemi**), dále jednu techniku na zemi **Kesa - gatame** a jednu techniku v postoji **O - goshi**.

Do tréninkového procesu bylo nově zavedeno randori, a to formou her.

Dále jsme začali zkoušet nácvik techniky O – goshi, kde se děti učí hodit svého kamaráda na tuto

techniku. Je tam mnoho nedokonalostí, ale toto učení se dětem líbí a rádi si techniku v postoji zkoušejí. Také se učí japonské názvosloví a počítání, které zvládnou perfektně a mohou je využít při pokračování ve střediscích. Je to pro ně malá výhoda oproti dětem, které přijdou do střediska nově a musejí se názvosloví teprve učit.

V loňském roce byl aktualizován judo deníček, vše, dle judo deníčku se nám podařilo zvládnout, a to i přesto, že jsou v něm zavedené nové cvičební prvky. Je nutno podotknout, že judo deníček je pro děti velká motivace a taky se v něm dobře orientují. Do deníčku dostávají odměny formou razítek, nálepek a nakreslených obrázků od trenéra.

Na konci roku se v každé mateřské škole pořádá besídka, kde je rodičům předvedeno vše, co se děti za rok naučili. Za celoroční tréninky dostávají děti na besídce odměnu a diplom. Děti, které končí v MŠ a jdou do školy, navíc dostávají pásek ke kimonu, kde mají vyšívané naše webové stránky a nápis JUDO.

Také se nám stále daří posouvat děti do středisek na **Mjr. Nováka 34, Hrabůvka, B. Dvorského, Bělský Les, Z. Škvarvady, Poruba a do střediska Sareza v Ostravě - Přívoze** a některé z nich se už dokonce hlásí i na víceleté Sportovní gymnázium Dany a Emila Zátopkových na Volgogradské ulici v Zábřehu.

Je skvělé, že projekt, který jsme začali před 6 lety má smysluplnou myšlenku a podporuje a vede děti ke sportu a vzdělání.

Na konci této zprávy bych chtěla poděkovat všem výše jmenovaným trenérům, kteří trénují v mateřských školách a podporují děti v útlém věku k pohybu a společenskému chování.

ZŠ Březinova – Radek Ďurina

Na středisku ZŠ Březinova fungujeme od října 2013. Stabilně zde cvičí jedna tréninková jednotka přípravy. Trenérská obsazenost po stránce personální je stabilní. Hlavním trenérem je už čtvrtým rokem Radek Ďurina a asistentkami jsou Kristýna Ožanová a Kristýna Ďurinová. Po prvotních ústupcích a organizačních změnách času tréninku, se nám tento čas a den ustálil na každou středu od 16:30 – 18:15 hod.



Ve školním roce 2017 bylo evidováno do posledního května 8 členů s průměrnou účastí 6 cvičících na tréninkové jednotce. Od října 2017 máme evidováno 14 členů s průměrnou účastí 11 cvičících. Navýšení členské základny bylo zapříčiněno změnou vedení školy a zájmem školy o kvalitní nábor dle možností a požadavků. Letáčky byly dle požadavků rozvěšeny do každé třídy a informace proběhly i rozhlasem školy.

Toto středisko není založeno pro závodní činnost, ale jako kroužek a příprava na přechod na Tréninkové středisko Jindřicha Kaděry, kde posléze se může rozvinout závodnický duch každého cvičence.

Všem svěřencům střediska Březinova a jejich rodičům přeji velmi úspěšný nový rok 2018.

ZŠ Mitušova – Tomáš Heczko

Začátek roku 2017 byl pro naše středisko ve znamení nejistoty. Navštěvovalo ho na dvacet cvičících dětí, ale postupem roku děti ubývaly. To bylo způsobeno hlavně zrušením školních tříd a přemístěním na Mitušova 16. Trénovalo se stále na ZŠ Mitušová 8 ve stejné tělocvičně a ve stejných tréninkových dnech, ale změněným časem. Prostě úterý a čtvrtek od 16:30 hod. do 18:00 hod. byl v této tělocvičně prostor rezervován pro judo. Každá tréninková jednotka trvá 1,5 hod. a vede ji jeden vedoucí trenér, a několik asistentů. V průběhu roku 2017 podstatně omezila tréninky Kristýna Ožanová, z důvodu studia. Také Jan Huvar omezil tréninky na minimum ze zdravotních důvodů. Tak jak jsem doufal, ve zlepšení spolupráce mezi asistenty, se bohužel nestalo. Doufám že, se v blízké budoucnosti vše ustálí a budou se moct na sebe spolehnout více, a začnou lépe spolupracovat.

V měsíci Zářím jsem navštívil všechny třídy I stupně základních škol a udělal v každé třídě 5-10ti minutovou přednášku o našem sportu a nabídl dětem stát se našimi členy. Náborové plakáty byly rozvěšeny po všech okolních školách a po různých částech Ostravy – Hrabůvky. Přišlo několik nových zájemců. Potěšilo nás, že se o tento sport zajímaly i děvčata. Děti se v jednotlivých trénincích naučili jak se v dojó chovat, uvázat obi, pozdravit soupeře, samozřejmě některé techniky judo na zemi a mnoho nových pohybových dovedností. Některé děti musely jako každý, rok přejít do středisek jiných, kde můžou mít tréninky kvalitnější v závislosti na jejich kvalitě a výkonnosti. Některé děti úspěšně absolvovaly zkoušky na 5 KYU a zvýšily si tak kvalifikaci, pro další rozvoj. Členové našeho střediska také opět navštěvovali tradiční turnaj přípravek na OCH a získávali tak nové zkušenosti a také kamarády.

Je třeba, ale myslet na další rok, ve kterém se, (jak se ke konci roku ukázalo) bude třeba zamyslet, nad novým tréninkovým místem, nebo zlepšení spolupráce. Také musíme udělat kvalitnější náborové aktivity pro naše středisko, při ZŠ Mitušova. Doufám, že se to v roce 2018 povede, a členskou základnu na našem středisku zvedneme. Musíme zapracovat na tom, aby se základna v roce 2018 zvýšila. Čeká nás nesnadný úkol, ale věřím, že se vše podaří.

Závěrem mi dovoluji vyjádřit poděkování všem rodičům za jejich pochopení k současné situaci, a popřát našemu krásnému sportu hodně zdu.

ZŠ Proskovice – Josef Boháček

V Proskovicích jsem byl v roce 2017 jako trenér sám, z tohoto důvodu jsem neprovedl nábor dalších dětí. Průměrný počet judistů byl 6. V dalším roce bychom měli být 2 trenéři a cílem je vzbudit větší zájem o judo v Proskovické škole a v okolních školách, takže se provede nábor.

ZŠ Dolní Lhota – Hana Šalamounová

Středisko v Dolní Lhotě funguje již čtvrtým rokem. Jsem velmi ráda, že se středisko stále rozvíjí. Po prázdninách jsme rozšířili tréninkovou jednotku, kterou si vzal na starost náš nový trenér Tomáš

Mikenda. Trénujeme vždy v úterý a v pátek od 16:30 do 18:00 hod. V úterý vede trénink Tomáš Mikenda a v pátek vede trénink Hana Šalamounová, která současně působí jako vedoucí střediska. Důležitým a neopomenutelným členem v Dolní Lhotě je asistent Jan Růžička, který asistuje při každém tréninku a stará se o administrativu. Středisko aktuálně navštěvuje 15 dětí. Jsme rádi, že se k nám průběžně hlásí nové děti a pravidelně dochází na výuku juda. Před prázdninami proběhla náborová akce, do které se aktivně zapojilo celé středisko včetně rodičů. Oslovili jsme okolní obce a požádali je o spolupráci při naší náborové akci. Poprosili jsme rodiče, aby nás doporučili, pokud jsou s námi spokojeni. Jsme si vědomi, že i když byla náborová akce úspěšná, tak máme rezervy, na kterých příští rok zapracujeme.

V Dolní Lhotě budujeme dobré vztahy nejen s dětmi ale i s rodiči. Je to naše know how a bez tohoto by naše středisko nemohlo fungovat. Jsme si vědomi, že na základě dobrých vztahů motivujeme děti, zefektivňujeme výuku juda a budujeme dobré reference klubu pro nábor nových členů. Tato strategie je pro nás velmi důležitá z důvodu četnosti kroužků v této lokalitě, vzbuzení zájmu o sport a v neposlední řadě spokojenosti dětí a rodičů. Ačkoliv nedisponujeme cennými poháry či medailemi, vládne na našem středisku pohoda, dobrá nálada a perfektní kooperace. V této strategii miníme pokračovat nadále.

