

Oddíl Judo Dolní Kounice vydává zpravodaj určený dětem, teenagerům, dospělým, rodičům, všem příznivcům klubu Judo Dolní Kounice a Chrástalovi.

# 35. CHŘÁSTALŮV OBČASNÍK

*Prosinec 2022*



## Ahoj přípravko, žáci, veteráni, rodiče a všichni přátelé kounického juda!

Mí drazí, potažmo úplně nejdražší, jedineční, originální, chytrí, úžasní, skvělí, ohromní, bombastičtí a nejlepší přátelé. Už jste si mysleli, že začínám psát svůj chorobopis, pardon, životopis, že? No, vlastně jsem zadal Ctrl C a Ctrl V z prvních řádků mé stručné charakteristiky, někdy se hodí mít něco málo o sobě napsaného, zjednoduší to práci. Ale k věci...než vám mí podřízení redaktori tohoto božského plátku zavinšují na samotném konci k Vánocům a do nového roku, popřeji vám nejdříve já, Chřástal, osobně. Táááák:

Malí i velcí judisté, rodiče, prarodiče, příbuzní a všichni, kdo náš (=můj) oddíl a zejména mě (=Chřástala) máte rádi, vám všem přeji krásné

vánoční svátky a do nového roku vše nejlepší. Ani omylem si nemyslete, že vás opustím a přestanu vám schovávat v šatně oblečení a klíče od posilovny, ztrácet nářadí, vyfukovat míče a jiné úchvatné záludnosti. Nebojte se, nic takového se nestane, naopak ještě nějaké nové legrácky vymyslím, to vám slibuji na své modré peří.

V novém roce na viděnou. 😊 Zdar a sílu!

Přeji vám všem, dětem i dospělým, hezké čtení.

*Váš drahý Chřástal*




**TOTO SU JÁ!!!**

## Obsah čísla

1. Úvod.....	1	12. Pronájem dodávky.....	12
2. Tabulka tréninků.....	2	13. Mobilní aplikace JudoBox.....	13
3. Plánované aktivity prosinec – leden....	3	14. Posilovna.....	13
4. Adam Jakš a Petr Dvořák mistři ČR....	4	15. Judo Bazárek.....	15
5. Mistryně ČR Natálka Dvořáková.....	8	16. Fyzioterapeut M.Žváčková.....	15
6. Vánoční turnaj pro děti.....	8	17. Výsledky závodů a jiných akcí .....	16
7. Vánoční večírek pro dospělé.....	9	18. Letní soustředění Orlické hory.....	21
8. Vánoční fotbálek pro všechny.....	10	19. Letní judist'ák v Trboušanech.....	22
9. Bazén Blučina v novém roce.....	10	20. Přání do nového roku.....	23
10. Nezisková organizace BAKHITA... ..	11	21. Kontakty Judo Dolní Kounice.....	24
11. Nákup vybavení pro judo.....	11	22. Závěr ☺.....	24

## 2. Tabulka tréninků

	Tělocvična Trboušany						SKKP Brno Vodová
	Mini Judo	Benjamínci	Přípravka 2	Žáci	Pokročili (dorost, junioři, dospělí)	Dospělí	SKKP Brno Vodová
Pondělí		Judo 16,00 - 17,00	Kondice 17,00 - 18,00	Judo 18,00 - 19,00	Judo 18,00 - 19,30		Žáci závodníci 17,00 - 19,00
Úterý	Spidermani 16,00 - 16,45 ----- Želvy Ninja 17,00 - 17,45				Fitness 18,00 - 19,00	Rytmix 19,00 - 19,45	
Středa		Judo 16,00 - 17,00	Judo 17,00 - 18,00	Judo 18,00 - 19,00	Judo 18,00 - 19,30		
Čtvrtek	Bazén - všichni členové juda a jejich rodinní příslušníci 18,00 - 19,00						Dorost 17,30 - 19,00
Pátek	Cipísci 16,00 - 16,45		Judo 17,00 - 18,00	Judo 18,00 - 19,00	Judo 18,00 - 19,00 ----- Fitness 19,00 - 19,45		

