

## Správa z VT Záhreb, CRO 10.3.2014

**Názov akcie:** EC Záhreb

**Termín:** 10.3.2014

**Miesto:** Bratislava

**Tréneri:** Krnáč Jozef

**Spôsob dopravy:** mikrobús SZJ

**Zúčastnení:**

1.	Hoferica	Peter	JC ZŤS Matrin	81 kg
2.	Lhotský	Martin	STU Bratislava	55 kg
3.	Šmída	Michal	STU Bratislava	73 kg
4.	Almášiová	Natália	STU Bratislava	+70 kg
5.	Kanáťová	Sophia	STU Bratislava	57 kg
6.	Majer	Martin	Mladosť Žilina	60 kg
7.	Kinzelová	Dominika	ŠK Zemplín MI	44 kg
8.	Očenášová	Zuzana	TJ Mladosť R.Sobota	63 kg

Program:

**10.3.2014**

8:00 odchod z hotela

9:00 – 11:00 tréning judo

10' individuálna rozcvička

3 x 4' randori ne-waza na jednu skupinu

5 x 4' randori tači-waza na tri skupiny

16:00 – 18:00 tréning judo

10' individuálna rozcvička

8 x 4' randori tači-waza na tri skupiny

**Záver:**

Na sústreďení sme ostali len na pondelok z dôvodu šetrenia financií. Miesto stravy som vyplatil diéty podľa smernice SZJ. Na VT ostalo veľmi veľa ľudí. Aj na tri skupiny bolo na žiniienke veľmi málo miesta. Po turnaji netrénovať Hoferica ktorého bolelo koleno.

Na tréningoch všetci podávali o triedu lepšie výkony ako na turnaji. Nevieť prečo to na turnaji nevedia predať. Asi bude nutné prebrať základné motivačné a predsúťažné cvičenia so športovým psychológom.

V Bratislave 17.3.2014

Mgr. Krnáč Jozef