Dalším cílem je snaha více začlenit děti do klubového chodu tzn. přechod dětí do větších středisek a zajištění větší účasti na turnajích. V minulém roce jsme se zúčastnili turnaje přípravek, judo campu a budeme v účastech intenzivně pokračovat.

Závěrem bych chtěla poděkovat za možnost rozvíjet naše středisko v Dolní Lhotě. Je mi ctí pracovat s Tomášem Mikendou a Janem Růžičkou. Jsem ráda, že všichni pracujeme nad očekávání, zejména pro děti a judo.

ZŠ B. Dvorského – Leoš Macháček

Středisko ZŠ Dvorského se nachází v ostravském obvodu jih, na základní škole na ul. Dvorského 1. Zde jsou tréninky dvakrát týdně ve školní tělocvičně. Toto středisko jsme otevřeli teprve v lednu 2017, do kterého začalo chodit 12 dětí ve věku od 8-9 let. Vedoucím střediska a zároveň hlavním trenérem je Leoš Macháček a jeho asistentem Jan Hampl.

Vzhledem k tomu, že děti teprve začínají s judem, tak nejezdí ani na turnaj přípravek, ale po novém roce by se vše mělo již pomalu rozjíždět, aby si i ony ochutnaly, jak vypadá turnaj na našem středisku v Hrabůvce. Konkrétně turnaj přípravek. Někteří už se zúčastnily judo víkendu, který se jim velice líbil.

Na začátku školního roku nás z pracovních důvodů opustil Jan Hampl. Děti pak již nastoupilo do tréninkového procesu 6. Tyto však chodí poctivě a pravidelně a rády se zdokonalují. Místo Jana Hampla musel pomoci s trénováním Pavel Kohn, který se s chutí zapojil. Doufejme, že po Novém roce základna dětí se bude zvětšovat, i když je to nelehké se prosadit na škole, kde jsou prioritou míčové sporty.

Sportovní výsledky

Mláďata – Matyáš Otto

Nejpočetnější kategorie našeho klubu, i celého českého juda, se v roce 2017 připravovala pod vedením trenérů na všech 10 střediscích našeho klubu. Zúčastnili jsme se 16 turnajů, z toho bylo 10 v České republice, 5 v Polsku a 1 na Slovensku. Na Krajském přeboru, který je hlavním ukazatelem naší práce v této věkové kategorii, jsme se představili s týmem, čítajícím 34 závodníků, kdy jsme se umístili na 2. místě v pořadí klubů.

Krajskými přeborníky pro rok 2017 se stali:

Vojtěch Stark, Matyáš Huvar, Šimon Zwilling a Stela Martináková



Nejúspěšnějším závodníkem klubu v kategorii mláďat se pro rok 2017 stal:

Matyáš Huvar

Novinkou pro letošní rok byly dvě soustředění, uspořádaná speciálně pro judisty spadající do skupiny mláďat. Na jaře jsme strávili prodloužený víkend v pěkném prostředí chaty v Kunčicích pod Ondřejníkem, na podzim jsme poté trénovali na Bílé. Pokaždé se podařilo zapojit děti i trenéry většiny středisek našeho klubu a proto v této tradici budeme pokračovat i v následujícím roce.



Naši začátečníci změřili síly na rekordních 9 turnajích přípravek, kde sbírali první zkušenosti s pokyny rozhodčích i chováním na turnaji. Podařilo se zapojit také více lidí do organizace a turnaj tak splnil své výchovné cíle.



Je na místě poděkovat všem trenérům, kteří se zapojili do přípravy této věkové kategorie v roce 2017 a věříme v jejich zapojení i v příštím roce.

Mladší žáci a žákyně – Michaela Boháčová

V roce 2017 byla skupina mladších žáků rozdělena do tří výkonnostních skupin.

První skupina se účastnila turnajů přípravek, druhá skupina se účastnila turnajů přípravek a okolních malých turnajů, kde se nám začíná dařit vychovávat novou skupinu závodníků a poslední skupina se účastnila nominačních turnajů a také několika turnajů v zahraničí (Slovensku, Francii a Polsku). Všechny tyto turnaje měly za úkol motivovat závodníky a získat zkušenosti se závodní činností.

Dále jsme v roce 2017 absolvovali devět oddílových centrálních srazů, které byly zaměřené na randori oddílových dětí. Se zkušenějšími závodníky jsme se účastnili šesti mezi oddílových centrálních srazů, kde jsme střídavě navštívili tatami Opavského klubu, TJ Ostravy a naše domácí na Sareze.

Závodníci měli možnost, účastnit se prázdninového campu na Malé Morávce, dvou výměnných pobytů ve Francouzském Rouenu (jaro, podzim) a soustředění v Polské Besii. V jarním období proběhlo soustředění s francouzským týmem v Ostravě. V průběhu roku pro ně bylo připraveno mnoho doplňujících tréninků v době jarních prázdnin i jiných volných dnech. Do přípravy jsme zapojili, tréninky v Polském Rybniku, VT v Pezinku, a Brně, a turistickou akci BB7 Baníkovskou beskydskou sedmičku. Skupina mladších žáků se účastnila dvou team buildingových akcí na Bílé a to v červnu a listopadu.

Celoroční úsilí bylo pro 14 závodníků našeho oddílu odměněno množstvím startů na PČR žáků a žákyň konané v Mladé Boleslavi. Jmenovitě: *Mikendová T., Čebík F., Kuželová D., Neuwirt P., Boháček J., Kuzník T., Meixner M., Huvar J., Čerchla., Horák A., Rapčanová S., Rapčanová A., Vavřínová P., Rodryčová A.*

VÝSLEDKY PČR MLADŠÍ ŽÁCI 2017

- 2. místo BOHÁČEK JAN a MIKENDOVÁ TEREZA**
- 3. místo KUŽELOVÁ DOMINIKA**

Společné tréninkové srazy vedou k lepší komunikaci a stmelení klubu ve věkové

kategorii mladších žáků, kde tato věková skupina je vlastně vychovávána na všech tr. středisek. Do těchto srazů se aktivně a pravidelně zapojuje středisko Poruba, Sareza a Hrabůvka, dále s menší



docházkou a nepravidelností se účastní Mitušova a Kosmonautů. Cílem tohoto projektu je, aby se těchto tréninků účastnily všechny střediska. Měli jsme tak větší přehled o daných závodnících a znali jsme se navzájem a vychovali co nejvíce dětí, které nás budou reprezentovat v dorosteneckém a starším věku.



Novinky a plány, které byly pro rok 2017 stanoveny: V plánu bylo uspořádat tři judo víkendy pro věkovou skupinu 2005 – 2006 členů 1.JCBO. Dále s trenérem Ondrou Libem jsme se domluvili na uspořádání krajských víkendových soustředění. Termíny a počty budou upřesněny. Pro nastávající rok přichází změna nominace na PČR žáků, zatím není známý klíč nominačních turnajů, ale mělo by se nominovat krajskou soutěží, což vnímám pozitivně.

Splněno za rok 2017:

Judo víkendy proběhly dva. Jeden na hale Hrabůvka společně s Krajským výběrem a druhý v listopadu na Bílé, kterého se účastnilo 30 mladších žáků. Krajské víkendové soustředění proběhlo jedno v rámci judo víkendu na Hrabůvce. Změna v nominaci na PČR působí po roční zkušenosti příjemně.

Plány pro rok 2018:

1. udržet mezi oddílové srazy + zajistit dvě soustředění s Krajem.
2. uspořádat dva jarní a jeden podzimní judo víkend pro Mladší žáky.
3. účast mladších žáků na nominačních soutěžích v počtu 25 - 30 ml. žáků.
4. zapojit více trenérů do účasti na turnajích a převzít větší zodpovědnost za účast střediska.
5. vytvořit baterii motorických testů a dvakrát do roka otestovat všechny mladší žáky. – nízká výškovost pohybových schopností závodníků.

Starší žáci a žákyně SpS - sportovní středisko – Miroslav Hvozdovič



V průběhu roku 2017 proběhla ve skupině starších žáků výměna hlavního trenéra Pavla Kohna za trenéra Miroslava Hvozdoviče.