- **Bazén Blučina:** 12.1., 26.1., 9.2., 23.2., 9.3., 23.3., 13.4., 27.4., 11.5., 25.5., 8.6.  
**Bazén je pro všechny členy a jejich rodinné příslušníky zdarma. Využijte toho. Kartičky 2023 budou k mání po skončení Vánočního turnaje. Poté kdykoliv na tréninku u Natálky.**

**„... TAK JAKO NEEEXISTUJE ČASOVÉ OMEZENÍ "CESTY" / DO /, NEEEXISTUJE ZAČÁTEK A KONEC TRÉNINKU ...“**

## 3. Plánované aktivity PROSINEC 2022 a začátek nového roku 2023

### • Závody prosinec

10.12. Mistrovství Moravy mláďat ( U9 a U11, Veselí nad Moravou)

11.12. Adventní pohár Praha (U11, U13, U15 a veteráni, odjezd 10.12.)

17.12. Vánoční turnaj Trboušany (všichni)

Závody v příštím roce najdete v aplikaci Sportlyzer a v kalendáři klubu, budeme postupně doplňovat.

### • Závody leden

14.1.-15.1. Bielsko-Biala (zůstáváme na kemp)

### • Randori

Rozpis na příští rok bude v aplikaci Sportlyzer a v kalendáři.

### • Soustředění a tréninkové srazy

3.12. Tréninkový sraz Brno (U13 a U15)

### • Jiné aktivity

5.12. Mikuláš na tréninku v Trboušanech

17.12. Vánoční miniturnaj a vánoční besídka

27.12. Vánoční fotbalík v hale Pohořelice

Leden 2023 – prosinec 2023...bazén Blučina



## 4. Adam Jakš a Petr Dvořák

# MISTŘI REPUBLIKY

Dorostenec Adam Jakš a starší žák Petr Dvořák se v sobotu 5.11.2022 zúčastnili Mistrovství ČR dorostu. Dokázali to, co ještě nikdo v historii našeho klubu nedokázal. Oba se stali ve svých váhových kategoriích mistry ČR pro rok 2022. Předvedli pěkné výkony, připsali si do svých paměti cenné skalpy svých soupeřů. Ukázali judo, za které se nemusí stydět.

Adam je prvním rokem v kategorii dorost a Petr je starší žák, o to víc jsou tyto zlaté medaile cennější. Díky těmto skvělým výsledkům dosáhl ODDIL JUDO DOLNI KOUNICE na první příčku mezi 71 kluby z celé České republiky.

Trenéři, rodiče chlapců a jejich rodinní příslušníci, děti z oddílu, my všichni jsme na kluky velmi pyšní a právem hrdí. Judo je o rychlosti, síle, taktice, načasování správné techniky, drilu, soustředění a zároveň neustálém přemýšlení, jak uvedené faktory skloubit dohromady a použít proti soupeři. Kluci na mistrovství využili všechny zmíněné schopnosti a dovednosti z tréninků a z mnoha předchozích turnajů.

Náš oddíl klukům děkuje, gratuluje a věříme, že tento úspěch kluky nastartuje k dalším skvělým výkonům a že jim zajistí místo v dorostenecké reprezentaci v následujících obdobích. Kluci jsou vzorem a motivací našich mladších sportovců. Ještě jednou gratulujeme a přejeme hodně zdarů!



# Rozhovor s mistry republiky

## Adamem Jakšem a Petrem Dvořákem

Přečtěte si autentický rozhovor s našimi novopečenými mistry republiky. Otázky pokládal trenér Michal Sajaš.

### Adam Jakš

MS: Jak dlouho děláš judo?

AJ: Už to bude něco přes 10 let 😊.

MS: Kdo tě přivedl do juda?

AJ: Taťka.

MS: Jak vypadaly tvé začátky, vždy se ti dařilo?

AJ: Ani ne, první medaili jsem získal až po půl roce ježdění na závody, potom ale přišel zlom a začal jsem sbírat medaile.

MS: Byly určité chvíle, kdy se ti nechtělo na trénink nebo na závody, jak jsi to řešil?

