



# SLOVENSKÝ ZVÄZ JUDO

## SLOVAK JUDO FEDERATION

### 11. Správa z OTC Šamorín\_jún\_7.8.-12.8.2023

**Názov akcie:** OTC Šamorín

**Kategória:** jún., sen.

**Termín:** 7.8.-12.8.2023

**Miesto:** Šamorín, X-bionic

**Tréneri:** Krnáč Jozef, Tománek Jozef, Hajás Matej, Gregor Ján

**Spôsob dopravy:** individuálne

**Zameranie:** OTC - randori

**Ospravedlnení:**

**Neospravedlnení:**

**Nominovaní:**

	meno	oddiel	váha	termín	počet nocí	náklady
1.	Maťašeje Benjamín	ŠK DUKLA BB	100 kg	7.8.-13.8.2023	6	TOP Maťašeje
2.	Maruška Alex	ŠK DUKLA BB	90 kg	7.8.-13.8.2023	6	SZJ U21
3.	Tománková Lenka	1.JC Pezinok	63 kg	7.8.-9.8.2023	2	SZJ U21
4.	Fízel'ová Ema Sára	ŠK DUKLA BB	70 kg	7.8.-13.8.2023	6	TOP Maťašeje
5.	Klobúčnik Matej	1.JC Pezinok	60 kg	7.8.-9.8.2023	2	SZJ U21
6.	Hladíková Claudia	fyzioterapeut		7.8.-13.8.2023	6	TOP Maťašeje

#### **Program:**

##### **7.8.2023**

17:00-19:00 Judo

10' Rozcvičenie

2 x 4' NW randori

10' UK

7 x 4' TW randori na dve skupiny

##### **8.8.2023**

9:30-11:30 Judo

10' Rozcvičenie

2 x 3' NW randori

10' UK

6 x 5' TW randori na dve skupiny

17:00-19:00 Judo

10' Rozcvičenie

2 x 5' NW randori

10' UK

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

##### **9.8.2023**

9:30-11:30 Judo



# SLOVENSKÝ ZVÄZ JUDO

## SLOVAK JUDO FEDERATION

10' Rozcvičenie  
5 x 3' NW randori  
10' UK  
6 x 5' TW randori na dve skupiny

voľno

### **10.8.2023**

9:30-11:30 Judo

10' Rozcvičenie  
3 x 3' NW randori  
10' UK  
5 x 4' + 1'GS TW randori na jednu skupinu

17:00-19:00 Judo

10' Rozcvičenie  
10' ippon change randori NW  
10' UK  
5 x 4' + 1'GS TW randori na dve skupiny

### **11.8.2023**

9:30-11:30 Judo

10' Rozcvičenie  
5 x 3' NW randori  
10' UK  
5 x 5' TW randori na jednu skupinu

voľno

### **12.8.2023**

9:30-11:30 Judo

10' Rozcvičenie  
3 x 3' NW randori  
10' UK  
5 x 5' TW randori na jednu skupinu

**Záver TC:** So sústredením a nasadením našich pretekárov a pretekárk som bol spokojný. Z oddielov bol 1.JC Pezinok a STU Bratislava. Lenka Tománková a Matej Klobúčnik boli od pondelka do stredy. Ja som dochádzal na tréningy z Bratislavy. Od štvrtku už bolo na tréningoch menej sparingu, no aj tak to bolo lepšie ako trénovať v oddieloch. Nedelňý program bol zrušený.

Bratislava 21.8.2023

Mgr. Krnáč Jozef



# SLOVENSKÝ ZVÄZ JUDO

## SLOVAK JUDO FEDERATION

SLOVENSKÝ ZVÄZ JUDO  
Junácka 6  
832 80 Bratislava  
Slovensko  
IČO: 17308518  
DIČ: 2021856199

SLOVAK JUDO FEDERATION  
Junácka 6  
832 80 Bratislava  
Slovak Republic  
IČO: 17308518  
DIČ: 2021856199

+421 910 729 433  
[www.judo.sk](http://www.judo.sk)  
[szj@judo.sk](mailto:szj@judo.sk)

IČO: 17308518  
DIČ: 2021856199

Číslo účtu: 4040032101/3100  
IBAN: SK023100000004040032101  
BIC: LUBASKBX