



Výroční zpráva o činnosti za r. 2018

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

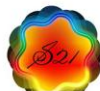


VEOLIA
Čistota je základem

RYSPOL
JL stěhovací firma CZ

 Česká průmyslová zdravotní pojišťovna

KOBERCE NEUWIRT



GASTRO
by Pilsner

Rybex

ArcelorMittal

CISO

sienna sport

dts 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 8.9.2019

Obsah

Úvodní slovo	3
Výbor klubu	4
Trenérská rada.....	4
Členská základna.....	5
Tréninková střediska	7
Sareza Ostrava Přívoz – Roman Martínek	7
Tréninkové centrum Jindřicha Kaděry – Jan Janovský	8
ZŠ Škarvady – Matyáš Otto	9
ZŠ Kosmonautů a projekt judo do škol – Pavel Kohn	10
DDM Hlučín– Vítězslav Mečár	11
Mateřské školy – Markéta Pavlicová	12
ZŠ Březinova – Radek Ďurina	14
ZŠ Proskovice – Zdeněk Třetina	14
ZŠ Dolní Lhota – Hana Šalamounová	14
ZŠ B. Dvorského – Leoš Macháček	14
ZŠ Ukrajinská – Markéta Pavlicová	15
Sportovní výsledky	16
Mlád'ata – Matyáš Otto	16
Mladší žáci a žákyně – Michaela Boháčová	16
Starší žáci a žákyně SpS - sportovní středisko – Miroslav Hvozdovič	17
Dorostenci a dorostenky – Dušan Koza	18
Junioři a juniorky – Roman Martínek	22
Muži a ženy – Roman Martínek	24
Veteráni - Jiří Černota	27
Ostatní aktivity	27
Sebeobrana – Jiří Svitič	27
Sportovní gymnázium – Dušan Koza	28
Regionální výběr žáků – O. Libo	29
Sportovní centrum mládeže Ostrava – Dušan Koza	32
Centrum individuálních sportů Ostrava – Dušan Koza	33
Pořádání turnajů – Leoš Macháček	34
Pořádání klubových kempů – Leoš Macháček	34
Ples – Matyáš Otto	34
Den dětí – Radek Ďurina	35
Judo show – Radek Ďurina	35

Úvodní slovo

Vážení členové, sponzoři a přátelé našeho klubu,

i v loňském roce jsme zaznamenali několik významných změn a úspěchů, které jak doufáme povedou k zlepšení práce a výsledků našeho klubu. V začátku roku došlo po rekonstrukci šaten a sociálního zařízení v tréninkovém středisku Jindřicha Kaděry k instalaci nového vybavení šaten a instalace skříněk pro trenéry v šatně trenérů. V tomto roce také došlo ke změně plateb klubových příspěvků. Snížil se počet splátek ze tří na dvě splátky, což by mělo vést ke snížení administrativní zátěže a vedení evidence plateb příspěvků. Ve středisku Kosmonautů 15 se nám podařilo získat trenéra Pavla Kohna na pozici trenéra v rámci projektu juda do škol. Došlo zde také k rekonstrukci a zateplení tělocvičny, což vede ke zkvalitnění podmínek našich cvičenců. A v tomto středisku stejně tak jako ve středisku při ZŠ Škarvady došlo k rozvoji skupin, členské základny a zapojení nových trenérů. Ve středisku Sareza se také povedlo získat několik dobrovolníků z řad rodičů, kteří se zapojili do trenérské práce jako asistenti. Došlo také k rozdělení skupin dorostenců a juniorů, kteří některé tréninky přesunuli na Tréninkové centrum Jindřicha Kaděry. Ve středisku Sareza došlo po 19-ti letech k zakoupení nového tatami. Grand Prix Ostrava opět překonala účastnický rekord z loňského roku a udržela si svůj standard a počet účastnických zemí 12. Díky novému tatami na Sareze se podařilo při Grand Prix Ostrava barevně a tipově sjednotit celou plochu tatami, což působilo velmi esteticky a bylo mnohými účastníky hodnoceno velmi kladně.

Na závěr mi dovoluje 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 zejména, bych chtěl poděkovat 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

Výbor klubu zeštíhlal a pracoval ve složení:

Předseda	Pavlica Martin
Místopředseda a předseda klubové trenérské rady	Koza Dušan
Hospodář a organizační pracovník pro koordinaci dobrovolníků	Markéta Pavlicová
Organizační pracovník pro administrativu	Babinec Jan
Vedoucí střediska Hrabůvka	Janovský Jan
Dále se na vedení klubu podíleli dobrovolníci :	
Organizační pracovník	Macháček Leoš
Organizační pracovník pro propagaci	Daniel Dluhoš

Trenérská rada

Trenérská rada 1. Judo klubu Baník Ostrava, z.s. v roce 2018 pracovala a scházela se k jednání v tomto složení:

Předseda trenérské rady, dorost: Dušan Koza

Členové trenérské rady:

zodp. tr. benjamínci:	Matyáš Otto
zodp. tr. mladší žáci a žákyně:	Michaela Boháčová
zodp. tr. starší žáci a žákyně:	Miroslav Hvozdovič
Zástupce rozhodčích:	Jan Janovský
zodp tr. za Extraligu, juniory:	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 jeden seminář pro naše trenéry, který probíhal v neděli v dopoledních hodinách na Tréninkovém centru Jindřicha Kaděry. Tyto semináře jsou 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:

7. 1. 2018 Přednes semináře ČSJU v Teplicích 12/2017 s Jane Bridge (GBR)– Matyáš Otto, 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, případně pod patronací spolupracující organizace CISO (Centrum individuálních sportů Ostrava). Byli to semináře:

3. 2. 2018 Nová pravidla judo – seminář Ksju/Čsju – Huja, Štefániková. Tohoto semináře se účastnilo 5. trenérů z 1.JCBO.

- 1. 9. 2018 Zkušební komisaři – seminář ČSJU - Vele. Tohoto semináře se účastnilo 5. trenérů z 1.JCBO
- 4. 9. 2018 Seminář CISO – Kondice – Gomola. Z našeho klubu se účastnili 4. trenéři.
- 4. 9. 2018 Seminář CISO – Výživa – Jelínek. Z našeho klubu se účastnilo celkem 5. trenérů.
- 5. 9. 2018 Seminář CISO - Mentální koučink – Marian Jelínek, který se konal v aule Vysoké školy báňské a účastnil 1. trenér našeho klubu.
- 8. 9. 2018 Seminář CISO – Fyzioterapie – Wrobel, který se konal na půdě sportovního gymnázia a z našeho klubu se jej účastnilo celkem 6. trenérů.
- 8. 12. 2018 Seminář ČSJU – Krpálek, Petříkov, Pokorná, vzpěračský trénink, tento seminář byl zaměřen na osobní techniky našich nejlepších závodníků, dále Andrea Pokorná předváděla základní gymnastiku pro nejmenší děti a proběhlo školení techniky trhu a nadhozu. Účastnilo se celkem 10. trenérů z 1.JCBO

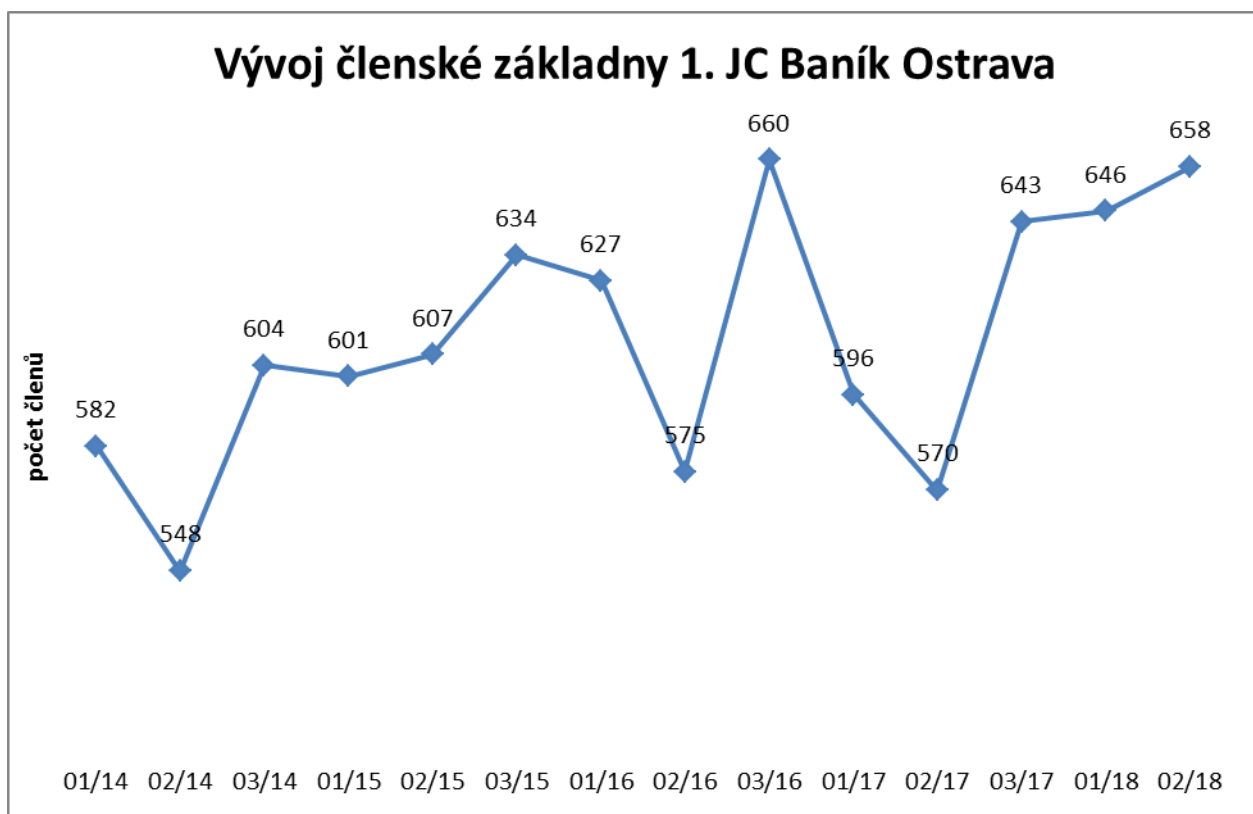
Také vzdělávání trenérů ve zvyšování kvalifikace v roce 2018 běželo na plno:

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

V trenérském studiu na FTVS v Praze úspěšně pokračovali studiem ve druhém ročníku trenéři Dušan Koza, Roman Martínek, Jiří Svitič a Jan Babinec.

