

03. Správa z VC Olomouc, CZE_jun_25.1.2020

Názov akcie: VC Olomouc

Kategória: U21 súťaž pre U23

Termín: 25.1.2020

Miesto: Olomouc, CZE

Tréneri: Krnáč Jozef, Péterová Alexandra

Spôsob dopravy: mikrobus SŠŠ Ostredkova 10, BA

Zameranie: medzinárodná veľká cena

Ospravedlnení: Tománková Silvia (TC JPN), Barto, Ádám, Stromko, všetci zranení, Gašparovič - škola

Neospravedlnení:

Zúčastnení:

	meno	váha	kategória	oddiel	náklady
1.					
2.	Bánsky Bruno	73 kg	U23	ŠK DUKLA BB	SZJ U21
3.	Turac Denis	90 kg	U23	STU Bratislava	SZJ U21
4.					
5.	Ret Samuel	81 kg	U23	ŠKP Banská Bystrica	SZJ U21
6.	Török Patrik	73 kg	U23	JC STU Bratislava	SZJ U21
7.					
8.	Geršiová Nina	78 kg	U23	JC STU Bratislava	SZJ U21
9.	Halajová Alexandra	57 kg	U23	Junior Lučenec	SZJ U21
10.	Bendželová Zuzana	57 kg	U23	JC STU Bratislava	STU BA
11.					
12.	Gadzhiev Dalgat	73 kg	U23	JC STU Bratislava	STU BA
13.	Gábor Štefan	81 kg	U23	JC STU Bratislava	STU BA
14.	Krnáč Jozef	tréner			SZJ U21
15.	Péterová Alexandra	tréner			SZJ U21

Program:

25.1.2020

13:30 – 14:00 váženie

15:00 začiatok súťaže, na 5 tatami

Váha do 57 kg 9 pretekárov

1. Halajová – Marešová 0:10

3:07 sode-curi-komi-goši 7:0

2:30 makura-kesa-gatame 0:7

0:15 uči-mata

0:7 a 0:10

2. rep. Halajová – Prusenovská, CZE 0:10

2:55 kesa-gatame 0:10

Halajová podala slabší výkon ako som u nej zvyknutý. Bila sa s veľkým rešpektom, veľmi opatrne. Zrejme ju ešte limitovalo staršie zranenie členka.

2 x prehrala a obsadila 7.miesto

Váha do 78 kg 2 pretekárky

1. Geršiová – Voříšková, CZE 10:0

2:35 soto-maki-komi 7:0

1:43 kamišihogatame 7:0 a 10:0

2. Geršiová – Voříšková, CZE 10:0

2:53 kesa-gatame 10:0

Geršiová mala len jednu súperku a tak mali opakovaný zápas. V oboch Geršiová dominovala a s prehľadom kontrolovala ich priebeh. Bola aktívnejšia a zjavne aj lepšie fyzicky pripravená.

2 x vyhrala a obsadila 1.miesto

Váha do 73 kg 17 pretekárov

1. Bánsky – Kamrla, CZE 10:0

3:39 goši-šime 10:0

2. Bánsky – Gregar, CZE 10:0

Sode-curi-komi-goši 7:0

Sumi-gaeši 7:0 a 10:0

3. Bánsky – Sojka, CZE 10:0

2:58 osoto-gari 10:0

4. Bánsky – Musil, CZE 7:0

2:20 Sode-curi-komi-goši 7:0

0:10 šido 0:1

0:03 šido 0:2

Bánsky sa celý turnaj bil s veľkým prehľadom. Bez problémov kontroloval všetky zápasy. Podal veľmi vyspelý zápasový výkon.

4 x vyhral a obsadil 1.miesto

1. Török – Kordula, CZE 0:0 GS 0:10

GS 1:37 kontra z ura-nage 0:10

2. rep. Török – Trniný, CZE 10:0

3:04 osoto-gari 7:0

Následne kamišihogatame 7:0 a 10:0

3. rep. Török – Novák, CZE 0:0 GS 0:10

3:12 o-goši 0:7

Tani-otoši 10:0

4. rep. Török – Suvorov, CZE 0:0 GS 0:7

GS 2:32 sode-curi-komi-goši 0:7

Török sa v zápasoch trápil. V zápasoch mal často navrch v riadnom čase no v GS mu vždy došli sily.

2 x vyhral, 2 x prehral a obsadil 7.miesto.

Váha do 90 kg 6 pretekárov

<u>1. Ret – Urban, CZE</u>	<u>10:0</u>
3:38 tomoe-nage	7:0
2:43 o-goši	7:0 a 10:0
<u>2. Ret – Turac, SVK</u>	<u>0:10</u>
2:40 šido	1:0
0:57 goši-guruma	0:7
Následný prechod do kesa-gatame	0:7 a 0:10
<u>3. Ret – Silvestr, CZE</u>	<u>0:10</u>
2:36 osoto-gari	0:10
<u>4. Ret – Šmíd, CZE</u>	<u>10:0</u>
2:07 seoi-nage	7:0
1:21 soto-maki-komi	7:0 a 10:0
<u>5. Ret – Vlček, CZE</u>	<u>0:10</u>
Tatešiho-gatame	0:10

Ret sa bil síce veľmi bojovne no bolo vidieť, že po prechode o váhu vyššie má ešte fyzické resty.

