



## Vyhodnotenie reprezentácie 2023

**Realizačný tím:** hlavný tréner: Ján Gregor, ml.  
asistenti: Matej Hajas – VŠC, Jozef Krnáč - tréner U21, Marek Matuszek – VŠC  
športový psychológ: Peter Bielik  
lekári: MUDr. Vachalík – hlavný lekár VŠC, MUDr. Lukáč – traumatológ, MUDr. Straňák – traumatológ, MUDr. Caban- ortopéd, fyzioterapeut: Claudia Hladíková a tím VŠC

## VÝKONNOSTNÉ CIELE:

### 1. MS Doha, QAT (7. – 13.5.2023)

#### Výkonnostný cieľ:

- účasť 5 pretekárov
- 2 x postup do štvrtfinále

Na MS sme mali znova veľmi ťažké vylosovanie ale sú to MS a pokiaľ chceme medailu, treba poraziť najlepších. Tak pretekári pristúpili k svojim zápasom a podali dobré výkony.

**-66 kg Matej Poliak (Slávia STU BA - VŠC) – náklady Mladosť Žilina**  
(55) 1 x výhra, 1 x prehra  
**-81 kg Alex Barto (ŠK DUKLA Banská Bystrica – VŠC) – náklady IJF**  
(51) 1 x prehra  
**-90 kg Peter Žilka (Slávia STU BA – VŠC) – náklady IJF**  
(58) 1 x prehra  
**+100 kg Máriaus Fízle (ŠK DUKLA Banská Bystrica – VŠC) – náklady IJF**  
(43) 1 x prehra

### 2. ME Montpellier, FRA (3. – 5.11.2023)

#### Výkonnostný cieľ:

- účasť 5 pretekárov
- 1 x do 5. miesta



# 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](mailto:szj@judo.sk) web: [www.judo.sk](http://www.judo.sk)

- 2 x postup do štvrtfinále

V príprave na ME sme mali smolu, kedy sa zranili Poliak (zlomená chrupavka rebra v Šamoríne), Žilka (artroskopia kolena týždeň pred ME) a po EO Praha mal problémy s chrbtom aj Fízeľ, nehovoriac o Bartovi, ktorý ochorel na pľúcne chlamýdie a zavřil tak svoje problémy po covidoch. Ja som k tomu dostal zápal pľúc a 3 týždne som bol mimo tréningy.

Som rád, že Márius uveril vo svoje schopnosti a možnosti a predviedol naozaj dobrý výkon, ktorý pri lepšom vedení vyrovnaných zápasov s HUN, či NED mohol svoj výkon ozdobiť medailou..

**-66 kg Matej Poliak (Slávia STU BA - VŠC), náklady EJU/SZJ**

(29) 1 x prehra

**+100 kg Márius Fízeľ (ŠK DUKLA Banská Bystrica – VŠC), náklady EJU/SZJ**

(25) 3 x výhra, 2 x prehra – 5. miesto

## 3. ME23 Postdam, GER (17. – 19.11.2023)

### Výkonnostný cieľ:

- účasť 5 pretekárov
- 1 x do 3. miesta
- 3 x postup do štvrtfinále

Výborný výkon a aj výsledok ukázal Viktor Ádám, ktorý to však mohol dotiahnuť vyššie ak by šiel spôsobom ako prvé 3 zápasy. Znova mal síce výpadky v príprave – zranený lakeť po VT v Japonsku a mierna viróza týždeň pred ME ale dokázal sa zmobilizovať a prejsť cez náročný los.

Škoda dvoch šikovných chlapcov -90kg, kedy Barto mal už tretí rok po sebe pred vrcholmi U21 a U23 problémy s covidmi a momentálne pľúcny chlamýdiami. Maruška sme verili, že využije skúsenosti z vrcholov U21 ale podcenil situáciu a padol na ipon.

**-90 kg Alex Barto (ŠK DUKLA Banská Bystrica – VŠC), vlastné náklady**

(29) 1 x výhra, 1 x prehra – 9.-16. miesto

**-90 kg Alex Maruška (ŠK DUKLA Banská Bystrica – VŠC), náklady SZJ**

(29) 1 x prehra

**-100 kg Viktor Ádám (ŠK DUKLA Banská Bystrica – VŠC), náklady SZJ**

(20) 3 x výhra; 2 x prehra – 5. miesto



# 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](mailto:szj@judo.sk) web: [www.judo.sk](http://www.judo.sk)

## 4. Majstrovstvá sveta CISM Santo Domingo, DOM (20. – 27.7.2023)

Na podujatie neboli vo VŠC plánované financie, keďže MS CISM sa konali tesne pred GS Budapešť, kde mali pretekári štartovať – to sa však v priebehu roka zmenilo na IJF Masters a rozhodli sme sa nakoniec, že pretekári pôjdu na MS CISM. Boli tam veľmi neštandardné podmienky – ubytovanie, bez klimatizácie (ubytovanie aj športoviská – viac krát zasahovala záchranka pri zápasoch pre vyčerpanie), slabá organizácia... Najlepší výkon podal Barto.