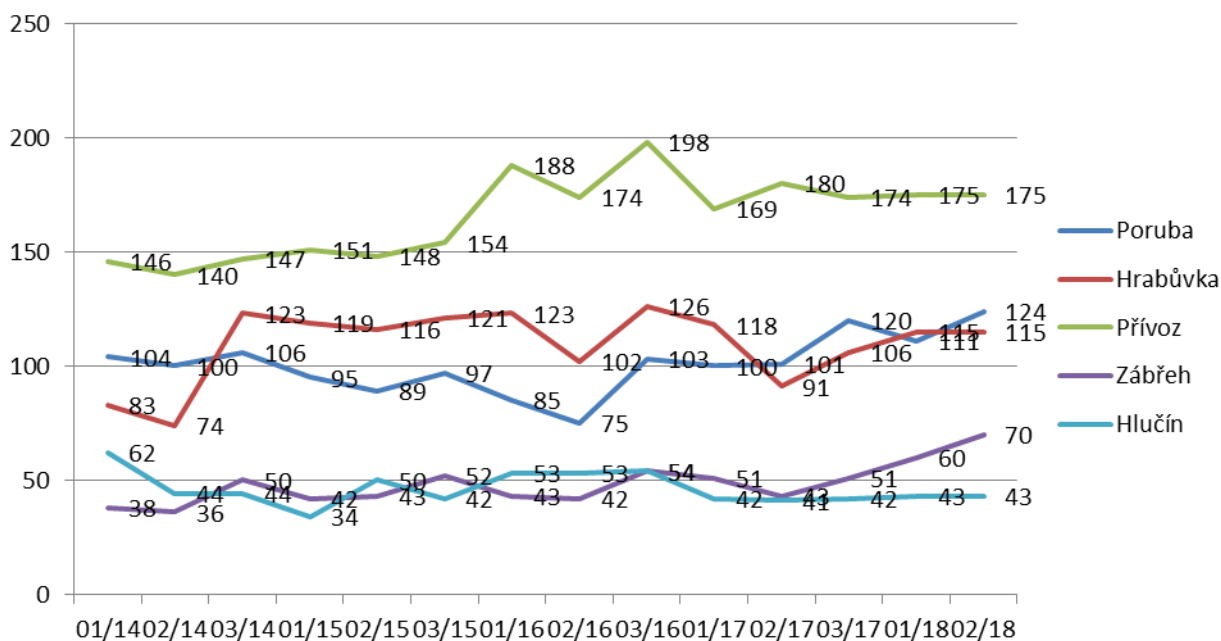
Práce trenérské rady se v tomto roce velmi posílila a zkonsolidovala. Jednotliví členové trenérské rady a zodpovědní trenéři velmi dobře spolupracovali a vycházeli si vstříc napříč kategoriemi. Podařilo se bez větších problémů, ve spolupráci trenérsky zajistit všechny vytipované turnaje jak doma, tak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

Členská základna

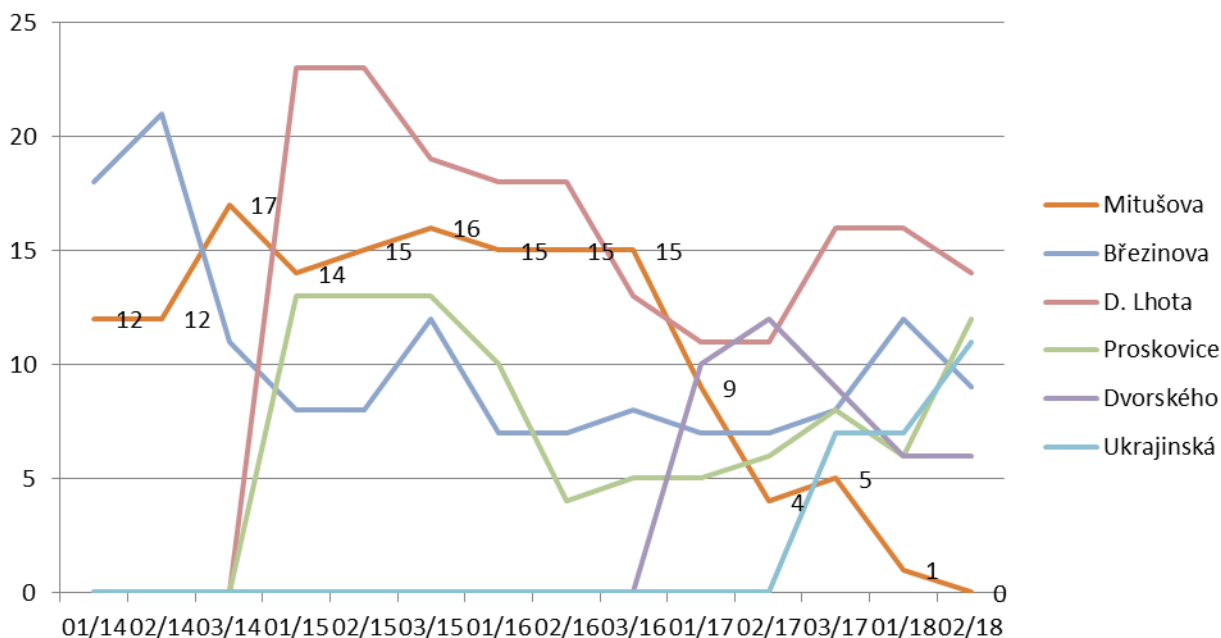


Vidíme, že v loňském roce se základna téměř vyšplhala k našemu historickému maximu. Doufejme, že se nám ji v následujícím období podaří stabilizovat a udržet. Maxima dosáhla střediska ZŠ Porubská a ZŠ Kosmonautů 15 a došlo k ukončení střediska ZŠ Mítušova. V loňském roce jsme evidovali celkem 257 nových členů.

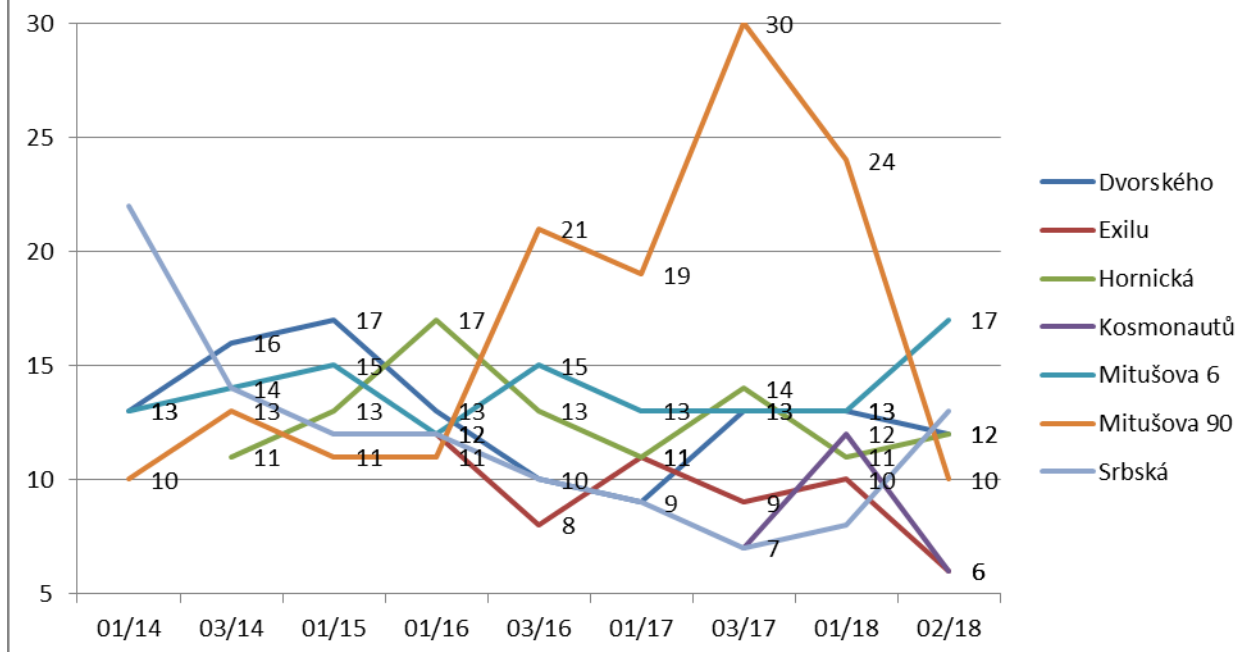
Vývoj členské základny 1. JC Baník Ostrava v jednotlivých střediscích



Vývoj členské základny 1. JC Baník Ostrava v jednotlivých střediscích



Vývoj členské základny 1. JC Baník Ostrava v jednotlivých školkách



Tréninková střediska

Sareza Ostrava Přívoz – Roman Martínek

Středisko Sareza stále patří co do počtu našich členů k největším střediskům při 1. Judo Club Baník Ostrava z.s. Celkem je na tomto středisku registrováno kolem **160**-ti členů. Tito se pod vedením trenérů a jejich asistentů našeho klubu připravují v **7** tréninkových skupinách.

- ❖ **Přípravka** - trenéři : Martínek R., Holý M., Bříza J. a Chovanec M.
- ❖ **Mlád'ata** - trenéři : Martínek R., Holý M., Bříza J. a Chovanec M.
- ❖ **Mladší žáci** - trenéři : Boháčová M., Holý M.
- ❖ **Starší žáci** - trenéři : Hvozdovič M., Boháčová M., Holý M.
- ❖ **Dorostenci** - trenéři : Koza D., Svitič J., Hvozdovič M.
- ❖ **Junioři** - trenéři : Martínek R., Kohn T.
- ❖ **Sebeobrana** - trenér : Svitič J.

V průběhu celého roku nedošlo k žádným větším změnám, vše proběhlo bez větších komplikací. Za zmínku stojí pouze lokální oprava a výměna vodovodního potrubí a sprch. Spolupráce se zaměstnanci haly Sareza byla bez závad.

AKCE STŘEDISKA SAREZA POŘÁDANÉ V ROCE 2018

Soutěže jednotlivců

➤ **Muži a ženy**

<i>Datum</i>	<i>Název akce</i>	<i>Příjmení</i>	<i>Jméno</i>	<i>Váha</i>	<i>Pořadí</i>
24.3.2018	Memoriál Jana Stankoviče - ČP Ostrava	Huvar	Jan	66	bez
24.3.2018	Memoriál Jana Stankoviče - ČP Ostrava	Šmatelka	Ondřej	73	bez
24.3.2018	Memoriál Jana Stankoviče - ČP Ostrava	Kohn	Pavel	73	3
24.3.2018	Memoriál Jana Stankoviče - ČP Ostrava	Kohn	Tomáš	73	bez
24.3.2018	Memoriál Jana Stankoviče - ČP Ostrava	Svoboda	Jiří	81	1
24.3.2018	Memoriál Jana Stankoviče - ČP Ostrava	Gřešek	Vít	90	bez

Soutěže družstev

28.04.2018	1. liga - muži - 1.kolo Ostrava	Kohn	Pavel	66	3	0	0
28.04.2018	1. liga - muži - 1.kolo Ostrava	Kohn	Tomáš	73	1	0	1
28.04.2018	1. liga - muži - 1.kolo Ostrava	Silvestr	Matěj	81	1	0	3
28.04.2018	1. liga - muži - 1.kolo Ostrava	Svoboda	Jiří	90	4	0	0
28.04.2018	1. liga - muži - 1.kolo Ostrava	Pustějovský	Tomáš	100	2	0	1
28.04.2018	1. liga - muži - 1.kolo Ostrava	Raška	Michael	+100	0	0	2
28.04.2018	1. liga - muži - 1.kolo Ostrava	Král	Jakub	+100	0	0	2

Závěrem chci poděkovat všem zaměstnancům střediska Sareza za bezproblémový rok 2018 a trenérům za přípravu svých svěřenců, a tímto i popřát mnoho úspěchů v roce 2019.

Tréninkové centrum Jindřicha Kaděry – Jan Janovský

Rok 2018 na našem středisku bych nazval rokem návratů.

Prvním velkým návratem byl příchod našeho bývalého výborného závodníka Tomáše Anděla, který převzal skupinu našich veteránů po trenérovi Josefu Meckovi, Josef musel bohužel ze zdravotních důvodů a časové vytíženosti na nějakou dobu trénování zanechat. Chtěl bych mu poděkovat za kvalitně vedené družstvo veteránů a popřát mu, aby se dal zdravotně do pořádku a mohl se brzy vrátit mezi nás.