AJ: Na trénink se mi občas nechce ani teď 😊, ale dřív to za mě řešil taťka, řekl, že se mi chce a bylo po problému. Teď mě žene hodně to, že můžu potkat svoje kamarády a nechci dostat telefonát od jednoho pána 😊.

MS: Jak často trénuješ na tréninku a doma?

AJ: Trénink mám 7x týdně, a popravdě doma netrénuju skoro vůbec, občas maximálně zajdu do posilovny.

MS: Tvůj největší úspěch?

AJ: Účast na Evropském poháru kadetů v Teplicích a titul Mistra České Republiky U18.

MS: Jaké byly pocity po vyhraném finále na MČR dorostu?

AJ: Bylo to něco úžasného, zvlášť když to bylo doma v Brně, ta atmosféra a podpora kamarádů, trenérů, rodičů a dokonce i některých učitelů opravdu šla znát.

MS: Co si myslíš o podílu rodičů a trenérů na tvém úspěchu?

AJ: Nebýt mých rodičů, kteří mě všude vozili a stále vozí, podporují mě a často kvůli mně obětují spoustu volného času, nebyl bych tam, kde jsem teď. Podobně je to u mých trenérů, tolik závodů, co se mnou objeli, a trpělivost, jakou se mnou měli, opravdu je za to obdivuju, ten podíl je za mě 50/50.

MS: Co bys poradil začínajícím judistům – návod na úspěch.

AJ: Chodit na ty tréninky a jezdit co nejvíce po závodech, vím, že se většinu času nebude chtít, ale ten pocit

toho vítězství za to opravdu stojí.

MS: Kontrolní otázky, kdo je nejúspěšnějším klubem v kategorii dorostenců na MČR jednotlivců za rok 2022, kolik lidí měl klub k tomuto úspěchu na mistrovství k dispozici, kolik z těchto lidí bylo zlatých?

AJ: Ten nejlepší klub JDK, 2 lidi, 2 zlata.



## **PETR DVOŘÁK**

MS: Jak dlouho děláš judo?

PD: 8 let

MS: Kdo tě přivedl do juda?

PD: Do juda mě přivedl můj kamarád Štěpán.

MS: Jak vypadaly tvé začátky, vždy se ti dařilo?

PD: Ani ne, spíš jsem prohrával.

MS: Byly určité chvíle, kdy se ti nechtělo na trénink nebo na závody, jak jsi to řešil?

PD: Ano byly. Prostě jsem přišel a nějak jsem to vydržel.

MS: Jak často trénuješ na tréninku a doma?

PD: Každý den kromě neděle. Na tréninku 5x týdně, doma každý den mimo neděle posiluji s vlastním tělem.

MS: Tvůj největší úspěch?

PD: 1.místo na MČR dorostenců.

MS: Jaké byly pocity po vyhraném finále na MČR dorostu?

PD: Hned po tom zápase jsem to zas až tak moc neprožíval, až potom mi došlo, co jsem vlastně dokázal.

MS: Co si myslíš o podílu rodičů a trenérů na tvém úspěchu?

PD: Nikdy bych do juda nechodil, kdyby mě v tom nepodporovala moje maminka. A nikdy bych zdaleka nedosáhl takových výsledků, kdybychom neměli tak skvělého trenéra jako je Michal.

MS: Co bys poradil začínajícím judistům – návod na úspěch?

PD: Nic si nedělejte z toho, že se vám každé závody nevydají, hlavní je vydržet u toho.

MS: Kontrolní otázky, kdo je nejúspěšnějším klubem v kategorii dorostenců na MČR jednotlivců za rok 2022, kolik lidí měl klub k tomuto úspěchu na mistrovství k dispozici, kolik z těchto lidí bylo zlatých?

PD: JDK, 2, 2





## 5. Mistryně republiky Natálka Dvořáková

Dne 24.9.2022 naše trenérka Natalija Dvořáková v Praze na Mistrovství ČR veteránů stanula na stupni vítězů, ve své váhové kategorii vybojovala skvělé první místo! Náš oddíl děkuje za reprezentaci klubu a gratuluje!