Starší žáci trénovali 4 x týdně a to PO, ST a Pá na hale Sareza – judo a ČT na hale Majora Nováka – Kondice. Účastnili jsme se šesti mezi oddílových centrálních srazů, kde jsme střídavě navštívili tatami Opavského klubu, TJ Ostravy a naše domácí na Sareze,

které bylo zaměřené na randori s účastí krajských klubů. Tréninková skupina starších žáků se účastnila tréninkových campů v polské Besii za účasti polských, ruských a běloruských klubů, což byla záruka kvality. Dále kondičního soustředění na Malé Morávce, zaměřené na rychlost, vytrvalost a obecnou plyometrii. Kromě toho se 9 členů zařazených do regionálního výběru žactva (RVŽ) účastnilo dvou centrálních celorepublikových tréninkových srazů v Teplicích a Hranicích na Moravě, kde souběžně probíhal tréninkový sraz seniorské reprezentace.

Na podzim proběhly další dva víkendové moravské tréninkové srazy (Brno, Ostrava), jejichž náplní bylo zdokonalování technické vyspělosti sportovců, kde z jedním lektorů byl japonský trenér Gen Jonenaga.

Na Mistrovských soutěžích konané na podzim a to Přebor Republiky staršího žactva v Jičíně, se umístili:

- 2. místo VÁCLAVKOVÁ TEREZA, MEIXNER TOMÁŠ**
- 3. místo BULKA VOJTĚCH**





Druhým rokem někteří starší žáci Tereza Václavková, Markéta Čerchlová a Tomáš Meixner se svými výsledky nominovali na Mistroství České republiky dorostenců. Zde se neztratili a Tereza Václavková po výborném výkonu dokonce zvítězila a tím získala pro klub v letošním roce druhý titul mistra ČR v mládežnických kategoriích.

Starší žáci jsou zařazeni do programu SpS – sportovní středisko, s povinností startu na zahraničních vybraných turnajích. V roce 2017 jsme se účastnili turnajů - Banská Bystrica (SVK).

Výsledkově:

1. místo Tomáš Meixnera
2. místo Vojtěch Bulka, Tereza Václavková
3. místo Dominik Motyka, Alexandra Kokešová,

Štěpán Tycar

Na podzim nás čekal kvalitně obsazený turnaj ve Varšavě (POL) s účastí závodníků celého světa. Nejlepšího výsledku dosáhl Vojtěch Bulka, který vybojoval 7. místo.

Členové RVŽ byli: Motyka D., Malaczynski F., Meixner T., Tycar Š., Bulka V., Lindovský J., Čerchlová M., Kokešová A., Václavková T.

Mimo to byla Tereza Václavková zařazena do širšího výběru dorostenecké reprezentace.

Dorostenci a dorostenky – Dušan Koza

Zodpovědný trenér: Dušan Koza

Asistenti trenéra: Roman Martínek, Radislav Borbély, Jan Štefánik, Pavel Kohn

Sportovní příprava probíhala ve Sportovní hale Sareza, Tréninkovém centru Jindřicha Kaděry a Sportovním gymnáziu Dany a Emila Zátopkových v Ostravě tyto dny:

- pondělí:** od 7.30 do 9.00 (SG)
od 17.30 do 19.30 (Sareza)
- úterý:** od 9.30 do 11.00 (TCJK)
od 17.30 do 19.00 (OCH)
- středa:** od 17.30 do 19.30 (Sareza)
- čtvrtek:** od 7.30 do 9.00 (TCJK)- masáže, rehabilitace
od 17.30 do 19.30 (Sareza) - sauna
- pátek:** od 15.30 do 17.30 (OCH)



Tréninková skupina dorostenců a dorostenek, se připravovala společně se skupinou junioři a muži. Celkově tato skupina čítala 35 sportovců, kteří během roku řádně a spolehlivě trénovali.

Tréninková skupina také velmi úzce spolupracovala se Sportovním gymnáziem Dany a Emila Zátopkových v Ostravě, kde je řada našich talentovaných judistů a judistek. Mnohé tréninky během roku probíhaly společně.

Další organizací, se kterou jsme velmi úzce spolupracovali je SCM Ostrava. Nominovaní závodníci se účastnili turnajů evropských pohárů EC Teplice, EC Bielsko-Biala (POL), EC Tula (RUS), EC Zahřeb (CRO) a dalších, také soustředění reprezentačních výběrů RDD v Litoměřicích, Plzni a Brně.

Tréninková skupina se také účastnila společných tréninkových srazů s mezinárodní konkurencí. Jednalo se především o spolupráci s kluby z Polska. Jedná se o kluby Polonia Rybnik, AZS Opole, Judo Jastrzebie, Judo Czarny Bytom. Probíhali nepravidelné tréninkové srazy, kde jsme se dle dohody scházeli v jednotlivých klubech na společné randorové tréninky.

Proběhlo také několik společných výcvikových táborů. Proběhlo jedno zimní kondiční VT Bílá v Beskydech, kde se družstvo zdokonalovalo ve fyzické kondici, dále již zmíněné VT RDD v Litoměřicích, Plzni a Brně, kde probíhala technicko-taktická příprava a testování sportovců. Dále pak společné mezinárodní soustředění v Besii (POL), které bylo zaměřeno na získávání fyzické kondice a randori v tvrdé konkurenci klubů z Polska, Běloruska a Ruska.



Vybraní dorostenci a dorostenky se účastnili také EJU CADET TRAINING CAMPU v Teplicích a v Bielsko-Biale (POL). Jednalo se o velmi silné mezinárodní judo campy pod patronací EJU, zaměřené výhradně na randori.

V závěru roku se nám bohužel nevyhly poměrně vážná zranění. Došlo ke třem poranění kolena a to u Zuzany Janiczkové, Alžběty Škrobánkové a Jana Krále. Vše se snad s pomocí odborné lékařské péče podaří včas vyléčit.

Během roku jsme spolupracovali s fyzioterapeutem Stanislavem Šeredou, který prováděl pravidelné masáže, fyzioterapeutická cvičení a konzultoval lehčí svalová a kloubní poranění. Vážnější zranění jsme konzultovali a následně léčili ve spolupráci s Mudr. Lubojackým ze Slezské nemocnice v Opavě a Mudr. Mohylou z Fakultní nemocnice v Ostravě.

Členy družstva se podařilo velmi dobře připravit na tyto hlavní soutěže:

VC Česká Třebová:

Markéta Čerchlová 3. místo

MT Olomouc:

Adéla Martínková 2. místo

Radek Rýpar 2. místo

Matěj Silvestr 3. místo

Alžběta Škrobánková 3. místo

Zuzana Janiczková 2. místo

Ondřej Chlopčík 5. místo

ČP Ostrava:

Ondřej Chlopčík 1. místo

Matěj Silvestr 2. místo

Rdek Rýpar 3. místo

Zuzana Janiczková	2. místo
Adéla Martínková	3. místo
Alžběta Škrobánková	3. místo
Eva Ondrašíková	5. místo
Jan Král	9. místo
Tomáš Pavlica	5. místo
Nikola Šimková	7. místo

ČP Jablonec nad Nisou:

Matěj Silvestr	2. místo
Jan Král	3. místo
Viktorie Kuncová	4. místo
Alžběta Škrobánková	3. místo
Eva Ondrašíková	6. místo

ČP Brno:

Matěj Silvestr	2. místo
Radek Rýpar	3. místo
Daniel Šimek	3. místo
Eva Ondrašíková	3. místo
Tomáš Pavlica	3. místo

ČP Chomutov:

Eva Ondrašíková	1. místo
Radek Rýpar	3. místo
Nikola Šimková	5. místo
Viktorie Kuncová	4. místo
Daniel Šimek	5. místo

ČP Teplice:

Adéla Martínková	2. místo
Viktorie Kuncová	4. místo
Jan Král	2. místo



Dále jsme se zúčastnili těchto mezinárodních turnajů s těmito výsledky:

MT Budapešť (HUN):

Matěj Silvestr	7. místo
Alžběta Škrobánková	3. místo

MT Gmunden (AUT):

Ondřej Chlopčík	1. místo
-----------------	----------

Adéla Martínková	1. místo
------------------	----------

MT Banská Bystrica (SVK):

Adéla Martínková	1. místo
------------------	----------

Ondřej Chlopčík	2. místo
-----------------	----------

Matěj Silvestr	3. místo
----------------	----------

Zuzana Janiczková	3. místo
-------------------	----------

MT Varšava (POL):

Zuzana Janiczková	3. místo
-------------------	----------

Daniel Šimek	5. místo
--------------	----------

Radek Rýpar	9. místo
-------------	----------

MT Tyumen (RUS):

Tereza Václavková	5. místo
-------------------	----------



Účastníci jsme se tradičního krajského přeboru:

Adéla Martínková 1. místo
Jan Král 1. místo
Eva Ondrašíková 1. místo

Na Mistrovství České republiky družstev dorostenek, které se konalo v Turnově, jsme obsadili překrásné druhé místo a získali tak titul vicemistra ČR pro rok 2017. Družstvo

1.JCBO stávalo v tomto složení:

44kg Viktorie Kuncová
48kg Marie Brzusková
52kg Zuzana Janiczková, Kristýna Ďurinová
57kg Zuzana Janiczková
63kg Alžběta Škrobánková
70kg Adéla Martínková
+70kg Helena Szokalová, Eva Ondrašíková

Na Mistrovství České republiky v Brně jednotlivců jsme získali tato umístění:

Tereza Václavková 1. místo
Eva Ondrašíková 2. místo
Zuzana Janiczková 2. místo
Adéla Martínková 3. místo
Matěj Silvestr 3. místo
Daniel Šimek 5. místo
Jan Král 5. místo
Markéta Čerchlová 5. místo
Tomáš Meixner 4. místo
Tomáš Pavlica 6. místo
Ondřej Chlopčík 7. místo
Radek Rýpar 5. místo

Dorostenecká liga

V roce 2017 pracoval realizační tým dorostenecké ligy ve složení:

Zodpovědný trenér DL: Dušan Koza

Asistent trenéra: Roman Martínek

V roce 2017 se nám povedlo vrátit na medailové pozice. Celkově jsme v ročníku obsadili krásné a vybojované 3. místo. Za vítězným SKKP Brnem a druhými Litoměřicemi.

V družstvu se během ročníku vystřídal celkem 19. sportovců. Nejlepšími byli Radek Rýpar a Matěj Silvestr, kteří během celé sezóny neprohráli jediné utkání a i morálně byli neuvěřitelnými tahouny za celkovým úspěchem.

Velice dobrých výsledků dosáhli v soutěži a mnoho bodů pro družstvo získali Ondřej Chlopčík, Daniel Šimek, Marek Vlček, Matěj Kresta, Jan Král a Tomáš Pavlica.

Na celkovém obsazení družstva jsme spolupracovali s kluby Baník Karviná, TJ Ostrava, Judo Bohumín, Judo Závašice a Slavojem Polná

Úspěšnost jednotlivých závodníků DL 2017:

jméno	příjmení	hm. kategorie	počet výher/proher v tomto kole	počet výher/proher celkově	počet bodů celkově
Radek	Rýpar	-60	5/0	16/0	32

Matěj	Silvestr	-81	4/0	15/0	30
Ondřej	Chlopčík	-81 (-73)	3/1	12/3	24
Daniel	Šimek	-55 (-60)	3/2	8/3	16
Marek	Vlček	-55	0/0	6/1	12
Matěj	Kresta	-66	1/3	5/8	10
Jan	Král	-90	0/2	4/6	8
Tomáš	Pavlica	+90	0/4	3/10	6
Štěpán	Tycar	-50	1/1	2/2	4
Jan	Zuščák	-90	0/0	1/1	2
Filip	Malaczynski	-50	0/1	1/6	2
Filip	Durčák	-50	1/1	1/6	2
Sebastián	Ščerba	-66	0/0	0/4	0
Patrik	Franek	-66	0/0	0/1	0
Lukáš	Mojžíšek	-81	0/1	0/3	0
Adam	Dvořáček	-73	0/5	0/9	0
Miroslav	Král	-60	0/1	0/1	0
Ondřej	Hráček	-60	0/0	0/0	0
Ondřej	Rovenský	-73	0/0	0/2	0

Junioři a juniorky – Roman Martínek

Celý rok byl bez větších problémů, výjimkou je jen ošklivé zranění Tomáše Pustějovského na MT v rakouském Gmundenu.

Naši závodníci se zúčastnili těchto akcí :

VT Bílá : 01. – 06.01.2017

(Polášková, Pustějovský, Kochová, Hanzel, Schindler + dorostenci SG)

VT RD Juniorů Litoměřice : 24. – 30.06.2017

(Polášková, Pustějovský, Kochová, Škrobánková)

VT RD Plzeň : 09. – 13.07.2017

(Polášková, Pustějovský, Martínková, Škrobánková)

VT RD Nymburk : 24. – 27.07.2017

(Polášková, Pustějovský, Martínková, Škrobánková)

VT Besia, Polsko : 30.07. – 11.07.2017

(Polášková, Pustějovský, Martínková, Škrobánková)



VÝSLEDKY NAŠICH ZÁVODNÍKŮ V ROCE 2017

Soutěže jednotlivců (leden – červen 2017)

<i>Datum</i>	<i>Název soutěže</i>	<i>Příjmení</i>	<i>jméno</i>	<i>váha</i>	<i>umístění</i>
28.2.2017	MT - Pohár Nadějí - Olomouc	Selecký	Lukáš	73	3
28.2.2017	MT - Pohár Nadějí - Olomouc	Raška	Michael	100	4
26.2.2017	GP-Ostrava - Český Pohár 1.kolo	Polášková	Kristýna	63	5
26.2.2017	GP-Ostrava - Český Pohár 1.kolo	Selecký	Lukáš	73	3
26.2.2017	GP-Ostrava - Český Pohár 1.kolo	Svoboda	Jiří	90	1
26.2.2017	GP-Ostrava - Český Pohár 1.kolo	Pustějovský	Tomáš	90	5
26.2.2017	GP-Ostrava - Český Pohár 1.kolo	Raška	Michael	100	2
26.2.2017	GP-Ostrava - Český Pohár 1.kolo	Král	Jakub	+100	2
4.3.2017	MT Salzkammergut – Gmunden (AUT)	Polášková	Kristýna	63	3
4.3.2017	MT Salzkammergut – Gmunden (AUT)	Pustějovský	Tomáš	90	4
26.3.2017	Kvalifikační turnaj - Jablonec nad Nisou	Polášková	Kristýna	63	2
26.3.2017	Kvalifikační turnaj - Jablonec nad Nisou	Král	Jakub	+100	3
23.4.2017	Mistrovství ČR - Hranice na Moravě	Polášková	Kristýna	63	3
23.4.2017	Mistrovství ČR - Hranice na Moravě	Ondrašíková	Eva	+78	4
23.4.2017	Mistrovství ČR - Hranice na Moravě	Šimek	Daniel	55	2
23.4.2017	Mistrovství ČR - Hranice na Moravě	Pustějovský	Tomáš	90	1
23.4.2017	Mistrovství ČR - Hranice na Moravě	Raška	Michael	100	3
23.4.2017	Mistrovství ČR - Hranice na Moravě	Král	Jakub	+100	4
6.5.2017	Krajský přebor - Ostrava	Martínková	Adéla	78	1

Soutěže jednotlivců : Červenec - Prosinec 2017

<i>Datum</i>	<i>Název soutěže</i>	<i>Závodník</i>	<i>Váha</i>	<i>Umístění</i>	
22.07.2017	Junior European Judo Cup - Praha	Polášková	Kristýna	63	bez
30.09.2017	XIX. Warszawa Open - 2017	Pustějovský	Tomáš	90	bez
30.09.2017	XIX. Warszawa Open - 2017	Silvestr	Matěj	81	bez
30.09.2017	XIX. Warszawa Open - 2017	Chlopčík	Ondřej	81	bez
30.09.2017	XIX. Warszawa Open - 2017	Polášková	Kristýna	63	bez
30.09.2017	XIX. Warszawa Open - 2017	Martínková	Adéla	70	bez
28.10.2017	Grand Prix - 2. Memorial Vlado Stopka	Silvestr	Matěj	81	5
28.10.2017	Grand Prix - 2. Memorial Vlado Stopka	Pustějovský	Tomáš	90	7
28.10.2017	Grand Prix - 2. Memorial Vlado Stopka	Polášková	Kristýna	63	3
28.10.2017	Grand Prix - 2. Memorial Vlado Stopka	Martínková	Adéla	70	2

Závěr :

Z celkovými výsledky v roce 2017 můžeme být vcelku spokojeni. Podařilo se nám získat 2 medaile na Mistrovství ČR jednotlivců. V týmových soutěžích se junioři zúčastnili 1. ligy a

několika kol Moravské ligy, což je soutěž pořádaná Jihomoravským krajem, kdy jí pořadatelsky zaštiťuje SK KP Brno.

Nezbývá než závěrem poděkovat trenérskému týmu Dušana Kozy a Romana Martínka, za přípravu těchto závodníků na sezónu a popřát mnoho úspěchů v roce 2018.