Dalším velkým návratem byl příchod staronového trenéra Jana Štefánika. Honza vede nově vzniklou skupinu bývalých judistů, kteří skončili nedávno s judem z různých důvodů a bylo jim po judu smutno. K nim se přidali naši junioři a muži, kteří v těchto bývalých členech našli perfektní sparringpartnery. Tady v této skupině bylo opět několik velkých návratů- Lukáš Selecký či Jan Pátek- a mnoho dalších skvělých judistů.

Kromě pravidelných tréninků ve všední dny probíhá na našem tréninkovém centru spousta víkendových judistických i nejudistických aktivit.

- Turnaje přípravek
- Tréninkové judo víkendy na tatami
- Soustředění reprezentačních výběrů žáků a dorostenců
- Soustředění našich tréninkových skupin
- Soutěže krajských přeborů dorostenců, juniorů, mužů a žen
- Den dětí
- Příměstský tábor
- Brigády
- Posezení s rodiči
- Semináře trenérů

Závěrem bych rád poděkoval Markétě Pavlicové a Dušanu Kozovi, kteří mi pomáhají s bezproblémovým chodem střediska.

ZŠ Škarvady – Matyáš Otto

Pro porubské středisko na ZŠ Škarvady nebyl rok 2018 natolik významný jako ten předešlý. I tak jsme ale malými změnami posunuli přípravu judistů v některých skupinách o krok dále. Za zmínku stojí vznik celkově čtvrté tréninkové skupiny s názvem „předpřípravka“, rozšíření tréninkových hodin žáků na 2x 2 hodiny + 1,5 hodiny a přesunutí tréninkových dnů žakovské skupiny rovnoměrně do celého týdne, tedy pondělí, středa a pátek. Členská základna porubského střediska čítala celoročně něco málo přes 100 judistů. Účastnili jsme se aktivně všech pořádaných akcí klubu, tj. turnajů, letního campu i pořádání plesu či GP Ostrava. V průběhu roku jsme krom jiného uspořádali turistický pobyt pro děti v Beskydech a vodní turistiku na Dunajci. Trenéři porubského střediska zvýšili své technické stupně (2. dan – Jiří Svoboda, Matyáš Otto, 5. kyu – Oldřich Vlach) a trenérské třídy (2. třída – Jiří Svoboda, 1. třída – Jan Babinec – stále probíhá).

Skupina přípravy každoročně slouží jako „nárazníková“ a dá se z ní poměrně dobře usuzovat, jak na tom bude středisko za několik let přípravy. V roce 2018 byl hlavním trenérem skupiny Jan Babinec a společně s Matyášem Otto a Oldřichem Vlachem se jim povedlo navázat na práci z roku 2017, tedy dotáhnout po letních prázdninách přechod cca 20 judistů do další tréninkové skupiny



mláďat. Děti přešly vybaveny základními pohybovými dovednostmi, pádovými technikami a několika technikami držení. V září došlo k náboru, který byl zpočátku nepříliš úspěšný, na konci roku jsme však měli v docházce zapsáno 27 judistů, tedy dostatečné podhoubí pro příští roky.

Skupina mláďat slouží dlouhodobě jako přestupní stanice mezi přípravkou a žáky. Jejím cílem je naučit děti techniky bíložlutého pásu a zajistit pravidelnou účast na turnaji přípravek. V první polovině roku tyto cíle byly naplněny a děti z mláďat kvalitně doplnily vyšší tréninkovou skupinu. V období září – prosinec, po přechodu dětí z přípravy se trenéři Otto, Babinec a

Vlach snažili o stejnou práci jako v letech minulých, avšak prozatím se nedaří přesvědčit větší část skupiny pro účast na turnaji přípravek a sportovní směr juda. Tento fakt je jistě jeden z největších cílů do příštího roku, jelikož v případě nezdaru dojde k pozdějšímu propadu produkce „závodních“ judistů z porubského střediska. Na druhou stranu někteří členové této skupiny byli ve výuce natolik úspěšní, že složili zkoušku na 6./5. kyu již v prosinci, oproti každoročnímu červnu.

Pro skupinu žáků byl rok 2018 velkou výzvou. Judisté, kteří začali s judem často i před 5 lety měli před sebou poslední rok/půlrok přípravy a očekával se jejich přechod do tréninkového střediska Sareza. Co se týče výsledků, členové této skupiny, brali medaile na krajském přeboru žáků (1x 3. místo, 1x 2. místo), krajském přeboru mláďat (1x 1. místo, 4x 3. místo) i GP Ostrava (1x 3. místo). Na Přebor České republiky se bohužel kvalifikoval pouze 1 mladší žák, který ukončil v průběhu roku činnost, proto byla jedinou zástupkyní Charlotte Bukovjanová, výrazněji se však neprosadila (9. místo). Po letních prázdninách došlo k přechodu 2 žáků do střediska Sareza a 2 žáků do skupiny „judo pro všechny“. V prosinci pak přešla skupina 5 žáků ročníku 2007 do střediska Sareza. O tuto skupinu starali trenéři Otto, Babinec, Svoboda, Dedek a manželé Bukovští. Trenér Radoslav Dedek na konci roku přechází na tréninkové středisko Sareza a po 5 letech skvělé práce opouští Porubu – děkujeme za vše!!!

Na závěr je nutno zmínit nově vzniklou skupinu předškolních dětí, která má za úkol přilákat do klubu nové členy již v tomto nízkém věku a atraktivní náplní je přimět k přípravě v našem středisku v pozdějších letech. Trenéři Otto, Svoboda a Sousedíková zaznamenali o cvičení velký zájem, vždyť před letními prázdninami čítala skupina celkem 15 členů, z nichž několik dětí podle plánu přešlo do skupiny přípravek. V září došlo k dalšímu náboru a na konci roku jsme se již mohli věnovat 20 dětem předškolního věku.

Plány do roku 2019 se po organizační stránce budou týkat zapojení dalších zodpovědných trenérů do našeho týmu. Pokud to půjde, budeme se snažit na vedení školy opět rozšířit počet hodin, které jsou nám k dispozici v dojo. Sportovní cíle se týkají zvýšení účasti dětí skupiny mláďata na turnaji přípravek a kvalifikování více judistů skupiny žáků na PČR mladších žáků. Jednoznačně se budeme snažit také zlepšit připravenost sportovců, odcházejících do střediska Sareza.



ZŠ Kosmonautů a projekt judo do škol – Pavel Kohn

V Lednu 2018 se vedoucím střediska Kosmonautů 15 (dále jen „K15“) stal trenér II. třídy Pavel Kohn, který rovněž přijal úvazek učitele na K15 po trenéru Pavlu Olšovském. V trénování dětí mu vydatně pomáhali trenéři Jan Plečka a Roman Peter, kteří se práci na tomto středisku dlouhodobě věnují.

Počátek roku 2018 byl na středisku K15 ve znamení rekonstrukce tělocvičny, která započala ve 2. polovině ledna 2018 a ukončena byla na počátku dubna 2018. Tréninky byly nahrazovány na Tréninkovém centru Jindřicha Kaděry. V důsledku několikaměsíční rekonstrukce přestala část judistů chodit do juda (někteří dokonce přešli k jiným sportům), což se negativně projevilo na

početním stavu členské základny. Rekonstrukce však měla smysl a místní judisté velmi ocenili zejména zateplení tělocvičny.

Během roku byly rozšířeny tréninkové možnosti - kromě tréninků v Po, St a Čt byly zavedeny páteční kondičně-regenerační tréninky a od září 2018 na K15 trénují 4 skupiny: Přípravka (St), Mláďata (Po, Čt, Pá), Žáci (Po, St, Čt, Pá), a Judo pro všechny (Po, Čt). Od září se do práce na středisku zapojili další trenéři: Miroslav Kubina a Jana Kubinová, kolektiv posílil také asistent Jan Brunec. Také přesun skupiny „Judo pro všechny“ na K15 se projevil velice pozitivně: do juda se zapojili rodiče našich judistů (Adam Reder, Tomáš Meloun, Jan Stark...), zdokonalují se zde naši trenéři (Oldřich Vlach, Jan Plečka, Jana Kubinová...) a zapojili se také členové, kteří by jinak s judem pravděpodobně skončili (Matyáš Závodný, Vojtěch Tomek...).

Díky aktivnímu náboru v září 2018 a během roku 2018 se i přes odchod některých svěřenců překvapivě zvýšil početní stav členské základny a to nejen v rámci roku 2018, ale také meziročně, což znamená, že je nyní na historickém maximu – členská základna K15 byla mezi roky 2017 a 2018 nejrychleji rostoucí základnou ze všech středisek našeho klubu. Doufáme, že tento trend bude dále pokračovat.

Výsledky našich judistů

Nejúspěšnějším závodníkem střediska byl jednoznačně ml. žák Jan Pospíšil, který se nominoval na PČR ml. žáků, kde kvůli zranění nohy bohužel nestartoval. Do turnajů přípravek se konečně začalo zapojovat větší množství judistů ze skupiny mláďat.

Projekt Judo na ZŠ

Jak již bylo zmíněno, byl počátkem roku 2017 jmenován vedoucím střediska trenér Pavel Kohn, který po Janu Plečkovi převzal také projekt Judo na ZŠ. Trenéru Plečkovi vděčíme za to, že projekt po náhlém odchodu trenéra Olšovského převzal a díky němu se tento projekt na našem středisku podařilo udržet.

Je žádoucí zmínit, že vedení základní školy vychází 1. JC Baník Ostrava velmi vstřícně (zejména v pronájmu tělocvičny) a středisko K15 je příkladnou ukázkou spolupráce mezi **sportovním klubem, základní školou a Českým svazem juda**, což potvrzuje již dříve zmíněná rostoucí členská základna, která byla obohacena zejména o tzv. kmenové žáky, tedy přímo žáky ZŠ Kosmonautů 15. K prosinci 2018 bylo evidováno **23 kmenových judistů**, v době kompletace výroční zprávy (březen 2019) je však tento počet zase o něco vyšší a to nejen u kmenových žáků, ale také u žáků jiných škol. Ukazuje se, že projekt Judo na ZŠ má smysl a je v zájmu školy i klubu tento projekt zachovat. Závěrem bych rád poděkoval všem trenérům střediska K15 (**Jan Plečka, Roman Peter, Jana Kubinová, Miroslav Kubina a Jan Brunec**), bez jejichž práce by středisko nemohlo na tak vysoké úrovni fungovat.

DDM Hlučín– Vítězslav Mečár

Již devátým rokem je tělocvična juda v DDM Hlučín navštěvována mladými, zkušenými, talentovanými i novými judisty, kteří k nám zavítali díky propagaci na kulturních akcích města Hlučína a díky našich webových stránkách www.ljcb.cz. V letošním školním roce 2018/2019 navštěvují kroužek juda také děti předškolního věku. Současně navštěvuje kroužek 48 kluků a 5 děvčat.



Tréninky probíhají dvakrát týdně. Judisti jsou rozděleni do dvou skupin: začátečníci a pokročilí. Začátečníci trénují každé pondělí a středu od 15:15 do 16:15 a pokročilí každé pondělí a středu od 16:15 do 17:30.