## 6. Vánoční turnaj pro děti v Trboušanech

Tento trénink bude mimořádný nejenom tím, že se uskuteční v sobotu, ale zejména tím, že bude posledním tréninkem před vánočními prázdninami. A jak ho učinit ještě více neobvyklým? ☺ Jedině pořádným turnajem! Pojďme na podrobnosti... ☺

**Kdy:** sobota 17.12.2022.

**Kde:** sál kulturního domu v Trboušanech (nad tělocvičnou).

**V kolik:** zahájení v 9,00 hod.

**Kdo závodí:** benjamínci, přípravka, žáci a .... že by i veteráni??? ☺

**Co s sebou:** bez kimona ani ránu ☺.

**Glogloglo:** pitný režim pro děti i dospělé zajistíme ☺.

**Sportlyzer:** Kdo ze závodníků dosud není přihlášen v systému Sportlyzer, učinite tak, prosím, neprodleně. Přihlásíte-li závodníky včas, budeme se moci připravit na rozdělení dítek do jednotlivých kategorií a celkově budeme šťastni. ☺



**Uvítáme jakoukoli pomoc s přípravou na turnaj, vánoční večírek a pomoc s úklidem po večírku následující den.**

**Domluva mezi trenéry a dospěláky z juda bude v pondělí 12.12.2022 od 18.00 hod v tělocvičně v Trboušanech. DĚKUJEME!!!**

P.S. Chrástal bude po celou dobu domluvy, přípravy a úklidu odklizen na bezpečné místo. Nikomu v tu dobu nic neschová, nepolije nikoho dehtem a nevyválí v peří, nikoho nesežere, nepos\*\*\* (neposílá do háje, což? 😊), neprokleje a dokonce ani nepropíchně rohem jednorozce. Doufejme. 😊



## **7. Vánoční večírek v Trboušanech pro dříve narozené**

Milí rodiče, trenéři, členové juda, zveme vás na vánoční večírek, párty, mejdan, zábavu, pařbu, čaj, muziku, tancovačku, nebo, chcete-li, schůzi všech dospělých přátel juda a jejich přátel. 😊

**Kdy se tato důležitá akce uskuteční?** V sobotu 17.12.2022.

**V kolik máte dorazit?** Ideálně kolem 18,00 hod.

**Co s sebou?** Drobné peníze na občerstvení.

**Obžerstvení?** Alko, nealko a též něco dobrého k snědku např. guláš nebo řízečky.

Chcete-li si něco malého k občerstvení přinést z domova, samozřejmě, bez problémů ano.

**Co bude na programu?** Posezení u živé hudby, tanec, zpěv, ... prostě sranda. 😊

Těšíme se na vás!!



## 8. Vánoční fotbálek úterý 27.12.2022

Děti, rodiče, trenéři, členové klubu a všichni přátelé našeho oddílu,

zveme vás všechny na tradiční vánočně-novoroční fotbálek. Cílem je vyběhat vánoční cukroví a kapříka.



Kde? **Sportovní hala Pohořelice**

Kdy? **Úterý 27.12.2022**

V kolik? **16,00 hod (konec v 18,00 hod)**

**Pravidla:** 2 branky, 1 balon, fair play a hlavně se nezranit.

Sejdeme se ve Sportovní hale v Pohořelicích cca 15 min předem a rozlosujeme se do družstev. Hrát budeme s vědomím, že vždy je někdo vítěz a někdo poražený a jde nám tedy především o aktivní odpočinek, naladění do formy do nového roku, o společnou hru dětí a dospělých a zejména o srandu. ☺ Všichni rodiče jsou zváni. Těšíme se na vás!!!



## 9. Bazén Blučina

I v novém roce můžeme zrelaxovat každých čtrnáct dnů v blučinském bazénu.

Pro všechny členy oddílu a jejich rodinné příslušníky **ZDARMA**.

Tato akce není organizovaná, doprava po vlastní ose, rodiče se starají o své děti sami.

