

4. Správa z MT a TC Praha, CZE 10.2.-12.2.2017

Názov akcie: MT USK Cup a TC Praha

Kategória: juniori

Termín: 10.2.-12.2.2017

Miesto: Praha, CZE

Tréneri: Krnáč Jozef, Ján Gregor

Spôsob dopravy: mikrobus STU

Zameranie: MT jednotlivci muži a ženy

Ospravedlnení: Kurák Lukáš (choroba), Šmída Michal (škola), Ďurčo a Mokoš (doliečovanie zranenia)

Zúčastnení:

	<u>Meno</u>	<u>váha</u>	<u>oddiel</u>	<u>náklady</u>
1.	Blahušiak Miroslav	90 kg	ZŽS Martin	SZJ
2.	Kincelová Dominika	52 kg (57 kg)	MŠK Zemplín Michalovce	SZJ
3.	Fízel Máriaus	100 kg	VŠC Dukla B.Bystrica	DUKLA

Program:

10.2.2017

Príchod o 19:00 ubytovanie

11.2.2017 MT jednotlivci muži a ženy

Váha do 57 kg 8 pretekárov

1. **Kincelová** – Burešová Andrea, CZE 10:0

3:50 ouči-gari 7:0 následne prechod do kesa-gatame 10:0

2. **Kincelová** – Mužíková Magdaléna, SVK 0:10

0:02 jokošiho-gatame z prechodu cez rameno 0:10

3. Rep. **Kincelová** – Kochová Lucie, CZE 10:0

1:54 goši-šime 10:0

Kincelová išla vyššiu váhovú kategóriu nakoľko na turnaji nebola váha do 52 kg. No Kincelová sa veľmi dobre pobila aj vo vyššej. Aj v zápase s Mužíkovou podala veľmi dobrý výkon, keď až do posledných sekúnd bol stav zápasu nerozhodný a Mužíková využila väčšie skúsenosti.

2 x vyhrala, 1 prehrala a obsadila 3.miesto

Váha do 90 kg 18 pretekárov

1. **Blahušiak** – Turek Jindřich, CZE 7:0

3:34 osoto-gari 7:0, 0:01 šime-waza 10:0

2. **Blahušiak** – Dvořák Radim, CZE 10:0

1:32 osoto-gari 7:0, 0:44 šime-waza 10:0

3. **Blahušiak** – Petr Ivan, CZE 0:10

1:43 ude-hišigi-žuži-gatame 0:10

4. Rep. **Blahušiak** – Staltner Dominik, AUT 10:0

3:18 osoto-gari 7:0 zrušené, 2:42 uki-goši 10:0 ň

Blahušiak sa bil aj v semifinále výborne. Mal nad CZE prevahu no v ne-waze sa spoliehal, že prechod do páky udrží len v rukách, čo sa mu nepodarilo. Skúsenejší CZE páku nasadil veľmi dobre. Inak super výkon.

3 x vyhral, 1 x prehral a obsadil 3.miesto

Váha do 100 kg 6 pretekárov

1. **Fízel** – Knotek Tomáš, CZE 10:0

2:50 jokošiho-gatame 10:0

2. **Fízel** – Dubovyk Ivan, CZE 10:0

3:13 goši-šime 10:0

3. **Fízel** – Petrлік Tomáš, CZE 10:0

3:31 uči-mata 10:0

4. **Fízel** – Švec Libor, CZE 0:0 GS 3:0

Šido 1:0, šido 2:0, GS 3:27 šido 3:0

5. **Fízel** – Knápek Tomáš, CZE

10:0

3:30 o-goši 10:0

Fízel sa bil úplne bez rešpektu a s veľkým prehľadom. Veľmi vyspelý výkon na juniora.

5 x vyhral a obsadil 1.miesto.

Záver: S výkonmi pretekárov a pretekárky som bol veľmi spokojný. U Blahušiaka sa musíme zamerať na zlepšenie obrany v ne-waze. S útočením v nej nemá problém no s obranou je to slabšie. To isté platí aj o Kincelovej. Fízel znovu ukázal po Olomouci, že sa v tejto váhovej kategórii usadil a veľmi mu vyhovuje. Vidím v ňom veľký potenciál pre budúcnosť.

Tréningový tábor

12.2.2017

10:00 – 12:00

10' rozcvička

5 x 3' randori NW na jednu skupinu

10' uči-komi

6 x 4' randori TW na dve skupiny

Individuálne strečing po nástupe

16:00 – 18:00

10' rozcvička

10' UK a NK v pohybe

8 x 4' randori TW na dve skupiny

Individuálne strečing po nástupe

Záver: Po súťaži mal Blahušiak natiahnutý krk a prepáčený lakeť a tak netrénoval. Od 16:00 bol na masáži kde mu uvoľnili krk a chrbát a zatejpovali lakeť fyzioterapeuti USK. Na tréningu ostalo málo dievčat v 57 kg. Vlastne len naše. A tak sa Kincelová mohla biť len s Grasimenko (52kg) a potom so 63 kg dievčatami. Aspoň, že bolo viac ľahkých chlapcov. Fízel však mal výborný sparing. Obaja sa však bili naplno oba tréningy a bol som s ich nasadením spokojný.

Bývali sme v penzióne Beta asi 5' od haly a vyplatil som diéty. Kincelová cestovala domou z Prahy nočným vlakom. Fízel pokračoval s mužmi a ženami na sústredenie do Kolína nad Rýnom, GER.

V Bratislave 14.2.2017

Mgr. Krnáč Jozef