Tréninky jsou většinou rozdělené na dvě části. Jeden den v týdnu je zaměřen na techniky nových chvatů, opakování těch, co už umí a následné trénování ve dvojicích, nebo tzv. „hadech“. Druhý trénink v týdnu je zaměřen spíše na výdrž a kondici. Judisti tedy cvičí s vlastním tělem, tedy se jedná o planky, angličáky, trénink balance apod.

Judisté se zúčastňují turnajů přípravek pořádaných 1.Jc Baník Ostrava. Rovněž se i účastní ukázkových akcí, kde předvádí choreografii juda spojené s hudbou.

Děti v Hlučíně na konci školního roku v rámci soustředění juda skládají zkoušky na žakovské stupě kyu.



Mateřské školy – Markéta Pavlicová

V roce 2018 jsme cvičili v 7 mateřských školách, kde cvičí děti ve věku 4–6 let.

Tréninky probíhají v těchto školkách: MŠ Mitušová 6, Mitušová 90, Srbská 4, B. Dvorského 1, Hornická 43A, MŠ Čs Exilu 760 a MŠ Kosmonautů 15.

V mateřských školách cvičí 86 dětí pod vedením trenérů Markéty Pavlicové a nových trenérek Šimkové Nikol a Ožanové Kristýny, které vede tréninky v MŠ Hornická, kterou ji závěrem roku předal Dušan Koza, který zde odvedl velmi dobrou práci.

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 školek. Cvičíme na tatami hayashi, které se skládá na každý trénink a je 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) s pomůckou - Gymbalem, 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.

Začali jsme také dbát na disciplínu na tréninku a spolupráci s kamarádem, která je velmi důležitá. Chceme děti připravit na trénink ve střediscích, aby byl přechod pro děti co nejméně náročný. Ve střediscích trénují kvalitní trenéři a ti velmi pěkně navazují na naši práci. Hodně dětí, které přešlo z mateřských škol, již nyní cvičí ve střediscích a zúčastňují se úspěšně turnajů u nás i v zahraničí a některé se dokonce hlásí na sportovní gymnázium Dany a Emila Zátokových, což nám dělá obrovskou radost.

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 vyšité naše webové stránky a nápis JUDO.

Na konci této zprávy bych chtěla poděkovat všem výše jmenovaným trenérům, kteří trénují v mateřských školách a podporují děti k lásce ke sportu, k disciplíně a úctě k soupeři.



ZŠ Březinova – Radek Ďurina

Na středisku Březinova fungujeme od října 2013. Stabilně zde funguje jedna tréninková jednotka přípravy. Trenérská obsazenost po stránce trenérské je stabilní. Hlavním trenérem je už pátým rokem Radek Ďurina a asistent je Lukáš Ďurina. Po prvotních ústupcích a organizačních změnách času tréninku, se nám tento čas a den ustálil na každou středu od 16:00 – 18:00.

Ve školním roce 2018 bylo evidováno do posledního května 7 členů s průměrnou účastí 6 cvičících. Od října 2018 máme evidováno 11 členů s průměrnou účastí 10 cvičících. Navýšení členské základny bylo zapříčiněno změnou vedení školy a zájmem školy o kvalitní nábor dle možností a požadavků školy. 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 středisko Jindřicha Kaděry, kde posléze se může rozvinout závodnický duch každého cvičence.

ZŠ Proskovice – Zdeněk Třetina

V Proskovicích se loni trénovalo 2x týdně a to v pondělí/Třetina/v 16:30-18h., v pátek/Žibrita/ v 15-15:30h., na tatami, které skládáme na trénink a i po jeho ukončení. Máme 14 dětí, které chodí pravidelně a nejsou místní, proto je vozí rodiče. S dětmi cvičíme gymnastiku, ohebnost, obratnost, základy juda, pravidla juda, historie juda, boj v postoji i na zemi, kotouly, pády, držení na zemi i krátká randori, posilování a hry. Děti jsou ročník 2008-2014, ještě nebyli na závodech, teprve se připravují, jak se stanou judisti a závodníci, proto se učí hrou. Do budoucna si přejeme větší počet dětí, ale jsme rádi i za stávající počet. Za Vše musíme poděkovat vedení školy/ředitelka, školnice, uklízečka,.../ že nám ve všem pomáhají a že nám vycházejí vstříc. Poděkování patří i obětavým rodičům, kteří vozí děti na trénink!

ZŠ Dolní Lhota – Hana Šalamounová

Středisko v Dolní Lhotě funguje již pátým rokem. Jsme velmi rádi, že se středisku daří a stále se rozvíjí. Co se týče rozvoje, minulý rok se nám povedlo obohatit tým trenérů o nového asistenta. Nyní tedy trénujeme ve čtyřčlenném týmu, který se skládá z Tomáše Mikendy, Honzy Růžičky, Petra Musiala a vedoucího střediska Hany Šalamounové. Po úspěšném náboru jsme rozšířili plochu tatami, na kterém se věnujeme aktuálně 19-ti dětem. Navýšili jsme i tréninkovou kapacitu a trénujeme každé úterý a pátek od 16:00 – 18:00 hod. Naším cílem na tento rok je ustálit středisko zejména edukační koncept cesta Samuraje, který se týká nejen výuky juda, ale učení zvyšování zdravé sebedůvěry dětí, tvoření, respektování základních hranic a pravidel nejen v dojo.

Aktuálně se zajímáme o nové pedagogické postupy zejména intenzivně pracujeme na edukaci ADHD dětí, s kterými se i na našem středisku setkáváme. Je pro nás důležité i tyto děti socializovat a naučit je nejen judo, ale koncentraci, soustředění, koordinaci, trpělivost atd. Naše cíle nejsou malé, držte nám palce!

ZŠ B. Dvorského – Leoš Macháček

Na středisku ZŠ Dvorského jsou tréninky dvakrát týdně ve školní tělocvičně. Vedoucím střediska je Leoš Macháček, ale tréninky zde již nevede, jelikož převzal po Pavlu Kohnovi přípravku a mláďata

na středisku TCJK v Ostravě - Hrabůvce jako hlavní trenér. Časově se tak tréninky na střediscích kryjí. Asistentem na středisku Dvorského se stala Nikol Mikolášová, která děti trénuje svědomitě. Vzhledem k její ještě studentské vyčerpání trénink zajišťuje jedenkrát týdně, kdy druhý trénink se odehrává na středisku TCJK, kde děti mají více sparingpartnerů. Většina z nich se již zapojila do turnaje přípravek, na který chodí zodpovědně a s chutí.

Na začátku školního roku 2018-2019 začal částečně vypomáhat s tréninky Zdeněk Třetina, kdy však pro změnu pracovní doby od Nového roku musel trénování zanechat. V tréninkovém procesu je stále 6 dětí, které pravidelně chodí. Snad se to časem navýší a základna dětí se bude zvětšovat, i když je to nelehké se prosadit na škole, kde jsou i nadále prioritou míčové sporty.

ZŠ Ukrajinská – Markéta Pavlicová



Ve středisku Ukrajinská trénujeme již druhým rokem. V 2018 se mi podařilo otevřít 2. cvičící skupinu. Celkem cvičí v tomto středisku 11 dětí s různým zdravotním postižením. Tréninky probíhají 1x týdně, a to vždy ve středu a trvají jednu hodinu. Tréninky vede Markéta Pavlicová.

Tréninky jsou velmi náročné, ale přesto je práce s těmito dětmi zajímavá. Každý trénink je jiný a přichází nová překvapení.

V roce 2018 jsme zvládli (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. Techniku v postoji děti cvičí se svým sparingem. Dále jsme probrali gymnastiku (kotoul

vpřed, kotoul vzad, kotoul přes rameno vzad i vpřed a hvězdy.

Mezi svěřenci mám jednoho velmi šikovného chlapce, kterého jsem poslala do střediska Porubská, a to je pro mne velkým úspěchem.

Děti za svou celoroční práci budou na konci roku odměněny medailí a diplomem.

V závěru zprávy bych chtěla poděkovat dětem v ZŠ Ukrajinská za krásný rok 2018, který jsem si díky nim mohla užít na 100 %. Jejich úsměvy jsou pro mě velkou odměnou a ženou mě dál do další práce, která se liší od práce v ostatních střediscích.



Sportovní výsledky

Mlád'ata – Matyáš Otto

V roce 2018 se družstvo mlád'at zúčastnilo celkem 10 turnajů v České republice, a to převážně regionálního charakteru, 4 soutěží na Slovensku, 3 v Polsku a po jedné v Rakousku a na Ukrajině. Zahraniční soutěže povětšinou obsadila tréninková skupina pod vedením trenéra Martínka. Pro tuto kategorii jsme pořádali klubové soustředění v Kunčicích p. Ondřejníkem na jaře a v Ostravě na podzim. Úroveň nejmladší kategorii můžeme dlouhodobě hodnotit dle úspěšnosti na krajském přeboru, kde jsme jako klub obsadili už podruhé v řadě 2. Místo. Na medailových pozicích se umístili:

3. místa: Kanclíř Šimon, Bartošic Sebastian, Románek Jakub, Škoda Melichar, Malinovský Jiří

2. místa: Nuhlíček Michal, Mařec Tomáš, Huvar Matyáš, Vlk František

1. místa: Kocmanová Lucie, Zwilling Šimon, Kaszperová Kristýna

V klubovém žebříčku pro rok 2018 byli závodníci kategorie mlád'at vyhodnoceni v tomto pořadí:

3. místo: Huvar Matyáš

2. místo: Zwilling Šimon

1. místo: Kaszperová Kristýna

Většina členů klubu této věkové kategorie sbírá své zkušenosti na turnajích přípravek, kterých v roce 2018 uspořádalo rekordních 10, tedy kromě letních prázdnin každý měsíc. Mlád'ata byly součástí letního judocampu, příměstských campů i víkendových judocampů.

Mladší žáci a žákyně – Michaela Boháčová

V roce 2018 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, Maďarsku, Dánsku a Polsku). Všechny tyto turnaje měly za úkol motivovat závodníky a získat zkušenosti se závodní činností.

Dále jsme v roce 2018 absolvovali mezi oddílové centrální srazy, kde jsme střídavě navštívili tatami Opavského klubu, TJ Ostravy a naše domácí na Sareze.

Rozsáhlou stránkou přípravy dětí byli campy v zahraničí, kde měli možnost závodníci být v blízké konkurenci s evropskými kvalitními soupeři. Závodníci měli možnost, účastnit se prázdninového campu na Malé Morávce, dvou výměnných pobytu ve Francouzském Rouenu (jaro, podzim) a soustředění v Polském Jastrowie,

Besii a Dánsku. 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. Skupina mladších žáků se účastnila dvou teambuildingových akcí na Bílé a to v červnu a listopadu, které byli charakterizovány hojnou účastí.

V letošním roce jsme se také účastnili projektu Evropské Unie, s kterou jsme měli možnost vyrazit na soustředění do Polského Žiwce a na kondiční soustředění na chatu Kurzovní na Pradědu.

Celoroční úsilí bylo pro 11 závodníků našeho oddílu odměněno možností startu na PČR žáků a zákyň konané v Ostravě. Jmenovitě: Rapčanová A., Rapčanová S., Huvar J., Horák A., Meixner M., Neuwirt P., Křenek J., Kolář V., Vavřínová P., Bukovjanová CH., Pospíšil J. – ten z důvodu zranění nestartoval.