- 81 kg Alex Barto (ŠK DUKLA Banská Bystrica – VŠC)**  
2 x výhra, 2 x prehra – 7. Miesto
- 66 kg Matej Poliak (Slávia STU BA - VŠC)**  
2 x výhra, 2 x prehra – 7. Miesto
- 90 kg Milan Randl (ŠK DUKLA Banská Bystrica – VŠC)**  
1 x prehra

## 5. Letná svetová Univerziáda Chengdu, CHN (27.7. – 8.8.2023)

- 73 kg Bruno Banský (ŠK DUKLA Banská Bystrica – VŠC)**  
1 x prehra
- 81 kg Miloš Krajčí (ŠK DUKLA Banská Bystrica – VŠC)**  
1 x prehra
- 90 kg Alex Maruška (ŠK DUKLA Banská Bystrica – VŠC)**  
1 x prehra
- 100 kg Martin Turanský (Slávia STU BA)**  
1 x prehra

## Individuálne hodnotenia:

**-90 kg Milan Randl (ŠK DUKLA Banská Bystrica – VŠC),**  
V tomto roku definitívne ukončil svoju bohatú pretekársku kariéru.

**-66 kg Matej Poliak (Slávia STU BA - VŠC)**

### 77. IJF ranking

Po minuloročných zraneniach absolvoval koncom roka 2022 a začiatkom 2023 dobrú prípravu a na GS Paríž podal výborný výkon. Po sústredení v Japonsku a Nymburku, kde mal výbornú formu žiaľ ochorel a vypadol z kvalifikačných turnajov GS Tbilisi a Antalya. Na MS prehral v druhom kole s fenomenálnym Maruyamom, čo nemôžem označiť ako zlyhanie. Na následnom GP Linz podal znova výborný výkon a porazil dobrých súperov. Na MS CISM



# 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](mailto:szj@judo.sk) web: [www.judo.sk](http://www.judo.sk)

obsadil v značne neštandardných podmienkach 7. miesto. Po letnej príprave ma mrzí nepodarený štart na GS Baku, kde ho pre chybnú komunikáciu zo strany IJF nepustili k štartu. Na OTC Šamorín si zranil chrupavku rebra a napriek snahe a spolupráce s doktormi, fyziom sa ho do ME nepodarilo dať úplne do poriadku. Na ME mal značne obmedzený pohyb a po prvom útoku bolo jasné, že sa nemôže riadne otočiť do chvatu. V OH kvalifikácii mal minimum štartov ale stále je to pretekár, ktorý dokáže porážať súperov z prvej 20. svetového rankingu. Budeme sa snažiť čo najlepšie pripraviť ho na vrcholné podujatia 2024 a zabojsovať o kvalifikáciu na OH.

**-90 kg Peter Žilka (Slávia STU BA – VŠC)**

## 53. IJF ranking

Hneď 2.1.2023 absolvoval artroskopiю kolena a po dobrej rehabilitácii mohol pomerne skoro začať s džudom. Mal čas na kvalitnú kondičnú a silovú prípravu a po výborných sústreďeniach v Japonsku a Nymburku obsadil hneď na druhom GS v Antalyi výborné 5. miesto. Na MS prehral vyrovnaný a náročný zápas s majstrom sveta Van T Endom, no neskôr si na tréningu natiahol bočný brušný sval. Nemohol sa vôbec otáčať do techník a zapájať brušné svaly a na GP Linz prehral v druhom kole. Po letnej príprave neštartoval na GP Záhreb pre chorobu a na GS Baku prehral v 2. kole s ďalším majstrom sveta Majdovom. Na EO Praha si urobil chuť a išiel bez zaváhania až na semifinále, kde ho súper síce neuhodil ale neustále ho predbiehal a prehral na 3 šidá. Žiaľ na turnaji si podvrtol rameno a za pár dní sa mu nalialo koleno bez toho, že by vedel, že mal nejaký úraz. Po vyšetrení musel absolvovať artroskopiю a nemohol súťažiť na ME. Mal podobne ako Poliak málo štartov v OH kvalifikácii ale tiež sa pokúsime zabráť v závere a hlavne na vrcholných podujatiach.

