



SLOVENSKÝ ZVÄZ JUDO

Junácka 6, 832 80 Bratislava

Tel.: 02 / 4444 11 00, 492 491 98 fax: 02 / 492 495 81 e-mail: szj@judo.sk web: www.judo.sk

Správa CTM Východ – TC Orle gniazdo Hučisko 8.–14.8.2021

Názov akcie: TC Orle gniazdo Hučisko

Kategória: všetky vekové kategórie

Termín: 8.-14.08.2021

Miesto: Hučisko, Poľsko

Tréneri: Gabriel Čopák, Ján Arendáč

Spôsob dopravy: mikrobús

Zameranie: technika, kondícia, taktika, sila, randori

Ospravedlnení:

Neospravedlnení:

Zúčastnení:

p.č.	meno	klub	Váhová kategória	rok narodenia
1	Terézia Vaneková	Judo club Bardejov	57kg	2005
2	Tomáš Popjak	Zemplín Michalovce	+90kg	2005
3	Alex Madera	Judo club Bardejov	60kg	2005
4	Noel Gulika	Zemplín Michalovce	66kg	2007
5	Filip Hamadej	Zemplín Michalovce	73kg	2004
6	Gabriel Čopák ml.	Zemplín Michalovce	81kg	2004
7	Gabriel Čopák	Tréner		
8				
9				
10				

Odchod

08.08.2021

06:00 – odchod mikrobúsom z Michaloviec

13:00 – príchod Hučisko Poľsko

Príchod

14.8.2021

10:00 - Odchod mikrobúsom na Slovensko

18:00 – Príchod Michalovce

Bankové spojenie - dotačný účet MŠ SR 1785260359 / 0200 VÚB Polus Bratislava
Bankové spojenie - účet SZJ 4040032101 / 3100 L'UBA Polus Bratislava
IČO/DIČ 17308518 / 2021856199
Registrácia MV SR VVS / 1 – 9020 / 90 – 339 – 4 z
1.8.2002



SLOVENSKÝ ZVÄZ JUDO

Junácka 6, 832 80 Bratislava

Tel.: 02 / 4444 11 00, 492 491 98 fax: 02 / 492 495 81 e-mail: szj@judo.sk web: www.judo.sk

Zhrnutie:

Camp začal obedom a následne spoločným ľahkým poobedným tréningom, kde sa účastníci rozdelili do troch skupín. Campu sa zúčastnili Pierre Neyra z Francúzska a poľský olympionik Pavel Zagrodnik, no bolo tam viac trénerov z Poľska a Slovenska. Tréneri boli rozdelení do skupín a počas campu rotovali. Systém bol v pomere 2x tachi-waza, 1x ne-waza, 1x posilňovanie a kondícia. Každé ráno pred raňajkami bol ranný beh.

Vo veľkej miere boli tréningy zamerané na taktiku boja, najmä boja o úchop a boja v záveru zápasu.

Svojich zverencov som nemal možnosť neustále sledovať, lebo som viedol tréningy aj iných vekových kategórii.

Záverom chcem dodať, že sa jednalo o veľmi slušný camp. Mne tam osobne chýbalo viac kvalitného sparingu pre staršiu kategóriu dorastu. Je to však dôsledok proti pandemických opatrení, kvôli ktorým sa na tomto campe nezúčastnilo viac klubov.

Stále verím, že sa táto COVID situácia bude zlepšovať a všetkým klubom sa na jeseň podarí rozbehnúť tréningový proces naplno.

Gabriel Čopák

V Michalovciach 17.8. 2021