VÝSLEDKY PČR MLADŠÍ ŽÁCI 2018

1. místo HUVAR JAKUB

3. místo VAVŘÍNOVÁ PAVLA A RAPČANOVÁ SILVIE

Splněné plánované body za rok 2018:

Judo víkendy proběhly dva na Bílé. Podařilo se navázat spolupráci mezi středisky Sareza a Poruba, která zaslala na středisko Sareza 4 závodníky ročníku 2007. Zlepšila se komunikace se středisky Hrabůvka a K 15.

Můžeme říci, že 4 z 5 stanovených úkolů na rok 2018 se podařilo posunout dále.

Plány pro rok 2019:

1. Udržet dva judo víkendy 2008-2007 ročník
2. Větší zapojení středisek Hrabůvka, Poruba a K15 do turnajů a soustředění. A to jak závodníků těchto středisek tak i trenérů.
3. Vznik Nové skupiny na Sareze (nezávodní skupina) a rozšíření této skupiny.
4. Nominovat z každé váhy 2 a více dětí na PČR
5. Navázat na spolupráci s Porubou
6. Vytvořit baterii motorických testů a dvakrát do roka otestovat všechny mladší žáky.
7. Vytvořit podrobnější tréninkový plán pro mladší žáky

Starší žáci a zákyň SpS - sportovní středisko – Miroslav Hvozdovič

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 mezioddílových 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 a campu v Żywci, což byla záruka kvalitního sparingu. Dále pak zimního kondičního soustředění na Pradědu. Letos bylo do RVŽ zařazeno o něco méně sportovců, nicméně z daleko významnější stopou, Dominik Motyka a Jiří Lindovský se pravidelně účastnili akcí výběru ČR U15, reprezentace starších žáků. Oba + další tři závodníci zařazení do regionálního výběru žactva (RVŽ) se účastnili 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 Yonenaga.

Na Přeboru České Republiky staršího žactva v Ostravě, se umístili:

- 1. místo Dominik Motyka
- 2. místo Jiří Lindovský, Tomáš Vontor
- 5. místo Filip Buranyč, Matěj Kunc
- 7.místo Dominika Kuželová, Šimon Křížek, Magda Otáhalová, Filip Čebík

Finalisti z PČR se svými výsledky nominovali na Mistroství České republiky dorostenců. Na MČR v Brně získávali cenné zkušenosti bez výraznějšího výsledku.

Další důležitá akce byl PČR družstev kde jsme nejtěsnější možnou prohrou ve finále proti týmu Opavy, výrazně posilněném závodníky z Olomouce a Hranic obsadili 2. místo.

ČP družstev v Turnově tým MSK s největší účastí závodníků našeho klubu vyhrál s naprostým přehledem.

Starší žáci jsou zařazeni do programu SpS – sportovní středisko, s povinností startu na zahraničních vybraných turnajích. V roce 2018 jsme se účastnili mezinárodních turnajů v zahraničí – MT Budapešť (Hun), MT Kodaň(Den), MT Warszawa(Pol)

Výsledkově:

Budapešť :
Bez umístění

Kodaň:
2. Motyka, Lindovský, Vontor
3. Kunc, Otáhalová, Kuželová,
5. Křížek, Čebík
7.Fráňa

Warszawa:
7. Motyka, Lindovský

Což jsou velice cenné výsledky počty závodníků v pavouku turnaje byly 63 res. 87.

Členové RVŽ: Motyka D., Lindovský J., Čebík F. Vontor T., Křížek Š.

Dorostenci a dorostenky – Dušan Koza

Zodpovědný trenér: Dušan Koza

Asistenti trenéra: Roman Martínek, Miroslav Hvozdovič

Sportovní příprava probíhala ve Sportovní hale Sareza, Tréninkovém centru Jindřicha Kaděry a Sportovním gymnáziu Dany a Emila Zátokových 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 dorostenci, dorostenky, se připravovala v první polovině roku společně se skupinou junioři a muži. Od měsíce září došlo k reorganizaci v rámci vylepšení přípravy a skupina junioři začala trénovat samostatně. Skupina dorostenců a dorostenek tak čítala 16 sportovců, kteří během roku řádně a spolehlivě trénovali.

Tréninková skupina také velmi úzce spolupracovala se Sportovním gymnáziem Dany a Emila Zátokových 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 EC Teplice, EC Bielsko Biala(POL) a dalších, také mnoha soustředění RDD v Litoměřicích, Nymburku 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. 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. Také na letním campu v Żywci a zimním kondičním VT na Pradědu v závěru roku.

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.

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:

Tereza Václavková 1. místo

Filip Malaczynski 2. místo

MT Olomouc:

Tereza Václavková 3. místo

Vojtěch Bulka 3. místo

Tomáš Pavlica 3. místo

ČP Ostrava:

Vojtěch Bulka 1. místo

Štěpán Tycar 3. místo

Tomáš Pavlica 3. místo

Tereza Václavková 3. místo

ČP Jablonec nad Nisou:

Tereza Václavková 2. místo

Markéta Čerchlová 2. místo

Tomáš Pavlica 2. místo

Tomáš Meixner 3. místo

Vojtěch Bulka 3. místo

Filip Malaczynski 3. místo

ČP Brno:

Tomáš Pavlica 1. místo
Tomáš Meixner 2. místo

ČP Chomutov:

Tomáš Meixner 1. místo
Markéta Čerchlová 2. místo
Tereza Václavková 3. místo
Vojtěch Bulka 3. místo

Dále jsme se zúčastnili těchto mezinárodních turnajů s těmito výsledky:

MT Lida (BLR):

Tereza Václavková 2. místo
Markéta Čerchlová 3. místo

MT Varšava (POL):

Tomáš Pavlica 1. místo
Markéta Čerchlová 2. místo
Filip Malaczynski 9. místo

MT Kopenhagen (DEN):

Daniel Šimek 1. místo
Tomáš Pavlica 1. místo
Tereza Václavková 1. místo
Markéta Čerchlová 1. místo
Vojtěch Bulka 3. místo
Lukáš Mojžíšek 3. místo

MT Bytom (POL)

Tereza Václavková 3. místo

Účastnili jsme se tradičního krajského přeboru:

Tomáš Meixner 1. místo
Tomáš Freiwald 2. místo
Filip Malaczynski 2. místo
Dominik Motyka 2. místo
Lukáš Mojžíšek 2. místo
Jiří Lindovský 3. místo

Na Mistrovství České republiky družstev dorostenek, které se konalo v Turnově, jsme obsadili páté místo. Družstvo 1. JCBO stálo v tomto složení:

44kg neobsazená
48kg Viktorie Kuncová, Markéta Hýlová
52kg Tereza Václavková
57kg Lucie Zárybnická, Jana Vrábelová
63kg neobsazená
70kg neobsazená
+70kg Markéta Čerchlová

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

Vojtěch Bulka 1. místo

Tomáš Pavlica	1. místo
Tomáš Meixner	2. místo
Filip Malaczynski	5. místo
Markéta Čerchlová	5. místo
Daniel Šimek	5. místo
Štěpán Tycar	7. místo
Jiří Lindovský	7. místo

Dorostenecká liga

V roce 2018 pracoval realizační tým dorostenecké ligy ve složení:

Zodpovědný trenér DL: Dušan Koza

Asistenti trenéra: Roman Martínek, Miroslav Hvozdovič

V roce 2018 se nám nepovedlo výrazněji se v soutěži prosadit. Nepostoupili jsme do finálové skupiny, kde probíhají boje o medailové umístění, ale museli jsme ve skupině o udržení obhajovat naši pozici v soutěži. To se nakonec s přehledem povedlo a celkově jsme v ročníku 2018 skončili na 8. místě.

V družstvu se během ročníku vystřídal celkem 18 sportovců.

Velice dobrých výsledků dosáhli v soutěži a mnoho bodů pro družstvo získali Tomáš Pavlica, Tomáš Meixner, Lukáš Mojžíšek, Vojtěch Bulka, Matěj Kresta, Daniel Šimek a Filip Malaczynski.

Na celkovém obsazení družstva jsme spolupracovali s kluby Baník Karviná, Judo Bohumín, Judo Frýdek Místek.

Úspěšnost jednotlivých závodníků v soutěži DL 2018:

jméno	příjmení	hm. kategorie	počet výher/proher celkově	počet bodů celkově
Tomáš	Pavlica	+90	17/2	32
Tomáš	Meixner	-50	9/1	18
Lukáš	Mojžíšek	-81	9/4	18
Vojtěch	Bulka	-55	8/3	16
Matěj	Kresta	-73	8/6	16
Daniel	Šimek	-66	8/8	16
Filip	Malaczynski	-60	7/3	14
Dominik	Motyka	-73	5/5	10
Štěpán	Tycar	-60	4/4	8
Jiří	Lindovský	-55	3/0	6
Filip	Kršňák	-60	3/5	6
Lukáš	Pavlica	-90	3/7	6
Jan	Zuščák	-90	2/3	4
Jan	Babič	-66	2/5	4
Šimon	Křížek	-55	1/0	2
Filip	Durčák	-55	1/3	2
Jan	Zolich	-90	0/1	0
Karel	Platoš	-66	0/3	0

Junioři a juniorky – Roman Martínek

Celý rok proběhl bez větších problémů. Skupina juniorů se rozrostla o dorostence, kteří již věkem do této skupiny spadají. Skupinu tvoří jak členové našeho klubu, tak i studenti SG Ostrava. Junioři absolvovali kvalitní přípravu na VT a turnajích jak v ČR tak v zahraničí. Zúčastnili se jak soutěží jednotlivců, tak i soutěží družstev. Jelikož není v kategorii juniorů žádná soutěž družstev, reprezentují náš klub na mužských a ženských soutěžích, jako je Moravská a 1. liga mužů a Mistrovství ČR družstev žen. Od 1.9.2018 došlo k rozdělení velké skupiny na skupinu juniorů a dorostu, kdy dorostenci se začali připravovat nezávisle na juniorech, pouze některé VT byly společné. V tomto roce pokračoval projekt EU s kluby AZS Opole, Polonia Rybnik a Železo Hranice. V rámci tohoto projektu jsme se zúčastnili několika Workshopů.