**+100 kg Máriaus Fízel' (ŠK DUKLA Banská Bystrica – VŠC)**

## 21. IJF ranking

Po náročnej minuloročnej sezóne sme vynechali úvodne podujatia a sústreďili sme sa na kondičnú prípravu s následnými sústreďeniami v Paríži, Japonsku a Nymburku. Hneď na prvých turnajoch sa umiestnil na EO Varšava na 2. mieste a GS Tbilisi na 5. mieste. Na MS podal žiaľ slabší výkon a prehral v prvom kole. Po 7. mieste na GP Linz prišli menšie zranenia (natrhnutý bočný väz kolena, prasknutá záprstná kosť) a nemohol naplno využiť sústreďenia a z toho vyplynuli rozpačité výkony na turnajoch – problémy mal s tým celé leto. Po oddychu podal dobrý výkon na EO Praha, čo mu dodalo sebavedomie a po výborných sústreďeniach v Šamoríne a Baku sa dostal do výbornej formy. Na ME v Montpellier podal výborný výkon a obsadil 5. miesto. Pokračoval na OO Perth, kde vyhral celý turnaj – na oboch turnajoch porazil výborných džudistov a výrazne sa posunul v OH kvalifikácii. Sme radi, že si začal veriť a postupne sa prepracoval medzi špičku vo svojej hmotnostnej kategórii.



## Pretekári U23:

**-81 kg Alex Barto (ŠK DUKLA Banská Bystrica - VŠC)**

**96. IJF ranking**

Minulý rok prekonal dva krát covid a jedny následky po očkovaní, čo bolo u neho horšie ako samotný covid. V závere roka mal problém s chrbtom a začiatkom roka 2023 nastúpil na prípravny kurz PrV. Mali sme naplánovanú postupnú prípravu smerom k MS, avšak hneď na prvom OTC v Nymburku ochorel (ako Poliak a Maťašeje) a vypadol znova z prípravy. Na MS štartoval prakticky bez riadnej prípravy a hlavne bez predchádzajúcich štartov na iných turnajoch – s pretekárom top 10 svetového rankingu však nepodal vôbec zlý výkon. V priebehu roka sa stále ukazovali problémy s vysokými pulzami ako následok po viacerých covidoch, kedy nezvládal väčšiu záťaž na tréningoch. Navyše dostal pred ME23 pľúcne chlamýdie, čo ho znova vyradilo z tréningu a ešte zvýraznilo jeho problémy. Na ME23 sme tak začali postupnú, pomaly dávkovanú prípravu iba necelé 2 týždne pred podujatím. Pristúpil k tomu naozaj profesionálne ale na výraznejší výsledok to nestačilo – navyše štartoval vo vyššej hmotnostnej kategórii. Budeme musieť kompletne „reštartovať“ jeho metabolizmus a postupným tréningom zvýšiť jeho aeróbne a anaeróbne schopnosti na jeho pôvodnú úroveň.

**-100 kg Viktor Ádám (ŠK DUKLA Banská Bystrica - VŠC)**

Viktor začal svoj rok veľmi dobre, keď po náročnom sústredení v Japonsku a Nymburku (CZE), získal medailu na EP seniorov v Rige. V priebehu roka absolvoval turnaje GS, GP, kde sa mu moc nedarilo a nepodarilo sa mu prejsť cez prvé kolo. Počas sezóny sa objavili opäť zranenia, ktoré neboli vážne, ale často mu bránili v tréningovom procese. Koncom roka sa však dokázal dať do poriadku, uvedomil si na čom má pracovať a na ME U23 v Nemecku, sa mu podarilo vybojovať 5. miesto do 100 kg. Do semifinále prešiel suverénnym spôsobom a veľká škoda, že sa mu nepodarilo udržať sústredenosť aj v bojoch o medaile. Ukázal však, že patrí medzi európsku špičku vo svojej vekovej kategórii.

**-81 kg Richard Murčo (Slávia STU BA)**

Je to jeden z mála pretekárov v seniorskej kategórii, resp. U23, ktorý sa naďalej pripravuje. Keďže pracuje, je jeho účasť na sústredeniach obmedzená. Začiatkom roka vypadol pre chorobu z EO Praha a v septembri na EO Oberwart si zranil členok a vypadol z ďalšej prípravy smerom k ME23.