**Termíny na rok 2023 – čtvrtky, vždy od 18.00 do 19.00 hod.**

12.1., 26.1., 9.2., 23.2., 9.3., 23.3., 13.4., 27.4., 11.5., 25.5., 8.6.,

21.9., 12.10., 26.10., 9.11., 23.11., 7.12.

Co s sebou kromě plavek 😊:

- **kartičku na bazén - předložíte u pokladny, paní si musí zapsat číslo kartičky.** Na jednu kartičku může jít celá rodina. Pro všechny registrované členy k vyzvednutí u Natálie Dvořákové. Pozor, stará kartička už není platná!
- malé děti rukávky.
- Adresa: [www.krytybazenblucina.cz](http://www.krytybazenblucina.cz), Na Lázních 620, Blučina



**NEZAPOMEŇTE SI KARTIČKU DO BAZÉNU VYZVEDNOUT!!!**

## **10. Přispějme na dobré účely neziskové společnosti BAKHITA s.r.o.**

Náš oddíl JUDO DOLNÍ KOUNICE chce pomáhat lidem v tísní a přispívá neziskové organizaci BAKHITA o.p.s. dary věnovanými členy z našeho klubu.

**Kdo je a čím se společnost BAKHITA o.p.s. zabývá?** BAKHITA o.p.s. je dobročinná organizace zaměřená na pomoc lidem v těžkých životních situacích. Služby společnosti jsou zdarma a nenárokové.

Organizace vede šatník pro potřebné maminky a děti, sklad s nábytkem a řeší i příležitostnou potravinovou a materiální pomoc.

Více o podpoře zde: <https://www.bakhita.cz/>

**Můžete-li pomoci, šaty, boty a jiné věci, které jste se rozhodli darovat, přineste v tašce k nám do juda v Trboušanech. Tašku předejte Natáliji Dvořákové nebo Michalovi Sajašovi. Oni již zásilku doručí společnosti BAKHITA, která věci již poskytne potřebným.**

Nezisková organizace BAKHITA a JUDO DOLNÍ KOUNICE všem dárcům děkuje za pomoc, za poskytnutí šatstva rodinám, osamělým matkám a potřebným dětem.

**DĚKUJEME!**

## **11. Nákup vybavení pro judo**

### **Kimona**

Pokud potřebujete kimono, můžete se obrátit na Natáliji Dvořákovou (kontakt viz zadní strana zpravodaje), která vám s pořízením kimona ráda pomůže. V nabídce jsou i kimona s IJF certifikací.

## 12. Pronájem dodávky pro členy oddílu JUDO DOLNÍ KOUNICE

Milí judisté,

máte možnost na stránkách [www.judoboxes.cz](http://www.judoboxes.cz) zasílat své poptávky na pronájem devítimístné dodávky na výlety, dovolené, svatby, večírky apod.

**Členové našeho oddílu (rodiče) mají speciální ceny a podmínky:**

Sazba: 800,- Kč/den

Krátkodobý pronájem do 4 hodin: 400,- Kč

Vratná kauce 5.000,- (min. spoluúčast na pojištění v případě nehody).

Bez omezení najetých kilometrů.

Stačí řidičský průkaz skupiny B.

Dálniční známka ČR, Slovensko, Rakousko (mimo placené mýtné úseky v Rakousku) v ceně.

Přebíráte uklizené s plnou nádrží a stejně vracíte.

Spotřeba cca 7,1l/100km. Dojezd s plnou nádrží cca 1100 km.

Smlouva je psána vždy na řidiče, nelze půjčovat dále.

Podmínkou poskytnutí speciální slevy jsou uhrazené klubové členské příspěvky na aktuální rok.

Do poznámky k poptávce vždy uvádějte: JSEM ČLENEM ODDÍLU JUDO DOLNÍ KOUNICE = JMÉNO

V případě zájmu rezervujte včas, zejména na období prázdnin.



## 13. Mobilní aplikace JudoBox

Pro potřeby judistů jakéhokoliv věku jsme vyvinuli mobilní aplikaci JudoBox, která obsahuje všechny potřebné informace o judu.

