



1. Judo club Baník Ostrava, z.s.

ZPRÁVA TRENÉRA

VT Bytom

Datum: 27-29.12.2024

Kategorie: U16,U18,U21,senioři

Počet závodníků 1.JCBO: 14

z toho:

Trenéři: Hvozdovič, Koza, Svitič

Hodnocení:

Těsně po Vánocích jsme se zúčastnili kempu v polské Bytomi, kde během tří dnů sportovci absolvovali spoustu těžkých randori (30-37ks). Na kempu bylo přes 200 judistů z celého Polska, byl přítomen i reprezentační výběr dorostenců pořadatelské země.

Tréninky byly zaměřeny výhradně na randori, ve větší míře v postoji. Bylo vidět, že sportovci už reagují na avízovanou změnu pravidel a adaptace bude rychlá. Naši závodníci zvládli kemp v plném zatížení a bez větších zdravotních potíží.

V Ostravě: 1.1.2025

Zpracoval: Hvozdovič

