



18.	Petruny Natália	78 kg	1999	JC ŠK Zemplín Michalovce	áno	áno	V	R,O,V	R,O
19.	Krnáč Jozef	tréner			bez	bez	bez	bez	bez

**Program:**

**1.2.2019**

16:30 – 18:30 tréning judo

10' Rozcvičenie a rozohriatie

10' UK v pohybe

2 x 4' randori TW na jednu skupinu

6 x 4' randori TW na dve skupiny

**2.2.2019**

9:30 – 11:30 tréning judo

10' Rozcvičenie a rozohriatie

10' UK v pohybe

8 x 4' + 1' GS randori TW na dve skupiny

10' randori NW na jednu skupinu

16:30 – 18:30 tréning judo

10' Rozcvičenie a rozohriatie

10' UK v pohybe

10 x 3' randori TW na dve skupiny

3 x 5' randori NW na jednu skupinu

**3.2.2019**

9:30 – 11:30 tréning judo

10' Rozcvičenie a rozohriatie

10' UK v pohybe

2 x 4' randori TW na jednu skupinu

8 x 4' randori TW na dve skupiny

15:00 – 16:30 tréning judo

10' Rozcvičenie a rozohriatie

10' UK v pohybe

5 x 4' randori TW na jednu skupinu, 2' pauza

3 x 4' randori NW na jednu skupinu, 2' pauza

**Záver:**

S priebehom sústredenia som bol nadmieru spokojný. Ná sústredení sa zišiel naozaj kvalitný sparing pre každého. Hlavne v sobotu a v nedeľu ráno bol „plný dom“.

Zo zahraničných docestovali pretekári a pretekárka z ISR z Tel Avivu. Zo SLO z klubu Acron Slovinij Gradec. Z MNE prišli hlavne mladší no veľmi aktívny. Z CRO bolo menšie zastúpenie, ale došli z klubu Istarsky Borac. Na celý pobyt prišli aj pretekári a pretekárky zo Steiermarku, AUT. Z okolia Viedne a z Viedne prišli len v sobotu.

Z domácich to bola reprezentácia juniorov a junioriek, dorastencov a dorasteniek. Tak isto aj tréneri a ich zverenci z CTM. No aj z oddielov z celého Slovenska.

S nasadením juniorskej zložky som bol spokojný. Až na malé zranenia všetci odišli celý program naplno.

**Teším sa že po úspešnom sústredení v Banskej Bystrici sme pokračovali v spolupráci aj v Bratislave.**

V Bratislave 5.2.2019

Mgr. Krnáč Jozef