Účast našich juniorů a studentů SG Ostrava na VT a akcích projektu EU

VT Bílá : 01. – 05.01.2018 - 13 závodníků

OTC Nymburk : 05. - 10.03.2018 - 7 závodníků

VT Teplice : 23. - 25.04.2018 - 7 závodníků

VT Bialsko Biala, Polsko : 21. - 23.05.2018 - 4 závodníci

VT Plzeň : 08. - 12.06.2018 - 5 závodníků

VT Teplice : 23. - 28.06.2018 - 4 závodníci

VT Plzeň : 08. - 12.07.2018 - 5 závodníků

VT Zywiec, Polsko : 15.- 26.8.2018 - 8 závodníků

VT Besia, Polsko : 29.07. - 10.08.2018 - 6 závodníků

VT Jeseníky : 11. - 22.12.2018 - 8 závodníků

VÝSLEDKY NAŠICH ZÁVODNÍKŮ V ROCE 2018

➤ Turnaje za období - Leden – Červen 2018

<i>Datum</i>	<i>Název akce</i>	<i>Příjmen</i>	<i>Jméno</i>	<i>Pořadí</i>	<i>Váha</i>	<i>Výhra</i>	<i>Prohra</i>
---------------------	--------------------------	-----------------------	---------------------	----------------------	--------------------	---------------------	----------------------

27.01.2018	MT - Pohár Nadějí - Olomouc	Polášková	Kristýna	3	63	2	0	1
27.01.2018	MT - Pohár Nadějí - Olomouc	Pustějovský	Tomáš	3	90	3	0	2
27.01.2018	MT - Pohár Nadějí - Olomouc	Silvestr	Matěj	3	81	3	0	1
27.01.2018	MT - Pohár Nadějí - Olomouc	Šmatelka	Ondřej	bez	73	0	0	1
27.01.2018	MT - Pohár Nadějí - Olomouc	Ondrašíková	Eva	bez	+70	0	0	2
18.02.2018	GP - Ostrava - Český pohár	Šmatelka	Ondřej	bez	73	0	0	1
18.02.2018	GP - Ostrava - Český pohár	Silvestr	Matěj	3	81	3	0	1
18.02.2018	GP - Ostrava - Český pohár	Pustějovský	Tomáš	2	90	2	0	1
18.02.2018	GP - Ostrava - Český pohár	Polášková	Kristýna	3	63	2	0	1
18.02.2018	GP - Ostrava - Český pohár	Martínková	Adéla	3	70	2	0	2
18.02.2018	GP - Ostrava - Český pohár	Ondrašíková	Eva	bez	+78	0	0	2
18.03.2018	Český pohár Jablonec nad Nisou	Polášková	Kristýna	1	63	5	0	0
18.03.2018	Český pohár Jablonec nad Nisou	Martínková	Adéla	1	78	2	0	0
18.03.2018	Český pohár Jablonec nad Nisou	Silvestr	Matěj	1	81	4	0	0
18.03.2018	Český pohár Jablonec nad Nisou	Šmatelka	Ondřej	bez	73	0	0	1
18.03.2018	Český pohár Jablonec nad Nisou	Huvar	Jan	bez	66	0	0	1
24.03.2018	Thuringia Cup - Bad Blankenburg, GER	Martínková	Adéla	bez	70	0	0	1
24.03.2018	Thuringia Cup - Bad Blankenburg, GER	Polášková	Kristýna	bez	63	0	0	1
31.03.2018	Copenhagen Open Dánsko	Martínková	Adéla	2	70	2	0	1
31.03.2018	Copenhagen Open Dánsko	Polášková	Kristýna	3	63	3	0	2
31.03.2018	Copenhagen Open Dánsko	Silvestr	Matěj	1	81	6	0	0
31.03.2018	Copenhagen Open Dánsko	Pustějovský	Tomáš	2	90	3	0	1
14.04.2018	MČR - Hranice na Moravě	Kuncová	Viktorie	4	48	1	0	3
14.04.2018	MČR - Hranice na Moravě	Martínková	Adéla	3	70	3	0	1
14.04.2018	MČR - Hranice na Moravě	Polášková	Kristýna	2	63	2	0	1
14.04.2018	MČR - Hranice na Moravě	Šmatelka	Ondřej	bez	73	0	0	1
14.04.2018	MČR - Hranice na Moravě	Silvestr	Matěj	3	81	3	0	1
14.04.2018	MČR - Hranice na Moravě	Pustějovský	Tomáš	7	90	1	0	2
14.04.2018	MČR - Hranice na Moravě	Grešek	Vít	bez	90	0	0	1
14.04.2018	MČR - Hranice na Moravě	Pavlica	Tomáš	bez	100	0	0	4
26.05.2018	Krajský přebor U18, U21, M - Ostrava	Janoš	Marek	2	81	1	0	1
26.05.2018	Krajský přebor U18, U21, M - Ostrava	Mojžíšek	Lukáš	1	81	2	0	0

➤ *Turnaje za období - Červenec – Prosinec 2018*

<i>Datum</i>	<i>Název akce</i>	<i>Příjmení</i>	<i>Jméno</i>	<i>Pořadí</i>	<i>Váha</i>	<i>Výhra</i>	<i>Prohra</i>	
13.07.2018	Evropský pohár PAKS, HUN	Polášková	Kristýna	bez	63	1	0	1
13.07.2018	Evropský pohár PAKS, HUN	Martínková	Adéla	bez	70	0	0	1
13.07.2018	Evropský pohár PAKS, HUN	Silvestr	Matěj	bez	81	0	0	1
20.07.2018	Evropský pohár juniorů Praha	Polášková	Kristýna	12	63	1	0	1
20.07.2018	Evropský pohár juniorů Praha	Martínková	Adéla	bez	70	0	0	1
20.07.2018	Evropský pohár juniorů Praha	Silvestr	Matěj	bez	81	0	0	1
28.07.2018	ECJ Berlin 2018 (GER)	Polášková	Kristýna	bez	63	1	0	1
30.09.2018	XX. Warszawa Open - 2018	Silvestr	Matěj	bez	81	0	0	1
30.09.2018	XX. Warszawa Open - 2018	Martínková	Adéla	5	70	2	0	2
30.09.2018	XX. Warszawa Open - 2018	Polášková	Kristýna	bez	63	1	0	1
25.11.2018	MT Olešnice, Polsko	Polášková	Kristýna	7	63	1	0	2
25.11.2018	MT Olešnice, Polsko	Silvestr	Matěj	bez	81	0	0	2

S celkovými výsledky v roce 2018 můžeme být vcelku spokojeni. Podařilo se nám probojovat do širšího kádru RDJ a získat 4 medaile na Mistrovství ČR jednotlivců. V týmových soutěžích se nám podařilo na jaře 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 a Romana Martínka, za přípravu těchto závodníků na sezónu a popřát mnoho úspěchů v roce 2019.

Muži a ženy – Roman Martínek

Náš klub se dlouhodobě potýká nedostatkem závodníků v kategorii mužů a žen. Příčin je hned několik. Asi největším důvodem není tréninková náplň, ale, dle mého názoru, pracovní povinnosti, a tudíž 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. Anděl). V Extralize nám pomáhají posily z Polska, Karviné a Prahy.

VÝSLEDKY NAŠICH ZÁVODNÍKŮ V ROCE 2018 - Jednotlivci

<i>Datum</i>	<i>Název akce</i>	<i>Příjmení</i>	<i>Jméno</i>	<i>Váha</i>	<i>Pořadí</i>
10.2.2018	USK CUP Muži	Kohn	Pavel	73	9
10.2.2018	USK CUP Muži	Kohn	Tomáš	73	bez
24.3.2018	Memoriál Jana Stankoviče - ČP Ostrava	Huvar	Jan	66	bez
24.3.2018	Memoriál Jana Stankoviče - ČP Ostrava	Šmatelka	Ondřej	73	bez
24.3.2018	Memoriál Jana Stankoviče - ČP Ostrava	Kohn	Pavel	73	3
24.3.2018	Memoriál Jana Stankoviče - ČP Ostrava	Kohn	Tomáš	73	bez
24.3.2018	Memoriál Jana Stankoviče - ČP Ostrava	Svoboda	Jiří	81	1
24.3.2018	Memoriál Jana Stankoviče - ČP Ostrava	Gřešek	Vít	90	bez
26.5.2018	Krajský přebor U18, U21, M – Ostrava	Kohn	Pavel	73	3
26.5.2018	Krajský přebor U18, U21, M – Ostrava	Mojžíšek	Lukáš	81	2
15.9.2018	Kvalifikační tunaj - ČP Brno	Kohn	Tomáš	73	5
15.9.2018	Kvalifikační tunaj - ČP Brno	Martínková	Adéla	70	1
15.9.2018	Kvalifikační tunaj - ČP Brno	Polášková	Kristýna	63	5
15.9.2018	Kvalifikační tunaj - ČP Brno	Šmatelka	Ondřej	73	bez
27.10.2018	Mistrovství ČR – Jičín	Polášková	Kristýna	60	3
27.10.2018	Mistrovství ČR – Jičín	Martínková	Adéla	70	3
27.10.2018	Mistrovství ČR – Jičín	Svoboda	Jiří	81	5
27.10.2018	Mistrovství ČR – Jičín	Chlopčík	Ondřej	81	bez
27.10.2018	Mistrovství ČR – Jičín	Silvestr	Matěj	81	bez
27.10.2018	Mistrovství ČR – Jičín	Kohn	Tomáš	66	bez
27.10.2018	Mistrovství ČR – Jičín	Pustějovský	Tomáš	90	bez
27.10.2018	Mistrovství ČR – Jičín	Šmatelka	Ondřej	73	bez

➤ Soutěže družstev – Muži

Moravská Liga – je nejnižší klubová soutěž. Tato akce je nominační soutěží pro Jihomoravský kraj, pořadatelky ji zaštiťuje SK KP Brno. Na tomto více kolovém turnaji se mají možnost poprat naši muži a naši junioři, pro které to je, mimo jiné jako přípravný turnaj. Tuto soutěž měl trenérsky na starosti **Tomáš Anděl**.

Výsledky našich závodníků

Datum	Závodník	Výhra	Prohra
24.02.2018	Moravská liga 1. kolo Brno	Šimek Daniel	4 0 1
24.02.2018	Moravská liga 1. kolo Brno	Šmatelka Ondřej	2 0 3
24.02.2018	Moravská liga 1. kolo Brno	Silvestr Matěj	5 0 0
24.02.2018	Moravská liga 1. kolo Brno	Pustějovský Tomáš	5 0 0
24.02.2018	Moravská liga 1. kolo Brno	Svoboda Jiří	4 0 1
24.02.2018	Moravská liga 1. kolo Brno	Raška Michael	3 0 2
07.04.2018	Moravská liga 2. kolo Brno	Šimek Daniel	2 0 2
07.04.2018	Moravská liga 2. kolo Brno	Kohn Pavel	2 0 2
07.04.2018	Moravská liga 2. kolo Brno	Silvestr Matěj	3 0 1
07.04.2018	Moravská liga 2. kolo Brno	Pustějovský Tomáš	4 0 0
07.04.2018	Moravská liga 2. kolo Brno	Král Jakub	3 0 1
26.05.2018	Moravská liga 3. kolo Brno	Šimek Daniel	4 0 3
26.05.2018	Moravská liga 3. kolo Brno	Šmatelka Ondřej	1 0 6
26.05.2018	Moravská liga 3. kolo Brno	Silvestr Matěj	5 0 2
26.05.2018	Moravská liga 3. kolo Brno	Gřešek Vít	1 0 6
26.05.2018	Moravská liga 3. kolo Brno	Pustějovský Tomáš	2 0 3
26.05.2018	Moravská liga 3. kolo Brno	Král Jakub	2 0 3
26.05.2018	Moravská liga 3. kolo Brno	Raška Michael	2 0 1

I. Liga – Tato soutěž je druhá nejvyšší klubová soutěž v ČR. Stejně jako v Moravské lize, zde mají možnost ukázat své kvality naši muži a junioři, kteří to mají také jako přípravnou soutěž pro turnaje jednotlivců. Celkově jsme skončili na **3. místě**. Tuto soutěž měl trenérsky na starosti Martin Holý.