Muži a ženy – Roman Martínek

Náš klub se dlouhodobě potýká s nedostatkem závodníků v kategorii mužů a žen. Příčin je hned několik. Asi největším důvodem není tréninková náplň, ale dle mého názoru, pracovní povinnosti, nechuť trénovat a následně i jezdit po turnajích. To, co se nám nedaří u jednotlivců, se naopak daří v soutěžích družstev. Jde o dlouhodobé soutěže - Extraliga (tr. Martínek R.), 1. liga (tr. Holý M.) a Moravská liga (tr. Mecko J.). V Extralize nám pomáhají posily z Polska, Hranic a Prahy, ve zbylých soutěžích pak z větší části naši dorostenci, junioři a v Moravské lize i naši veteráni (tr. Černota J. a Mecko J.).



VÝSLEDKY NAŠICH ZÁVODNÍKŮ V ROCE 2017

➤ *Soutěže jednotlivců (leden – červen)*

<i>Datum</i>	<i>Název soutěže</i>	<i>váha</i>	<i>příjmení</i>	<i>jméno</i>	<i>umístění</i>
11.2.2017	USK - CUP - Praha	66 kg	Kohn	Tomáš	5
11.2.2017	USK - CUP - Praha	66 kg	Huvar	Jan	bez
11.2.2017	USK - CUP - Praha	73 kg	Kohn	Pavel	9
11.2.2017	USK - CUP - Praha	73 kg	Šmatelka	Ondřej	bez
11.2.2017	USK - CUP - Praha	73 kg	Janík	Tadeáš	bez

11.2.2017	USK - CUP - Praha	90 kg	Pustějovský	Tomáš	bez
11.2.2017	USK - CUP - Praha	+100 kg	Král	Jakub	7
18.3.2017	ČP Ostrava - Memoriál Jana Stankoviče	66 kg	Kohn	Tomáš	4
18.3.2017	ČP Ostrava - Memoriál Jana Stankoviče	73 kg	Kohn	Pavel	3
18.3.2017	ČP Ostrava - Memoriál Jana Stankoviče	81 kg	Pátek	Jan	3
18.3.2017	ČP Ostrava - Memoriál Jana Stankoviče	90 kg	Svoboda	Jiří	2
18.3.2017	ČP Ostrava - Memoriál Jana Stankoviče	+100 kg	Král	Jakub	3
18.3.2017	ČP Ostrava - Memoriál Jana Stankoviče	48 kg	Kuncová	Viktorie	2
6.5.2017	Krajský přebor - Ostrava	66 kg	Huvar	Jan	2
6.5.2017	Krajský přebor - Ostrava	73 kg	Kohn	Pavel	3
6.5.2017	Krajský přebor - Ostrava	+90 kg	Mecko	Jakub	4



➤ **Soutěže družstev (Leden – červen 2017)**

Datum	Název soutěže	váha	příjmení	jméno	umístění
13.5.2017	MČR- družstva - ženy - Turnov	63 kg	Polášková	Kristýna	3
13.5.2017	MČR- družstva - ženy - Turnov	70 kg	Martínková	Adéla	3
13.5.2017	MČR- družstva - ženy - Turnov	+70 kg	Ondrašíková	Eva	3

➤ Soutěže jednotlivců (srpen – prosinec)

datum	Název soutěže	váha	příjmení	jméno	umístění
19.08.2017	MT Banská Bystrica	63 kg	Polášková	Kristýna	7
19.08.2017	MT Banská Bystrica	90kg	Pustějovský	Tomáš	bez
16.09.2017	Kvalifikační turnaj - Brno	63 kg	Polášková	Kristýna	2
16.09.2017	Kvalifikační turnaj - Brno	66 kg	Kohn	Pavel	3
16.09.2017	Kvalifikační turnaj - Brno	66 kg	Huvar	Jan	bez
16.09.2017	Kvalifikační turnaj - Brno	90 kg	Pustějovský	Tomáš	bez
08.10.2017	ČP - Kvalifikační Soutěž - Teplice	66 kg	Huvar	Jan	bez
08.10.2017	ČP - Kvalifikační Soutěž - Teplice	73 kg	Janík	Tadeáš	bez
08.10.2017	ČP - Kvalifikační Soutěž - Teplice	73 kg	Šmatelka	Ondřej	bez
17.11.2017	MČR - Hranice na Moravě	63 kg	Polášková	Kristýna	5
17.11.2017	MČR - Hranice na Moravě	90 kg	Pustějovský	Tomáš	9
17.11.2017	MČR - Hranice na Moravě	90 kg	Svoboda	Jiří	5
17.11.2017	MČR - Hranice na Moravě	66 kg	Kohn	Pavel	9

Závěr :

S celkovými výsledky v roce 2017 můžeme být vcelku spokojeni. Podařilo se nám opět probojovat do Play off Extraligy a v týmových soutěžích se nám poprvé v novodobé historii našeho klubu postavit družstvo žen, které dokázalo vybojovat pěkné **3. místo**. Žákyně sportovního gymnázia Dany a Emila Zátopkových Lucie Kochová obsadila 2. místo v hmotnostní kategorii do 57 kg. Na jaře se nám podařilo probojovat a na podzim udržet v 1. lize. Zúčastnili jsme se i několika kol Moravské ligy, což je soutěž pořádaná Jihomoravským krajem, kdy jí pořadatelsky zajišťuje SK KP Brno.

Nezbývá než závěrem poděkovat trenérskému týmu Dušana Kozy, za přípravu těchto závodníků na sezónu a popřát mnoho úspěchů v roce 2018.



Veteráni - Jiří Černota

Naši činnost jsme zahájili v roce 2014. V úvodu této zprávy jsem rád, že mohu konstatovat:

družstvo se stabilizovalo a okolo zdravého jádra se seskupila skupina, která má zájem náročně trénovat, zvyšovat si judistickou kvalifikaci a pokulhává snad jenom chuť vyzkoušet si své schopnosti na turnajích veteránů – což by se mohlo do budoucna zlepšit. Pravidelně nás cvičí okolo 30-ti. Nejpctivější členové, mezi které určitě patří Pavel Pravda, mají odtrénováno v roce 2017 cca. 80 tréninků v průběhu roku.

Dále je nutné ocenit tréninkové úsilí našich veteránek – všechny letos získaly 5. kyu, k čemuž jim blahopřeji. Mnohé se aktivně podílejí na práci v klubu a zejména pak v pomoci při organizaci turnajů, nebo úklidu po rekonstrukci na Mjr. Nováka, za což jim rovněž patří poděkování.

Velice významnou skupinou našeho družstva jsou judisté, kteří mají dlouhou zkušenost a jsou nositelé vyšších kyu a danů. Zde patří Radim Shoffer, Lada Škurlová, Jan Kantor, Pavel Stehno, Tomáš Anděl, Josef Mecko, Arnold Chlebový, Vlastimil Moravec, Dominik Moráv, Pavel Pravda, Martin Badura, Patrik Frydrýšek a další .



Ke konci roku 2017 je v družstvu registrováno bezmála 40 členů, což považuji za dobrý výsledek práce v minulém období.

S ukončením tréninkového roku 2017 bych rád konstatoval, že jsem za sebe našel náhradu na pozici hlavního trenéra veteránů a to Josefa Mecka jenž byl můj asistent a kterému tímto děkuji za odvedenou práci, přeji mu mnoho úspěchů a osobního uspokojení při vedení tak skvělého družstva.

V roce 2018 mu budeme k ruce já a Tomáš Anděl, jako jeho asistenti. K výměně došlo po zralé úvaze a vzájemné dohodě.