Jedná se o pomůcku, která usnadní dětem i dospělým orientaci ve složitém systému technik a názvosloví. Judobox je také vhodný pro přípravu ke zkouškám na vyšší kyu.

Aplikace Judobox je určena pro zařízení s Androidem

Pokud máte jako členové oddílu Judo Dolní Kounice o aplikaci zájem, kontaktuje přímo Michala Sajaše nebo Natáliji Dvořákovou – obdržíte od klubu **ZDARMA dárkový kód**, který si uplatníte ve svém obchodě Google play.

Pokud se rozhodnete pro nákup aplikace Judobox, můžete ho stahovat ve svém Obchodě Google play. Pokud nebudete mít zařízení s Androidem, tak nabízíme i papírovou verzi aplikace, kterou si můžete pořídit objednávkou u trenérů. Určitě by se jednalo o také hezký dárek k vánocům nebo narozeninám.

Podívejte se náš FAN SHOP (<http://chrastal.judokounice.eu/userFiles/nabidka-pro-cleny-1.pdf>).



## 14. Posilovna

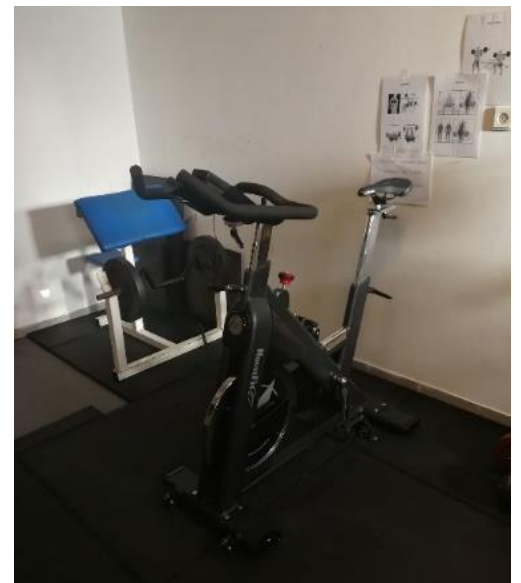
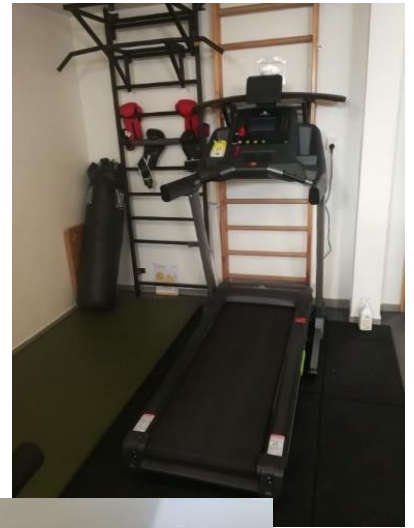
Judisté a rodiče dětí, kteří zrovna čekáte na trénující děti, posilovna je vám k dispozici, samozřejmě zdarma.

V posilovně mohou cvičit max 2-3 osoby, je nutné tedy dodržovat časový harmonogram. Ohledně časového rozvrhu kontaktujte Michala Sajaše, 724 342 299.

Během tréninků juda je posilovna rezervována pro členy oddílu a jejich rodinné příslušníky. Mimo tréninky juda se, prosím, domluvte na vstupu s Obecním úřadem Trboušany.

V posilovně každý cvičí na vlastní odpovědnost.

Prosíme uživatele posilovny o udržování pořádku.



## 15. JUDO Bazárek

Kdo z vás chce prodat nebo naopak koupit kimono, teplákovku, pásek nebo cokoli jiného, neváhejte, a napište na email [chrastal@judokounice.eu](mailto:chrastal@judokounice.eu) .

Uveďte, **co prodáváte či poptáváte, velikost, cenu, kontakt na sebe (mail nebo telefon)**. My nabídku a poptávku zveřejníme každý měsíc do „Chřástala“, na jejímž základě už jistě oblečení atd. najde svého majitele.