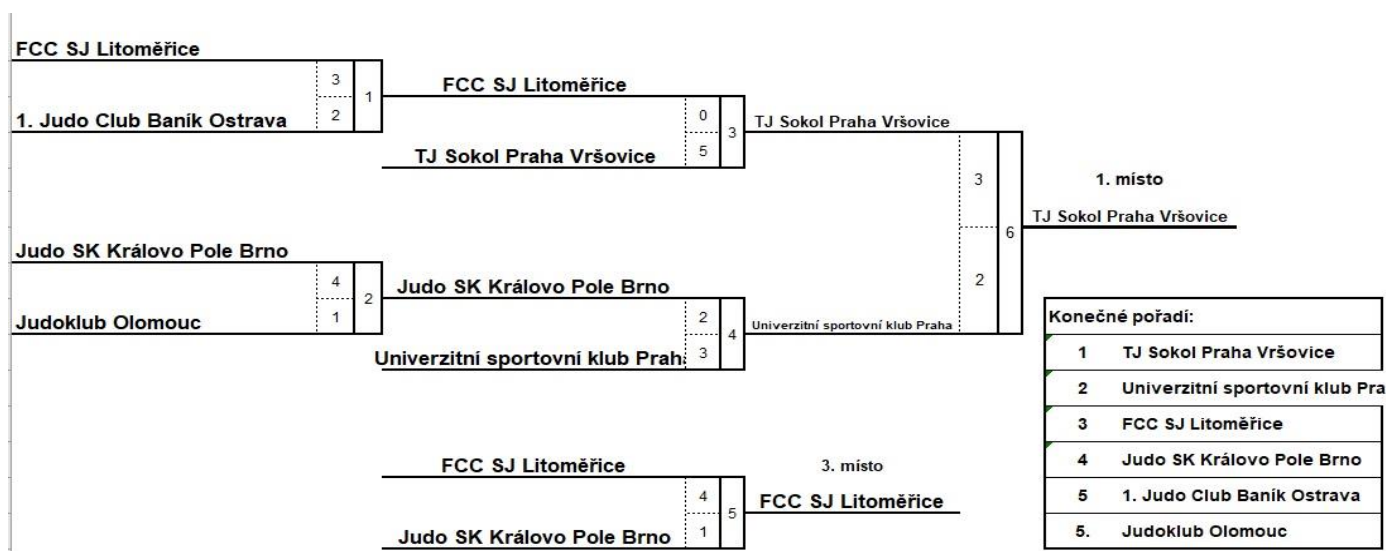
Výsledky našich závodníků

Datum	Závodník	Váha	Výhra	Prohra
28.04.2018	1. liga - muži - 1.kolo Ostrava	Kohn Pavel	66	3 0
28.04.2018	1. liga - muži - 1.kolo Ostrava	Kohn Tomáš	73	1 1
28.04.2018	1. liga - muži - 1.kolo Ostrava	Silvestr Matěj	81	1 3
28.04.2018	1. liga - muži - 1.kolo Ostrava	Svoboda Jiří	90	4 0
28.04.2018	1. liga - muži - 1.kolo Ostrava	Pustějovský Tomáš	100	2 1
28.04.2018	1. liga - muži - 1.kolo Ostrava	Raška Michael	+100	0 2
28.04.2018	1. liga - muži - 1.kolo Ostrava	Král Jakub	+100	0 2
16.06.2018	1. liga - muži - 2.kolo Ostrava	Kohn Pavel	66	1 1
16.06.2018	1. liga - muži - 2.kolo Ostrava	Šimek Daniel	66	1 1
16.06.2018	1. liga - muži - 2.kolo Ostrava	Šmatelka Ondřej	73	0 2
16.06.2018	1. liga - muži - 2.kolo Ostrava	Holý Martin	90	0 4
16.06.2018	1. liga - muži - 2.kolo Ostrava	Svoboda Jiří	100	3 1
16.06.2018	1. liga - muži - 2.kolo Ostrava	Raška Michael	+100	2 0
16.06.2018	1. liga - muži - 2.kolo Ostrava	Král Jakub	+100	0 2
23.09.2018	1. liga - muži - 3.kolo Mohelnice	Kohn Pavel	66	2 1
23.09.2018	1. liga - muži - 3.kolo Mohelnice	Šimek Daniel	66	1 1
23.09.2018	1. liga - muži - 3.kolo Mohelnice	Šmatelka Ondřej	73	0 2
23.09.2018	1. liga - muži - 3.kolo Mohelnice	Silvestr Matěj	81	3 1
23.09.2018	1. liga - muži - 3.kolo Mohelnice	Šeděnka Richard	81	0 1
23.09.2018	1. liga - muži - 3.kolo Mohelnice	Svoboda Jiří	90	3 1
23.09.2018	1. liga - muži - 3.kolo Mohelnice	Pustějovský Tomáš	100	2 3
23.09.2018	1. liga - muži - 3.kolo Mohelnice	Raška Michael	+100	2 0
23.09.2018	1. liga - muži - 3.kolo Mohelnice	Král Jakub	+100	0 2

Extraliga – jde o nejprestižnější soutěž v seniorské kategorii, oproti ostatních kategoriím i možnost startu zahraničních posil. Za nás startovali polští reprezentanti Bartusik Michal (73 kg) Damian Szwarnowiecki (81 kg) a Tomasz Szczepaniak (90 kg). Tyto posily jsme doplnili z českých řad...David Pulkrábek (USK Praha), Václav Žemla (USK Praha), Libor Švec (USK Praha) Ondřej Kičmer (Karviná) a pak z našich borců Vít Gřešek (90 kg) a Tomáš Kohn (66 kg) a Jiří Svoboda.

Po jarní části jsme postoupili do závěrečného Play off, kde jsme hned v prvním utkání nestačili na judisty s Litoměřic (nakonec bronzoví) a tím jsme se s tímto ročníkem rozloučili na celkovém 5. místě.

Celkové výsledky a pořadí utkání Extraligy 2018, Play off :



➤ Soutěže družstev - Ženy

Datum	Název akce	Příjmení	Jméno	Váha	Pořadí
12.5.2018	MČR - družstva - ženy - Jablonec	Martínková	Adéla	70	4
12.5.2018	MČR - družstva - ženy - Jablonec	Kuncová	Viktorie	52	4
12.5.2018	MČR - družstva - ženy - Jablonec	Polášková	Kristýna	63	4

S celkovými výsledky v roce 2018 můžeme být vcelku spokojeni. Podařilo se nám opět probojovat do Play off Extraligy mužů, kde jsme s JC Liberec skončili na **5. místě**. Dále jsme získali **2 bronzové medaile** na Mistrovství ČR jednotlivců. V týmových soutěžích se nám opět podařilo postavit družstvo žen, které dokázalo vybojovat pěkné **4. místo**. Podařilo se i na podzim udržet v 1. lize mužů. Zúčastnili jsme se i několika kol Moravské ligy, což je soutěž pořádaná Jihomoravským krajem, kdy jí pořadatelsky zaštiťuje SK KP Brno.

Nezbývá než závěrem poděkovat trenérskému týmu za přípravu těchto závodníků na sezónu a popřát mnoho úspěchů v roce 2019.

Veteráni - Jiří Černota

Opět se sešel rok s rokem a je zde čas na psaní další výroční zprávy. Hodnotil bych rok 2018 ve veteránské skupině za poměrně úspěšný.

Naším cílem bylo zvýšení fyzického fondu a další práce na nových technikách judo. Všichni svěřenci se k tomuto úkolu postavili čelem a s elánem a nadšením přijímali vše nové. Úterní tréninky probíhaly ve dvou fázích, kde první po rozcvičce byly dvě kola kruhového tréninku a poté následovaly v druhé fázi tréninku techniky v ne waza. Čtvrtek byl vždy věnován tandoku renchu, učikomi a chvatům v postoji.

Od února byly tréninky posíleny ještě o sobotní bloky, které byly zaměřené na podrobnější se věnování jednotlivým chvatům, zejména velkým chvatům v postoji. Jelikož jsou veteránští členové velmi pracovně vytíženi, sobotní tréninky byly v menším počtu cvičenců - judistů než na běžném tréninku, a proto byl větší prostor k rozpitvání a rozfázování jednotlivé probírané techniky.

Od března začala série turnajů, na kterých nás zastupovali zdatní borci. V březnu se zúčastnil Jirka Černota Mezinárodního mistrovství Maďarska, kde obsadil krásné 4.místo. V dubnu jsme se zúčastnili Mezinárodního mistrovství Slovenska, kde nás reprezentovali - Arnold Chlebový - 2.místo, Jirka Černota - 2.místo, Martin Badura - 3.místo a Pavel Pravda 4.místo.

V druhé polovině roku jsme nevynechali další velký turnaj, kterým bylo Mezinárodní mistrovství ČR veteránů v Praze-Vršovicích, na kterém nás reprezentovali s krásným výsledkem Jirka Černota a Arnold Chlebový, oba shodně z Prahy odváželi bronz. Všem našim závodníkům patří velké dík a gratulace !

V červnu jsme uspořádali tří denní soustředění na chatě Zlatník v Beskydech za účelem dalšího zvyšování fyzicky a prohloubení znalostí a dovedností technik juda. Soustředění bylo povedené a neodradilo nás ani nepříznivé počasí od zdolání Lysé hory, kterou ti nejdůležitější, například Míša Boháčová, Pavel Pravda, Míša Suder, Pavel Němeček a Honza Kantor, zdolali na kolech, Pepa Mecko a Jitka Bencúrová Lysou horu vyběhli a ostatní v promáčených botách vyšli.

Další fází byla příprava na zvyšování kyu. Tvrdá práce přinesla ovoce a většina svěřenců v září zkoušky na 4.kyu složila.

Veteránská skupina byla také úspěšná mimo tatami. 23.9.2018 se konala štafeta půl maratonu, kterého se za veterány zúčastnila také Monika Motyková, které odmítá být jmenována, a společně v šestičlenném družstvu obsadili nádherné 8.místo ve skupině muži+ženy, což bylo 25.místo z celkového počtu 140 štafetových družstev.

Závěr roku patřil vánočnímu večírku, kde jsme společně oslavili všechny celoroční úspěchy a zavzpomínali na krásné chvíle na tatami i mimo něj .

Mluvčí Jirka Černota poděkoval za celoroční skvělou práci trenéru Meckovi a uvítal nového trenéra Tomáše Anděla, kterému bude při ruce sám Jirka, ale i Lada Škurlová.

Ostatní aktivity

Sebeobrana – Jiří Svitič

Jedná se vytvoření vyváženého systému moderní sebeobrany, který v sobě zahrnuje výuku chvatů a úderů, psychologickou a strategickou průpravu, 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 tréninku sebeobrany Vás naučíme, jak se nejlépe vyhybat 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 fyzickou 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, boxu a Hwarang-do. 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 zájemce. Trénujeme pravidelně v úterý a pátek od 18:00 hodin ve sportovní hale Sareza v Ostravě Přívoze. Od r. 2019 se stali všichni cvičící členy 1.JCBO a rozšířili tak naše řady.

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 2018 jsme společně s klubem 1.JCBO uspořádali celkem čtyři velmi kvalitní soustředění.

Jedno v měsíci lednu na Bílé v Beskydech, kde jsme se především zaměřili na zvyšování fyzické kondice. Sněhové podmínky nám moc nepřáli a pouze dva dny se dalo omezeně běhat na běžecích lyžích. 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 s sebou přivezli na tažném vozíku za klubovým minibusem.

Dalšími velmi významnými Výcvikovými tábory byly také v měsíci srpnu randorový a technicko taktický camp v Żywci (POL) a zimní kondiční camp na Pradědu v závěru roku, které se konaly v rámci projektu EU – „Judo spojuje pohraničí“.

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

V závěru školního roku došlo také po letech k výměně vedení SG, kde do starobního důchodu odcházejícího dlouholetého ředitele Mgr. Václava Štencla nahradil ve funkci Mgr. Tomáš Pracný.