Naše výsledky:

15 členů družstva získalo 5. kyu
2 členové družstva získali 3. Kyu

Výsledky 2017			
Jméno	Soutěž	Kategorie	Umístění
Lada Škurlová	MM Maďarska 25. 3. 17	F5 -63kg	3. místo
	MM Slovenska 22. 4. 17	F5 -63kg	1. místo
Radim Shoffer	MM Slovenska 22. 4. 17	M4 -100kg	1. místo
	MM ČR 28. 10. 17	M4 -100kg	1. místo
Tomáš Anděl	MM Slovenska 22. 4. 17	M5 -100kg	3. místo
	MM ČR 28. 10. 17	M5 -100kg	2. místo
Vlastimil Moravec	VC Karviná veteránů 2. 12. 17	M5 -73kg	3. místo
Josef Mecko	MM Slovenska 22. 4. 17	M4 -73kg	3. místo
Martin Badura	MM Slovenska 22. 4. 17	M4 -100kg	3. místo
Pavel Pravda	MM Slovenska 22. 4. 17	M3 -81kg	4. místo
Jiří Černota	MM Maďarska 25. 3. 17	M8 -81kg	5. místo
	MM Slovenska 22. 4. 17	M8 -81kg	2. místo
	ME Záhřeb 15-17. 6. 17	M8 -81kg	7. místo
	MM ČR 28. 10. 17	M8 -81kg	1. místo
	MM Polska 16. 12. 17	M8 -81kg	1. místo

Pořadí nejlepších podle výsledků

- Jiří Černota
- Radim Shoffer
- Lada Škurlová
- Tomáš Anděl

Ostatní aktivity

Sebeobrana – Jiří Svitič

Jedná se vytvoření vyváženého systému moderní sebeobrany, který v sobě zahrnuje výuku chvatů a úderů, psychologickou a strategickou přípravu, plán zvýšení psychické a fyzické odolnosti. To vše pro potřebu obrany průměrného člověka v dnešním světě bez ohledu na jeho věk, pohlaví či fyzickou zdatnost. Na kurzu sebeobrany Vás naučíme, jak se nejlépe vyhýbat konfliktním situacím, zlepšíme Vám psychiku a rozhodnost, vysvětlíme a naučíme Vás techniky proti nejčastějším druhům útoku zahrnující i obranu proti noži, tyči a střelné zbraně. Tyto techniky zkusíme v modelových situacích, zapracujeme na Vaši fyzické kondici (a tím i na pevnější postavě). Pro absolvování kurzu nemusíte splňovat žádné zvláštní podmínky, nezáleží na věku ani na fyzické kondici. Dané techniky jsou vybrány tak, aby stoprocentně fungovaly bez ohledu na sílu jak obránce, tak útočníka. Vybrané techniky pocházejí nejvíce z juda, jiu-jitsu a Thai-boxu a boxu. Tréninků se nemusíte bát. Vše probíhá klidně a bezpečně pod dohledem trenéra. Je zde individuální přístup ke každému zvlášť. Cvičíme v malé skupince, takže je zajištěno rychlé a příjemné osvojení technik. Techniky jsou také individualizované pro fyzické možnosti každého studenta.

Sportovní škola (projekt Judo škol) – Plečka Jan

Rok 2017 byl úspěšným rokem pro realizaci celostátního projektu Českého svazu juda a 1. Judo klubu Baník Ostrava nazvaného „Judo do škol“. Tento projekt, jehož součástí je i představení a využívání juda na základní škole ve výuce tělesné výchovy, přinesl mnoho pozitivních ohlasů. Jedním z nich byl i moment nového a atraktivního pojetí tělesné výchovy na tatami, např. v oblasti gymnastiky či úpolů. Zároveň je touto cestou možné připravovat mladé judisty pro budoucí sportovní kariéru, ve které budou po základní škole pokračovat např. na sportovním gymnáziu Volgogradská Ostrava – Zábřeh, kde již 1. Judo klub Baník Ostrava působí. ZŠ a MŠ K15 se



tak stává základnou pro budoucí sportovní třídy judistů s dostatečnou pohybovou a technickou přípravou. Po schůzi svolané ČSJU do Prahy na prosinec 2017 byli přesněji vymezeny cíle a náplně tohoto projektu, které se středisku a trenérům v součinnosti se základní školou daří plnit. Pozitivním prvkem se stalo i obnovení tréninkových jednotek u předškolních dětí v MŠ K15, který je zaměřen



stejně jako projekt na všeobecnou pohybovou přípravu s prvky juda obohacené o zajímavé úpolové hry. Zároveň bylo Prahou doporučeno, aby středisko začalo intenzivněji spolupracovat s odborným fyzioterapeutem a přidalo do svého tréninkového plánu i návštěvu bazénu pro regeneraci vzhledem k tomu, že žáci K15, kteří jsou zároveň členy judo klubu, mají hodiny tělesné výchovy v průběhu týdenního rozvrhu obohaceny o

prvky juda, gymnastiky, úpolů a zároveň až třikrát týdně navštěvují tréninkové jednotky a jsou tak vystaveni vyšší fyzické zátěži. Do budoucna má tedy středisko náplň a cíle projektu jasně vymezeny a přejeme všem trenérům pevné zdraví, štěstí a mnoho úspěchů v roce 2018!

Sportovní gymnázium – Dušan Koza

Vedoucí trenér kmenového sportu SG judo: Dušan Koza

Trenéři kmenového sportu SG judo: Bc. Michaela Boháčová, Mgr. Jan Štefánik.

Také v tomto roce pokračovala velmi úzká spolupráce mezi SG a 1.JCBO k všestranné spokojenosti. Sportovní gymnázium nám dlouhodobě zajišťuje optimální podmínky pro naši sportovní přípravu a výkonnostní růst. V rámci školního rozvrhu nám bylo umožněno trénovat třikrát týdně (pondělí, úterý, čtvrtek) v dopoledních hodinách a to buď v prostorách školní tělocvičny a sportovního atletického areálu, nebo na Tréninkovém centru Jindřicha Kaděry, které je jednou ze základny našeho klubu a rozšířit tak možnost k lepší sportovní přípravě.

Tréninky v odpoledních hodinách probíhaly společně s žákovskými, dorosteneckými a juniorskými družstvy, každý den v našem klubu, ve střediscích Sareza v Ostravě Přívoze a v Tréninkovém centru Jindřicha Kaděry, které funguje pod naším klubem na ul. Mjr. Nováka 34.

V roce 2017 jsme společně s klubem 1.JCBO uspořádali dvě soustředění. Jedno v měsíci lednu na Bílé v Beskydech, kde jsme se především zaměřili na zvyšování fyzické kondice. V tomto roce se na nás usmálo štěstí a první den napadlo dostatečné množství sněhové pokrývky na kvalitní běžeckou přípravu. Plně jsme využili všechny běžecké okruhy v areálu Ski Bílá. Také jsme ovšem navštěvovali místní tělocvičnu a v rámci regenerace saunu.

V měsíci srpnu jsme absolvovali již tradiční mezinárodní soustředění v polské Besii, kterého se společně s námi účastnili také kluby z Polska, Ruska a Běloruska. Program byl velmi bohatý. Nejen že jsme nabírali fyzickou kondici v ideálních podmínkách mazurských jezer, ale také jsme se hodně věnovali randori a technice judo v mezinárodní konkurenci. Také jsme se pilně věnovali jízdě na trekovém kole, po okolní překrásné krajině, které jsme si sebou přivezli na tažném vozíku.

Během školního roku se podařilo vedení sportovního gymnázia zprovoznit a pronajmout volný a nevyužívaný prostor rehabilitace nájemci. Dále se podařilo uzavřít smlouvu a dohodu o spolupráci. Našim studentům se tak naskytla ideální možnost rehabilitace a spolupráce s přítomným fyzioterapeutem. Této možnosti jsme nově velice rádi naplno využívali.

Všichni studenti sportovního gymnázia také absolvovali sportovní – funkční lékařské prohlídky u sportovního lékaře.

Školní rok 2017/2018 studovali tito studenti:

p.č.	Jméno	Třída	Trenér	Klub
1	Michael Raška	8. O	Koza	1.JCBO
2	Rýpar Radek	3. A	Koza	Judo Závišice
3	Hanzel Tomáš	3. A	Koza	Baník Karviná
4	Chlopčík Ondřej	3. A	Koza	1.JCBO
5	Škrobánková Alžběta	3. A	Koza	Slezan Opava
6	Kochová Lucie	3. A	Koza	Judo Bohumín
7	Pustějovský Tomáš	4. A	Koza	1.JCBO
8	Schindler Andrej	4. A	Koza	Slezan Opava
9	Zuzana Janiczková	7. O	Koza	DDM Třinec
10	Mičan Ondřej	8. O	Koza	TJ Ostrava
11	Ševčíková Sabina	8. O	Koza	1.JCBO
12	Polášková Kristýna	7. O	Koza	1.JCBO
13	Martínková Adéla	7. O	Koza	1.JCBO
14	Pavlica Tomáš	6. O	Koza	1.JCBO
15	Mojžíšek Lukáš	5. O	Koza	1.JCBO
16	Zemanová Klára	3. A	Koza	1.JCBO
17	Pavlica Lukáš	4. O	Boháčová	1.JCBO
18	Malaczynski Filip	3. O	Boháčová	1.JCBO
19	Maixner Tomáš	3. O	Boháčová	1.JCBO
20	Kokešová Alexandra	3. O	Boháčová	1.JCBO
21	Grygerek Jan	3. O	Boháčová	Vítkovice
22	Matýsek Jan	2. O	Boháčová	1.JCBO
23	Čebík Filip	2. O	Boháčová	1.JCBO
24	Rodryčová Adéla	1. O	Boháčová	1.JCBO
25	Vontor Tomáš	1. O	Boháčová	Judo Beskyd
26	Silvestr Matěj	2. A	Koza	1.JCBO
27	Šimek Daniel	2. A	Koza	1.JCBO
28	Kuncová Viktorie	2. A	Koza	1.JCBO

Regionální výběr žáků – O. Libo

Kádrové zajištění:

Vedoucí trenér: Ondřej Libo – TJ Slezan Opava
Spolupracující trenéři: Miroslav Hvozdovič -1JCBO
Pavčina Prollová – Judo Beskydy
David Tluček – TJ judo Ostrava

Tréninkové srazy – randori /TS-R/: 2 hod

Během uplynulého roku se nám podařilo uskutečnit **deset** tréninkových srazů se zaměřením především na randori. Místa konání se střídala mezi mateřskými oddíly členů RVŽ a to TJ Slezan Opava, 1.jcbo a TJ Ostrava.