2 x vyhral, 3 x prehral a obsadil delené 3.miesto

<u>1. Turac – Šmíd, CZE</u>	<u>10:0</u>
1:52 ura-nage	10:0
<u>2. Turac – Ret, SVK</u>	<u>10:0</u>
2:40 šido	0:1
0:57 goši-guruma	7:0
Následný prechod do kesa-gatame	7:0 a 10:0
<u>3. Turac – Vlček, CZE</u>	<u>10:0</u>
2:40 uči-mata	7:0
Následný prechod to kesa-gatame	7:0 a 10:0
<u>4. Turac – Silvestr, CZE</u>	<u>10:0</u>
Šido	0:1
Kesa-gatame	10:0
<u>5. Turac – Urban, CZE</u>	<u>10:0</u>
Osoto-gari	10:0

Turac sa bil po dlhšej pauze viac zápasov za sebou. Podal veľmi dobrý výkon, zápasy s prehľadom kontroloval.

5 x vyhral a obsadil 1.miesto

Záver:

Viacerí z pretekárov akcie nezúčastnili pre zranenie. Z tých ktorí áno podali veľmi dobrý výkon Bánsky a Turac s Geršiovou. Vidieť, že právom patria do užšieho reprezentačného výberu. Török s Retom musia zapracovať na lepšej špecializovanej fyzickej pripravenosti.

Celkovo som však s turnajom spokojný.

Ubytovaný sme boli na dvoch miestach. V NH hoteli tréneri a dievčatá. A v penzione u Jakuba chlapci. Strava bola zabezpečená v hale.

04. Správa z TC Olomouc, CZE_jun_26.1.2020

Názov akcie: TC Olomouc

Kategória: juniori a dorast

Termín: 26.1.2020

Miesto: Olomouc

Tréneri: Krnáč Jozef, Péterová Alexandra

Spôsob dopravy: mikrobús SŠŠ Ostredkova 10, BA

Zameranie: randori

Ospravedlnení: Tománková Silvia (TC JPN), Barto, Ádám, Stromko, všetci zranení, Gašparovič - škola

Neospravedlnení:

Zúčastnení:

	meno	váha	kategória	oddiel	náklady
1.					
2.	Bánsky Bruno	73 kg	U23	ŠK DUKLA BB	SZJ U21
3.	Turac Denis	90 kg	U23	STU Bratislava	SZJ U21
4.					
5.	Ret Samuel	81 kg	U23	ŠKP Banská Bystrica	SZJ U21
6.	Török Patrik	73 kg	U23	JC STU Bratislava	SZJ U21
7.					
8.	Geršiová Nina	78 kg	U23	JC STU Bratislava	SZJ U21
9.	Halajová Alexandra	57 kg	U23	Junior Lučenec	SZJ U21
10.	Bendželová Zuzana	57 kg	U23	JC STU Bratislava	STU BA
11.					
12.	Gadzhiev Dalgat	73 kg	U23	JC STU Bratislava	STU BA
13.	Gábor Štefan	81 kg	U23	JC STU Bratislava	STU BA
14.	Krnáč Jozef	tréner			SZJ U21
15.	Péterová Alexandra	tréner			SZJ U21

Program:

26.1.2020

8:45 – 10:30 tréning judo dievčatá a chlapci do 66 kg

15' rozcvičenie

3 x 4' randori NW na jednu skupinu

10' UK + NK v pohybe

6 x 5' randori TW na 2 skupiny

10' strečing po nástupe

10:30 – 12:30 tréning judo chlapci nad 66 kg

10' rozcvičenie

10' UK v NW

3 x 4' randori NW na jednu skupinu

6 x 5' randori TW na jednu skupinu 30'' pauza na výmenu

3' pauza

4 x 4' randori TW na jednu skupinu 30'' pauza na výmenu

10' strečing po nástupe

14:30 – 17:00 tréning judo spoločne dievčatá aj chlapci

10' rozcvičenie

10' UK

3 x 4' randori NW na jednu skupinu

7 x 5' randori TW na 3 skupiny

Záver: Viacerí z našich športovcov boli po turnaji zranení. Takže neabsolvovali tréning, respektíve nie v celom rozsahu.

Turac – narazené koleno – ráno bol v posilňovni, poobede cvičil stabilizačné cvičenia a gummy

Ret – narazené koleno – ráno išiel len postoj, poobede cvičil stabilizačné cvičenia a gummy

Bánsky – narazené koleno - ráno išiel okrem posledných 2 randori všetko, poobede cvičil stabilizačné cvičenia a gummy

Halajová – poobede nešla posledné 3 randori, staršie zranenie s členkom

Ubytovaní sme boli na dvoch miestach, chlapci v penzióne u Jakuba a dievčatá a tréneri v NH Hoteli. Strava bola zabezpečená v hale.

V Bratislave 28.1.2020