Seznam sportovců SG:

Seznam studentů – specializace JUDO Školní rok 2018/2019

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

Regionální výběr žáků – O. Libo

Kádrové zajištění:

Vedoucí trenér: Ondřej Libo – TJ Slezan Opava

Spolupracující: Miroslav Hvozdovič -1JCBO



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

V průběhu roku 2018 jsme uskutečnili celkem osm tréninkových srazů, které byly zaměřeny především na randori. TS se uskutečnily vždy v těsné blízkosti blížících se turnajů ČP, MČR a místa konání se střídaly mezi mateřskými oddíly zařazených členů RVŽ.

Další, nedílnou součástí přípravy, byly třídní tréninkové srazy a výcvikové tábory.

Tréninkové srazy /TS/: 3 dny

TS Ostrava 9. 11. 2. 2018

TS Ostrava 27. – 29. 4. 2018

TS Brno 16. – 18. 9. 2018

TS Ostrava 30. – 2. 12. 2018

Výcvikové tábory /VT/: 4 a více dnů

VT Teplice 22. – 26. 7. 2018

VT Hranice 12. – 17. 8. 2018

Vybraní členové RVŽ se dále zúčastnili např. VT Besie, Poreč,

Výsledky ČP a MČR

výsledky soutěží ČP a MČR do 5. místa

jméno	oddíl	ČP Ostrava	ČP Jablonec	ČP Brno	ČP Teplice	ČP Chomutov	MČR
Hula O.	Sl. Opava	2 m.	1 m.	3 m.			2 m.
Lhotzký F.	Sl. Opava	3 m.	1 m.			3 m.	5 m.
Kupčík J.	Sl. Opava	3 m.					3 m.
Motyka D.	1.jcbo	2 m.	3 m.	1 m.	1 m.	1 m.	1 m.
Vontor T.	1.jcbo		3 m.	2 m.	3 m.	3 m.	2 m.
Lindovský J.	1.jcbo	3 m.	1 m.	1 m.	3 m.	1 m.	2 m.
Křížek Š.	1.jcbo	5 m.	3 m.				
Ščerbová L.	Tj Ostrava	1 m.	1 m.		1 m.	1 m.	3 m.
Warmužová K.	Tj Ostrava			5 m.	3 m.		
Babič J.	Baník Karviná			3 m.	2 m.	5 m.	3 m.
Burkot T.	Ju. Beskydy		3 m.				5 m.
Kalenská B.	Ju. Beskydy		2 m.	2 m.		3 m.	2 m.

Na MČR v Ostravě vybojovali členové RVŽ Msk 8 medailí.

1 x 1. místo

4 x 2. místo

3 x 3. Místo

ČP krajských družstev

Na turnaji krajských družstev konaném v Turnově se výběru RVŽ Msk podařilo zvítězit již po třetí v řadě.



Sportovní centrum mládeže Ostrava – Dušan Koza

Zodpovědný trenér SCM Ostrava: Mgr. Jiří Štěpán

Trenér SCM Ostrava: Dušan Koza

Asistenti trenéra: Roman Martínek, Miroslav Hvozdovič

V roce 2018 fungovalo středisko SCM zřízeno pod patronací Českého svazu juda v podobě následující. Středisko SCM Ostrava bylo vedeno na detašovaném pracovišti v Olomouci pod vedením trenéra Jiřího Štěpána. Obě tyto střediska byly finančně, sportovně i tréninkově samostatná.

Tréninková skupina v Ostravě 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

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, masáží a saunou. Taktéž probíhali různá cvičení a konzultace s klubovým fyzioterapeutem Stanislavem Šeredou.

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

Junioři:

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

Radek Rýpar ve váze do 60kg (Judo Závašice)

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

Juniorčky:

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

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

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

Zuzana Janiczková ve váze do 57kg (DDM Třinec)

Dorostenky:

Tereza Václavková ve váze do 52kg. (1.JCBO)

Markéta Čerchlová ve váze +70kg. (1.JCBO)

Dorostenci:

Tomáš Meixner ve váze do 50kg. (1.JCBO)

Vojtěch Bulka ve váze do 50kg. (1.JCBO)

Filip Malaczynski ve váze do 55kg. (1.JCBO)

Štěpán Tycar ve váze do 55kg. (1.JCBO)

Tomáš Pavlica ve váze +90kg. (1.JCBO)

Daniel Šimek ve váze do 60kg. (1.JCBO)

Bez výrazného umístění, ale přesto jsme se účastnili také několika Evropských pohárů.

V kategorii dorostenců to byly EP Teplice a EP Bielsko Biala, kde závodili Tomáš Pavlica, Štěpán Tycar, Tereza Václavková, Daniel Šimek. Jediný úspěch se podařil Tomášovi Pavlicovi, který v Polsku obsadil po jednom vyhraném utkání 9. místo.

V kategorii juniorů to byly EP Praha, EP Győr a EP Berlín, soutěžili Kristýna Polášková, která na všech třech pohárech vyhrála jedno utkání, dále Radek Rýpar, Adéla Martínková, Matěj Silvestr a Lucie Kochová byly bez výhry.

Významné sportovní úspěchy sportovců SCM:

EP Bielsko Biala: Tomáš Pavlica 9. místo

MČR Dorostenců:

Vojtěch Bulka	1. místo
Tomáš Pavlica	1. místo
Tomáš Meixner	2. místo
Filip Malaczynski	5. místo
Daniel Šimek	5. místo
Markéta Čerchlová	5. místo
Štěpán Tycar	7. místo

MČR Juniorů:

Kristýna Polášková	2. místo
Radek Rýpar	2. místo
Adéla Martínková	3. místo
Lucie Kochová	3. místo
Matěj Silvestr	3. místo
Viktorie Kuncová	4. místo
Tomáš Pustějovský	7. místo

MČR Mužů a žen:

Radek Rýpar	2. místo
Kristýna Polášková	3. místo
Adéla Martínková	3. místo
Zuzana Janiczková	3. místo

Centrum individuálních sportů Ostrava – Dušan Koza

V roce 2018 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.

Oběma byla v roce 2018 prodloužena smlouva na rok,tj. od 1. 7. 2018 do 30. 6. 2019 a k tomu každý finanční podporu 30 000.-Kč na přípravu, dopravu, materiál, regeneraci a pod.

Pro další setrvání v organizaci CISO je nezbytná nominace na MEJ či jinou podobně významnou mistrovskou soutěž v roce 2019.

Společně se sportovci byla také na stejnou dobu podepsána smlouva o tréninkové činnosti s tím spojená 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 17.2. – 18.2.2018 proběhl turnaj Českého poháru mladších a starších žáků a žákyň, dorostenců a dorostenek, juniorů a juniorek ve sportovní atletické hale v Ostravě Vítkovicích, kterého se zúčastnilo ještě více než předchozí ročník nově rekordních 1295 závodníků a na 900 diváků. Závodilo se na 8 tatami. Mezi startujícími závodníky byli i nově kluby z jiných států než obvykle. Startovali zde nejen závodníci z ČR, ale i z Polska, Slovenska, Ukrajiny a přijela i výprava z Běloruska, Ruska, Dánska, Francie a Rakouska.

Dalším námi pořádaným turnajem byl Memoriál Jana Stankoviče, který se konal dne 24.3.2018. V kategorii mužů a žen zde startovalo pouze 42 závodníků, což je méně než předešlý rok, ale stále slabá účast startujících včetně účasti závodníků z 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 Beran Tomáš z JUDO Železo Hranice, 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 26.5.2018 byl pořádán krajský přebor dorostu, juniorů a juniorek, mužů a žen, na který jsme navázali z loňského roku a snad se to podaří i v dalším roce.

V roce 2018, 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 starší členové našeho klubu (dorostenci, junioři), kteří si vyzkoušeli závodní judo z pozice opačné, než jsou zvyklí. Jeden z těchto turnajů byl opětovně pořádán u spřáteleného klubu v Orlové.

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

V neposlední řadě je nutno zmínit, že jsme po krátké odmlce opět pořádali Přebor České republiky mladších a starších žáků a žákyň, který se konal ve sportovní hale Sareza. Byl to dvoudenní turnaj konaný v době od 20.10 - 21.10.2018. Na tomto vrcholném turnaji žáků nechyběli i naši nejlepší závodníci, kteří se na něj nominovali.

Pořádání klubových kempů – Leoš Macháček

V letošním roce se nám podařilo zajistit a pořádat 1 judo camp benjamínků na tatami pro naše nejmladší závodníky. Samozřejmě jako každý rok v letních měsících proběhl letní judo camp. Opět na Malé Morávce v hotelu Neptun době od 25.8. – 1.9.2018. Kvalita byla vynikající a počasí nám po celou dobu přálo. Příští rok snad to opětovně vyjde.

A v neposlední řadě bych ještě zmínil, že době od 2.7. – 6.7.2018 a 20.8. – 24.8.2018 jsme opětovně pořádali příměstský tábor na středisku Hrabůvka. V příštím roce se příměstské campy budou opětovně pořádat.

Ples – Matyáš Otto

Tradiční akce našeho klubu, již potřetí pořádána dvojicí trenérů Pavel Kohn a Matyáš Otto, přinesla setkání trenérů, rodičů, členů a přátel klubu. Důstojné prostředí kulturního domu K- Trio ve spojení

s obměněným programem všechny přítomné oslovilo a hosté, kterých bylo na 200, odcházeli s příjemnými zážitky. Program plesu zajistily kapely Dirty Rudolph and his r'n'roll Mates, která povedenou akci zakončila divoce po půlnoci, a nová kapela Smolaři, jež nechtěli hosté pustit z pódia. Na své si přišli i milovníci humoru, jelikož je pobavila scénka komika s názvem „Jolanda“. O půlnoci došlo tradičně k vyhlášení tomboly, bez níž by ples nebyl plesem. Za hlavní organizátory děkuji všem hostům za účast i pomocníkům, podílejícím se na organizaci, nelze opomenout ani poděkování za dary do tomboly.

Den dětí – Radek Ďurina

Sedmý ročník akce Dne dětí, byl pro tento rok poznamenán nepřízní počasí. Museli jsme se provizorně přesunout do našeho Tréninkového Centra Jindřicha Kaděry a zvládnout poprvé Den Děti v tělocvičně. Podpořil nás opět podal starosta městského obvodu Ostrava - Jih pan Bc. Martin Bednář, kterému tímto děkujeme za krásné odměny.

Celé odpoledne děti mohli soutěžit při různých sportovních aktivitách a zároveň si zablblnout na připravených atrakcích.

Celé akce se zúčastnilo 29 dětí

I přes počasí a přesun do tělocvičny, jsme si odpoledne užili a velmi dobře jsme si zasoutěžili.

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.

Judo show – Radek Ďurina

Již každoroční akce k příležitosti vyhlášení nejlepších judistu 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 nabytý, tak Judo Show proběhla 25. ledna 2018 a vyhlášovali se nejlepší závodníci za rok 2017. 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 trenér a místopředseda našeho Dušan Koza. První slovo dostal předseda klubu Martin Pavlica, který zhodnotil uplynulý rok a nastínil vyhlídky pro rok budoucí.

Protože naše Judo Show není jenom o vyhlásování 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 2017. 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.

Tímto bych zároveň chtěl poděkovat všem, kteří pomáhali mé maličkosti s organizací několika ročníků této krásné akce.



V Ostravě 8.9.2019
Ing. Martin Pavlica
Předseda klubu