Další nedílnou součástí přípravy, byly třídní tréninkové srazy, kterých se účastnili i členové RVŽ jiných krajů.

Tréninkové srazy /TS/: 3 dny

Raškovice 10. – 12. 2. 2017
Brno 31. – 2. 4. 2017
Opava 26. – 28. 5. 2017
Brno 18. – 19. 9. 2017
Ostrava 1. – 3. 12. 2017

Výcvikové tábory /VT/: 4 a více dnů

Teplice 23. – 27. 7. 2017
Hranice 13. – 18. 8. 2017

Výsledky z ČP, MČR

ČP, MČR		Ostrava	Jablonec	Chomutov	Brno	Teplice	MČR
Hula Ondřej	Slezan Opava	3	3	3	5		2
Kubičková Eliška	judo Beskydy	2	1		3		2
Sláma Ondra	judo Beskydy		1				1
Motyka Dominik	1jcbo	2		3	3		7
Tycar Štěpán	1jcbo			3	7		5
Meixner Tomáš	1jcbo	1	7	2	2	5	2
Václavková Tereza	1.jcbo	1	7	3	3		2
Kokšová Alexandra	1.jcbo	7	5	7			
Bulka Vojtěch	1jcbo	7	3		3	2	3
Malaczynski Filip	1.jcbo			1			
Mecová Vendula	judo Beskydy	5	7		2		3
Čerchlová Markéta	1jcbo	7	5	3			5

Na MČR v Jičíně vybojovali členové RVŽ Msk 7 medailí.

1x 1. místo

4x 2. místo

2x 3. Místo

ČP krajských družstev

Družstvu složeného z RVŽ Msk se podařilo obhájit vítězství na ČP krajských družstev konaném 22. 4. 2017 v Hranicích na Moravě.

Účast na VT, TS

VT, TS		Raškovice	Brno	Opava	Teplice	Hranice	Brno	Ostrava
Hula Ondřej	Slezan Opava	x	x	x	x	x	x	x
Kubíčková Eliška	judo Beskydy	x	x	x	x	x	0	x
Sláma Ondra	judo Beskydy	x	x	x	x	x	0	x
Motyka Dominik	1.jcbo	x	x	x	x	x	x	x
Tycar Štěpán	1.jcbo	x	x	x	x	x	0	x
Meixner Tomáš	1.jcbo	x	x	x	0	x	0	x
Václavková Tereza	1.jcbo	x	x	x	x	x	0	x
Kokšová Alexandra	1.jcbo	x	x	x	x	x	0	x
Bulka Vojtěch	1.jcbo	x	x	x	x	x	0	0
Malaczynski Filip	1.jcbo	x	x	x	x	x	0	0
Mecová Vendula	judo Beskydy	x	x	x	x	x	x	x

+ samostatná oddílová soustředění

Foto – tréninkové srazy









Sportovní centrum mládeže Ostrava – Dušan Koza

Zodpovědný trenér SCM Ostrava: Mgr. Jiří Štěpán

Trenér SCM Ostrava: Dušan Koza

Asistenti trenéra: Roman Martínek

V roce 2017 fungovalo středisko SCM zřízeno pod patronací Českého svazu juda v podobě následující. Středisko SCM Ostrava bylo vedeno na detašovaném pracovišti v Olomouci pod vedením Jiřího Štěpána. Obě tyto střediska byli finančně, sportovně i tréninkově samostatná. Tréninková skupina úzce spolupracovala s fyzioterapeutem Stanislavem Šeredou, který prováděl pravidelné masáže a konzultoval drobnější svalová a kloubní poranění. Lékařský dohled měl ve spolupráci MUDr. Lubojacký ze Slezské nemocnice Opava a MUDr. Mohyla z Fakultní nemocnice Ostrava.

V závěru roku došlo k nepříjemnému a vážnému zranění kolene u Zuzany Janiczkové a podstoupila operaci křížového vazů kolene

Tréninky probíhali ve Sportovní hale Sareza a Tréninkovém centru Jindřicha Kaděry v tyto dny:

- pondělí:** od 7.30 do 9.00 (SG)
od 17.30 do 19.30 (Sareza)
- úterý:** od 9.30 do 11.00 (TCJK)
od 17.30 do 19.00 (TCJK)
- středa:** od 17.30 do 19.30 (Sareza)
- čtvrtek:** od 7.30 do 9.00 (TCJK)
od 17.30 do 19.30 (Sareza)
- pátek:** od 15.30 do 17.30 (TCJK)

Ve čtvrtek ráno a odpoledne pravidelně probíhala regenerace sportovců, masážemi a saunou. Taktéž probíhali různá cvičení a konzultace s klubovým fyzioterapeutem Stanislavem Šeredou.

Ve výběrové skupině sportovců našeho regionu a našeho klubu byli zařazeni tito sportovci:



Junioři:

Tomáš Pustějovský ve váze do 90kg. (1.JCBO)

Juniorky:

Lucie Kochová ve váze do 57kg. (Judo Bohumín)

Kristýna Polášková ve váze do 63kg. (1.JCBO)

Dorostenky:

Zuzana Janiczková ve váze do 52kg. (DDM Třinec)

Alžběta Škrobánková ve váze do 57kg. (Slezan Opava)

Adéla Martínková ve váze do 70kg. (1.JCBO)

Helena Szokalová ve váze +70kg. (DDM Třinec)

Dorostenci:

Radek Rýpar ve váze do 55kg. (Judo Závěšice)

Ondřej Chlopčík ve váze do 81kg. (1.JCBO)

Matěj Silvestr ve váze do 81kg. (1.JCBO)

Daniel Šimek ve váze do 55kg. (1.JCBO)



Podařilo se po letech přípravy nominovat na vrcholné akce roku dorostenci Radkovi Rýparovi, který se účastnil po splnění A limitu Čsju MED a EYOF. Stejně tak se podařilo nominovat po splnění B limitu Zuzaně Janiczkové na MED a EYOF. Zuzana byla dále nominována na MEJ družstev, kde společně s reprezentačním výběrem dívek obsadila 7. místo. Na MED se jim nedařilo podle předpokladů a oba byli z bojů vyřazeni. Ovšem na EYOF v maďarském Gyoru si malinko spravili oba chutě shodně 9. místem.

Další významné sportovní úspěchy sportovců SCM:

EP TULA (RUS):	Zuzana Janiczková	3. místo
	Radek Rýpar	5. místo
EP Záhřeb (CRO):	Zuzan Janiczková	7. místo
EP Teplice (CZE):	Radek Rýpar	3. místo
	Zuzana Janiczková	7. místo
EP Bielsko Biala:	Zuzana Janiczková	7. místo
	Radek Rýpar	12. místo
MT Bratislava:	Zuzana Janiczková	1. místo
	Lucie Kochová	2. místo
	Adéla Martínková	2. místo
	Kristýna Polášková	3. místo
	Radek Rýpar	2. místo
MČR Juniorů:	Tomáš Pustějovský	1. místo
	Daniel Šimek	2. místo
MČR Mužů a žen:	Lucie Kochová	2. místo
	Helena Szokalová	2. místo
	Kristýna Polášková	5. místo

Centrum individuálních sportů Ostrava – Dušan Koza

V roce 2017 ve výběru Centra individuálních sportů Ostrava (dále jen CISO), se podařilo přijmout přes tvrdé podmínky přijetí dva naše studenty Sportovního gymnázia Dany a Emila Zátopkových v Ostravě.

Byli to účastníci MED a EYOF Zuzana Janiczková a Radek Rýpar.

