

## **DOPORUČENÍ A NABÍDKA JUDO JC MP OSTRAVA/ZŠ Komenského,**

kdy je sportovní tréninková činnost přerušena epidemií Koronavirus COVID19

**Rodiče judisty**, společně se poradte, co by bylo pro Vás vhodné a požadovali zajistit pro vašeho syna/dceru v době tréninkové nečinnosti ze strany Judo Clubu při MP Ostrava, z.s., střediska juda ZŠ Komenského.

### **Nabídka k zakoupení pro sportovce JUDO**

- 1) **KIMONO JUDO** : - značka „Bail-Sport“ (800 -1.200Kč) nebo „ Danrho“ (900 -2.230Kč)  
- barvách „bílé“ a „modré“  
- uvést výšku/velikost (cm) sportovce, např. 150cm, 160cm, 170cm, atd.
- 2) **ZNAKY JUDO** : - zhotovení nového znaku,  
- judo znak JC MPO s jménem sportovce/zadní část Kimona/záda/150Kč  
- přední kulatý znak JC MPO/přišít na levou stranu prsa/srdce/150Kč
- 3) **PÁSEK JUDO/KYU**: - žlutý, oranžový, zelený, modrý, hnědý (cena za 1ks/170kč)  
- velikost/délka cm /230, 250, 260, 280, 300 cm /

**Nominace a předpoklad provedení „zkoušky na vyšší technický stupeň JUDO“**, dle odpovídající osobní výkonnosti, která zahrnuje poctivou/smysluplnou tréninkovou docházku/odpovídající technické pojetí a motoriku juda/ výkonnostní úroveň, tj. umístění na soutěžích, přístup, přízeň a reprezentaci JC MP Ostrava a sportu JUDO, **může skládat „Kyu“ během roku 2021/2022:**

- 5.Kyu** (žlutý) : Cavalier Ejmi, Herudek Ondřej, Elbl Adam, Baláč Jan, Tůma Tadeáš, Rostáš Andrej,  
**4.Kyu** (oranžový): Rostáš Kristína (Sk), Vrablová Natálie, Herrmanová Olivie, Pokorná Carmen, Chudejová Eliška, Ksenič Šimon, Vidlář Michal, Klásek Tomáš, Lamža Radek, Fráňa Jan,  
**3.Kyu** (zelený): Pröllová Nikol, Šimkovičová Anna, Valentík Tomáš, Piprek David, Otíпка Ondřej, Kocurek Radek,  
**2.Kyu** (modrý): Hlaváč Adam, Chlebovský Daniel, Otíпка Matěj/předpoklad je docházka/  
**1.Kyu** (hnědý) : Blisa Zbyněk

### **Provedení zkoušky zahrnuje a její úhrada „Kyu“ JUDO**

#### **Zkouška zahrnuje:**

- mít v pořádku, řádně vypsaný a potvrzený „PJ“ s barevnou fotografií,
- řádně zaplacené poplatky za sportovní rok, tj. ODP JUDO, LZ ČSJu ČR, platnou odbornou LKP,
- čistý sportovní úbor Kimono, dle požadovaných velikostních parametrů SŘ ČSJu ČR/ JC MPO,
- prezentovat chování a vystupování v pojetí Etiky Juda a bezpečnostní požadavky JUDA/ZŠ Komen.,
- udržovat hygienickou úpravu sportovce Juda, tj. čisté Kimono, ostříhané nehty, sestřižené vlasy,
- zvládnutí vedení rozcvičky a průpravného cvičení (judo gymnastiky), všech speciálních pádů Juda,
- ovládat s určitou dokonalostí zásady a techniky drženého a prováděného vyššího tech. stupně Kyu.

#### **Úhrada zkoušky „Kyu“:**

- 5.Kyu** /250,-Kč, **4.Kyu**/300,-Kč, **3.Kyu**/350,-Kč, **2.Kyu**/400,-Kč, **1.Kyu**/500,-Kč
- provedení celkové zkoušky před zkušebním komisařem ČSJu Judo, tj. trenérem klubu,
  - potvrzení motorické a vzdělanostní zkoušky do „PJ“ zkušebním komisařem ČSJu Judo,
  - zápis do základní evidence a potvrzení „PJ“ předsedou STK MSKS Ju Ostrava,
  - zápis administrátorem do celostátní Evidence ČSJu Praha/ČR

## **UPŘESNI POŽADAVKY NA SPORTOVNÍ PŘÍPRAVU JUDA,**

### **Potvrďte emailem PC,**

- kdo má zájem o zakoupení Kimona Judo, znaků Judo, Judo pásku Kyu, podstoupit technickou přípravu na zkoušku vyššího stupně Kyu,
- kdo se chce jen věnovat kondici a technikám/sportu Juda a nemá v současné době se zúčastňovat soutěží, vůbec nebo snad později,
- kdo má kompletní zájem trénovat Judo pro úroveň technické dovednosti a hlavně se zúčastňovat oddílových, krajských a celostátních soutěží a získávat společenské uznání sportovce České republiky.
- kdo má zájem v letním období prezentovat běžeckou tréninkovou přípravu venku na hřišti ZŠ Komenského nebo na upravené běžecké dráze v přírodě lesa za Myslivnou - Hvězdárnou Poruba,
- kdo se závazně zúčastní v daném termínu 11/07 – 17/07 2021 VT JUDO SETINA, měl by co nejdříve odevzdat vyplněnou „Závaznou přihlášku“, možnost dřívější provedení úhrady VT = 3.400,-Kč (jinak uhradit do 25/05 2021), podat požadavek/přání na ubytování, s kým by chtěl být na pokoji, dle možností bude vyhověno,
- kdo má zájem o tričko JC MPO VT JUDO 2021 / uvést jméno a velikost/cm nebo vel. S, M, L, XL, XXL.

### **ZÁVĚREM,**

přivítáme jakoukoliv připomínku, radu nebo snahu obětavosti či podpory k zlepšení úrovně a kvality sportovní přípravy našich sportovců Judo Clubu při MP Ostrava, z.s.,  
Jakmile opadnou příkazy a pokyny proti epidemii Koronavirus COVID19 a bude umožněno provádět organizovaně sportovně tréninkovou přípravu JUDO, ihned Vás budu informovat o možném termínu zahájení JUDA, předpoklad je na den 26/01 2021 Út (16,30-19,00hod.)

### **Za JC MP Ostrava, z.s.,**

Mgr. Jiří Proll – 6.Dan Judo, 5.Dan Ju.Jutsu  
trenér a předseda JC MP Ostrava/Komenského

Leden 2021/Ostrava-Poruba