

11a) Správa z ECJ Slovenj Gradec, SLO_jun_30.7.-2.7.2023

Názov akcie: TC Slovenj Gradec

Kategória: jun.,

Termín: 3.7.-4.7.2023

Miesto: Slovenj Gradec, SLO

Tréneri: Tománek Jozef

Spôsob dopravy: mikrobús SZJ ,

Zameranie: ECJ – Európsky pohár juniorov a junioriek -nominačný turnaj

Ospravedlnení:

Neospravedlnení:

Nominovaní:

	meno	funkcia	váha	oddiel	súťaž	sústredenie
1.	Tománek Jozef	coach			áno	áno
2.	Tománek Jozef jun.	athlete	60 kg	1.JC Pezinok	áno	áno
3.	Klobúčnik Matej	athlete	66 kg	1.JC Pezinok	áno	áno
4.	Hager Samuel	athlete	73 kg	1.JC Pezinok	áno	áno
5.	Tománková Lenka	athlete	63 kg	1.JC Pezinok	áno	áno
6.	Tománková Patrícia	sparing	40 kg	1.JC Pezinok	nie	áno

Na oddielové náklady:

meno	funkcia	váha	oddiel	súťaž	sústredenie
Fízeľová Ema Sára	athlete	70 kg	JK DUKLA B.Bystrica	áno	áno

Program:

3.7.2023

9:00-10:30 Judo

10' Rozcvičenie

2 x 3' NW

10' UK

3 x 1' NK

6 x 4' TW

15:30-17:30 judo

10' Rozcvičenie

3 x 3' NW

10' UK

6 x 3' TW

4.7.2023

9:00-10:30 Judo

10' Rozcvičenie

2 x 3' NW

10' UK

3 x 1' NK

6 x 4' TW

Záver TC: Na sústrezení bol ako tréner pán Tománek, ktorý ma informoval o priebehu sústrezenia. Na akciu prišla aj Patrícia Tománková na náklady SZJ U18. Všetci absolvovali 3 tréningy judo v plnom nasadení. Nikto sa nezranil a všetci podali dobré výkony.

Bratislava 17.7.2023

Mgr. Krnáč Jozef