Oba dostali smlouvu na jeden rok, tj. od 1. 7. 2017 do 30. 6. 2018 a k tomu každý finanční podporu 30 000,- Kč na přípravu, dopravu, materiál, regeneraci apod.

Společně se sportovci byla také na stejnou dobu podepsána smlouva o tréninkové činnosti s tím spojené s Dušanem Kozou.

Spolupráce s organizací CISO probíhala bez komplikací, finanční prostředky se dařilo čerpat v plné výši. Dále se sportovci a trenér účastnili všech významných akcí CISO, jako vyhlášení sportovce roku organizace CISO, trenérských rad CISO apod.

Pořádání turnajů – Leoš Macháček

V době od 25.2. – 26.2.2017 proběhl turnaj Českého poháru mladších a starších žáků a žákyň, dorostenců a dorostenek, juniorů a juniorek v nové sportovní atletické hale v Ostravě Vítkovicích, kterého se zúčastnilo nově rekordních 1 242 závodníků a na 800 diváků. Závodilo se na 8 tatami. Mezi startujícími závodníky zde byli nejen závodníci z ČR, ale i z Polska, Slovenska, Ukrajiny a přijela i výprava z Běloruska, Ruska.

Dalším námi pořádaným turnajem byl Memoriál Jana Stankoviče, který se konal dne 18.3.2017. V kategorii mužů a žen zde startovalo pouze 47 závodníků, což je sice více než předešlý rok, ale stále slabá účast startujících, přestože zde byli závodníci ze Slovenska a Polska, nedaří se nám zatím získat více zahraničních závodníků, přestože byli na turnaj pozváni. V hmotnostní kategorii do 66 kg, která byla vyhlášena jako memoriál Jana Stankoviče, zvítězil tentokrát závodník Černý Michal z SKP Judo Nový Bydžov, kde byla putovní soška Jigora Kana, kterou věnovali do tohoto turnaje kolegové z našich spřátelených polských klubů jako památku na svého kolegu a přítele Jana Stankoviče, předána.

Dalšími námi pořádanými turnaji byly Dorostenecká liga a Extraliga mužů.

Dne 6.5.2017 byl pořádán krajský přebor dorostu, juniorů a juniorek, mužů a žen. Na tento bychom chtěli s pořádáním v příštím roce opět navázat.

V roce 2017, stejně jako roky předchozí, jsme úspěšně navázali na tradici pořádání Turnaje přípravek pro všechna střediska 1. Judo klubu Baník Ostrava. Celkem se nám podařilo během roku



uspořádat 9 turnajů, kde je stále velký zájem z řad mladých judistů ukázat, co v sobě mají a co se za krátkou dobu stihli naučit, jako je osvojení si znalostí potřebných k účasti na větších turnajích. Mezi tyto patří: pravidla juda, chování na turnaji, systém turnaje nebo výroky rozhodčích. V průběhu roku byl doplňován žebříček úspěšnosti závodníků, podle kterého byli ti nejlepší odměněni na závěrečném turnaji. Tento turnaj však neslouží jen pro samotné začátečníky. Rozhodčími jsou totiž zkušenější členové našeho klubu (dorostenci, junioři), kteří si vyzkoušeli závodní judo z pozice

opačné, než jsou zvyklí. V rámci spolupráce s judo klubem Orlová, jehož členové se turnaje pravidelně účastní byl jeden z těchto turnajů pořádán v Orlové.

Za celoroční pomoc je třeba poděkovat celému organizačnímu týmu, včetně rodičům, které se nám podařilo také zapojit.





Pořádání klubových kempů – Leoš Macháček

V letošním roce se nám podařilo zajistit a pořádat 2 judo víkendy na tatami pro naše členy. Samozřejmě jako každý rok v letních měsících proběhl letní judo camp. Tentokrát na novém místě na Malé Morávce v hotelu Neptun době od 26.8. – 3.9.2017. Kvalita byla vynikající a počasí nám po celou dobu přálo. Příští rok judo camp se bude opět konat zde, tak ať nám opět vyjde počasí. A v neposlední řadě bych ještě zmínil, že době od 14.8. – 18.8.2016 jsme opětovně pořádali příměstský tábor na středisku Hrabůvka. Zájem o něj byl opětovně veliký, kdy bohužel z kapacitních důvodů se na některé děti nedostalo. Ale to nevadí i v příštím roce se příměstský camp bude opětovně pořádat.

Ples – Jan Babinec

Tradiční reprezentační ples našeho klubu proběhl na konci března, v již nám známých prostorách kulturního domu K-Trio v Ostravě-Hrabůvce. Zúčastnilo se jej na 240 hostů, což znamená vyprodáno, a pořadatelé se tak mohli radovat z plného tanečního parketu. Mezi hosty se objevili trenéři i funkcionáři klubu. Nebyla nouze ani o rodiče a starší členy našeho 1. Judo klubu Baník Ostrava, které doplnily judistické legendy našeho kraje.



K tanci hrála zprvu kapela Babylon, nabízející oblíbené a všem známé písně. Po půlnoci na jeviště přišel mladický soubor Dirty Rudoplh and his Rock'n'Roll Mates, který atmosféru rozvířil na nebývalou úroveň. Během večera lidi pobavila neobvyklá scénka spojená s ukázkou juda i vystoupení akordeonistky Hany Koskové.



Nechyběla ani tombola či společenské hry a návštěvníci plesu tak odcházeli plni zážitků, což novému organizačnímu týmu udělalo velkou radost a chuť se postarat i o další ročník této tradiční akce. Je na místě poděkovat všem, kteří se do organizace plesu zapojili.

Den dětí – Radek Ďurina

Šestý ročník akce Dne dětí, byl pro tento rok poznamenán rekonstrukcí Tréninkového Centra Jindřicha Kaděry. Akci opět podpořil starosta městského obvodu Ostrava – Jih **pan Bc. Martin Bednář**, kterému tímto děkujeme za krásné odměny.



Celá akce proběhla 3.6 2017 a odpolednem nás provázal nám už známý moderátor Patrik Mácha. Celé odpoledne děti mohli soutěžit při různých sportovních aktivitách a zároveň si zablblnout na připravených atrakcích.

Celé akce se zúčastnilo 65 dětí.

Z předchozího roku, kdy nás potrápilo počasí, jsme se nevzdali a i přes snahu počasí nás odradit, jsme museli celou akci ukončit jen o hodinu dříve, než jsme plánovali.

I přes tuto skutečnost, jsme opravdu viděli překrásné ukázky různých sportů a odvahy a nasazení i při začátku nepřízně počasí. Všem sportovcům patří uznání.

Každý soutěžící odcházel s dárkem pro radost a sladkostí na mlsání. Podle ohlasů se akce povedla a každý si našel to, co ho zajímalo. Všichni se budeme těšit na další ročník. Všem děkuji za příjemný Den dětí



Judo show – Radek Ďurina

Již každoroční akce k příležitosti vyhlášení nejlepších judistů a judistek se konala již tradičně v krásném prostředí kulturního zařízení Ostrava - Jih, K-Trium. Každý rok se naši svěřenci zúčastní řady závodů, a protože celý rok je velmi nabitý, tak Judo Show proběhla 26. ledna 2017 a vyhlášovali se nejlepší závodníci za rok 2016. A protože si klub váží závodníku kteří 1. Judo Club Baník Ostrava reprezentují, tak je po celém roce rád ocení.

Tohoto ročníku se na poli moderátorském zhostil dlouholetý moderátor a kamarád našeho klubu Patrik Mácha. První slovo dostat tentokrát místopředseda klubu Dušan Koza, který zhodnotil uplynulý rok a nastínil vyhlídky pro rok budoucí.

Protože naše Judo Show není jenom o vyhlášení výsledků, tak jsme také chtěli ukázat něco málo z umění juda. Ukázky si pro nás připravili trenéři Dušan Koza a Pavel Kohn.



Ukázky se skládaly se tří částí:

- předvedení ukázek našich nejmenších judistických nadějí
- předvedení ukázek základních principů technik juda našimi žáky
- předvedení ukázek technik juda našimi dorostenci.

Judo Show se zúčastnilo na dvě stovky diváků, kteří celé akci dodali kouzlo aplausem těm nejlepším judistům a judistek za rok 2016. Všem moc gratulujeme a přejeme mnoho dalších úspěchů pro nadcházející rok.

Poděkování patří všem, kteří se na celé akci podíleli a dovedli jí do zdárného konce.



V Ostravě 20.6.2018
Ing. Martin Pavlica
Předseda klubu