**-100kg Martin Turanský (Slávia STU BA)**



# 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](mailto:szj@judo.sk) web: [www.judo.sk](http://www.judo.sk)

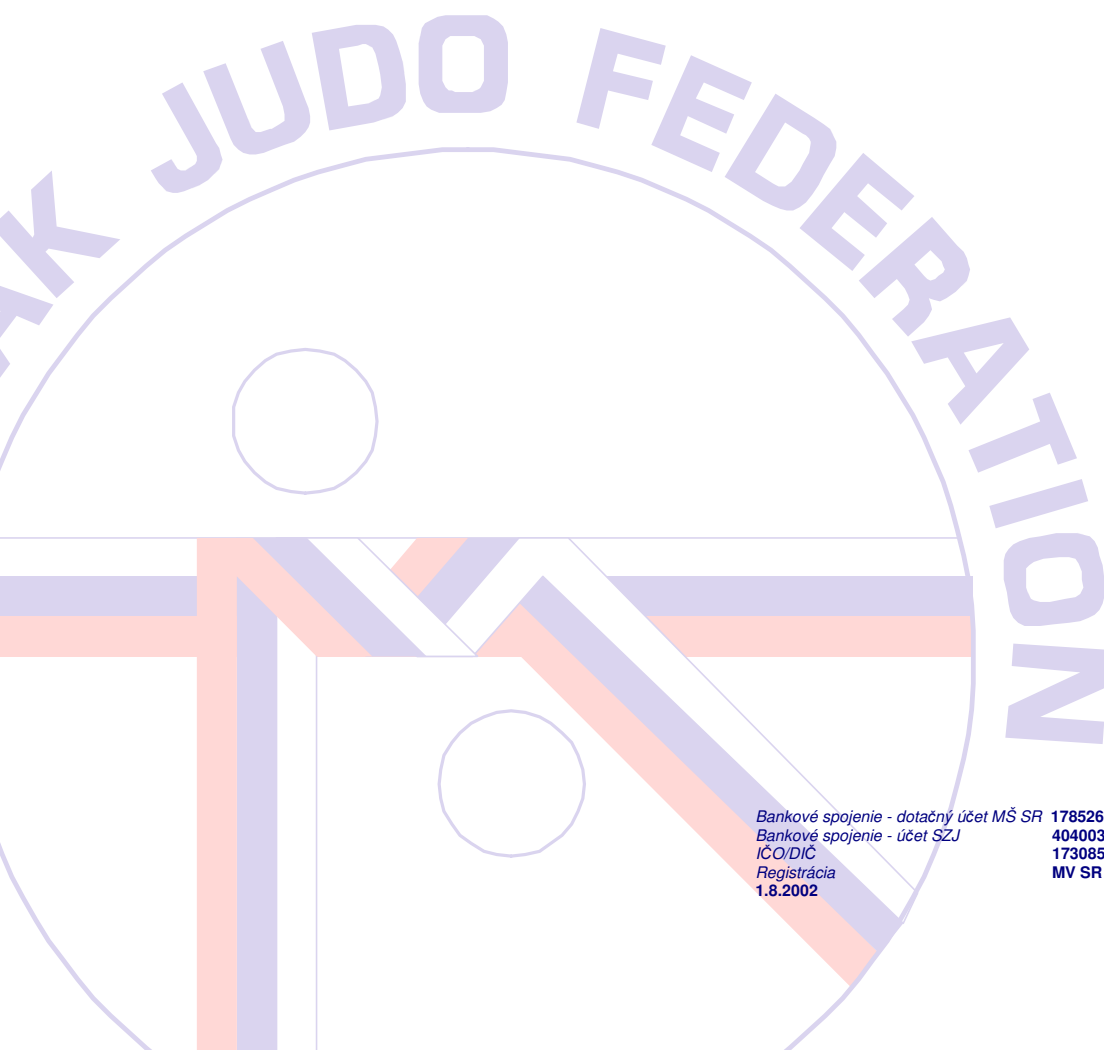
Veľmi snaživý pretekár, ktorý sa stále pripravuje a vidno jeho progres. Je veľmi zodpovedný a snaží sa popri štúdiu čo najviac zapájať do tréningového procesu.

## ZÁVER:

Do kvalifikácie sa zatiaľ najlepšie zapojil Fízel' a momentálne je v redukovanom poradí kvalifikácie na OH na 16. mieste. Prakticky len on sa naplno zapojil do OH kvalifikácie bez väčších obmedzení. Cieľom bude aby sa udržal na priamom postupovom mieste a ostatní pretekári zabojujú v závere kvalifikácie minimálne o kontinentálnu kvótu. Pre rôzne zdravotné problémy momentálne zaostávajú Žilka, Poliak aj Barto, ale verím, že pri plnom zdraví a zabezpečení poriadnej prípravy sa nasledujúci polrok dostanú na vyššie miesta v rankingu.

V Banskej Bystrici,  
20.12.2023

Vypracoval: Ján Gregor, ml.  
0907 413 287, [jangregor77@gmail.com](mailto:jangregor77@gmail.com)



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 1.8.2002 MV SR VVS / 1 - 9020 / 90 - 339 - 4 z