## 16. Fyzioterapeut v Brně

### Mgr. et Bc. Michaela Žváčková



Míša je dlouholetá aktivní judistka, která se stará o judisty SKKP Brno. Zabývá se preventivní a léčebnou rehabilitací v oblasti funkčních poruch a bolestivých stavů pohybového aparátu, rehabilitací poúrazových a pooperačních stavů pohybového aparátu a fyzioterapií ruky. V oblasti fyzioterapie ruky vyrábí termoplastové dlahy na míru.

<https://zvackova-rehabilitace.webnode.cz/>



# 17. Výsledky závodů a jiných akcí

## 1) Září 2022

- Dne 27.8.2022 dva naši veteráni, Natalija Dvořáková a Karel Uzel, zabojovali o medaile na **Mezinárodní velké ceně Sokol Bratislava Masters**. Natalija Dvořáková s přehledem vyhrála první místo v nage waza (boj v postoji) a Karel Uzel v náročných zápasech vybojoval dvě krásné bronzové medaile v nage waza (boj v postoji) a ne waza (boj na zemi). Oba dva naši trenéři předvedli perfektní výkony, gratulujeme!
- Svou výbornou formu nám potvrdil dne 4.9.2022 Adam Jakš. Na mezinárodním turnaji v Polsku **Cracow Judo Open 2022** vyhrál ve své váhové kategorii první místo. Gratulujeme, zlatý kov je právem zasloužený.
- Další mezinárodní turnaj se konal v Brně, **Mizuno Cup Brno**, 10.9.-11.9.2022. Tento turnaj byl zároveň nominačním turnajem na Přebor České republiky. Starší žáci a dorostenci poměřili své síly nejenom s českými soupeři, ale také se závodníky silných týmů z Maďarska, Polska, Slovenska, Chorvatska, Slovinska, Norska, Belgie, Ukrajiny, Rakouska, Itálie a Lucemburska.
- Petrovi Dvořákovi se podařilo vybojovat skvělé třetí místo, gratulace! Po závodech se naši svěřenci zúčastnili tréninkového kempu pořádaného organizátorem turnaje.



## 2) Říjen 2022

- Turnaj Velká cena Adamova se konal 24.9.2022 a výsledky byly následující: zlaté medaile vybojovali Adam Bauer, Lucie Dvořáková, Michal Štrubl a Vít Veselý, stříbro vyhráli Kristýna Dvořáková a Matěj Veselý a bronzovou medaili získali David Hornák a Tobiáš Štrubl.
- V ten samý den, 24.9.2022, naše trenérka Natalija Dvořáková v Praze na Mistrovství ČR veteránů stanula na stupni vítězů, ve své váhové kategorii vybojovala skvělé první místo! Náš oddíl děkuje za reprezentaci klubu a gratuluje!
- Dne 8.10.2022 proběhlo v brněnské tělocvičně SKKP Brno postupové kolo dorostenecké ligy. Oddíl SKKP Brno z našeho klubu reprezentovali Petr Dvořák a Adam Jakš. Tým SKKP Brno postoupil do finále. Gratulace!
- V sobotu 15.10.2022 se pořádal turnaj v Tvrdomicích. Ve svých váhových kategoriích zlatou medaili vyhráli Vít Veselý, Kristýna a Lucie Dvořákovy, stříbro vybojovali Adam Bauer, Miroslav Korber a Matěj Veselý. Třetí místo získali Daniel Badin, David Hornák, Jan Kulíšek, Tobiáš Štrubl a Tomáš Vaculík.
- Následující den, v neděli 16.10.2022, se v Hradci Králové konal Přebor České obce sokolské. Z tohoto dne máme tři přeborníky, Kristýnu a Lucii Dvořákovy a Petra Dvořáka. Gratulujeme!

### Jiné aktivity

- Ve středu 5.10.2022 vedl v naší domovské tělocvičně v Trboušanech trénink přípravy Zdeněk Trávníček, trenér Regionálního výběru žáků Jihomoravského kraje. Děkujeme za kvalitně odvedený trénink a těšíme se opět příště.
- V sobotu 8.10.2022 náš oddíl JUDO DOLNÍ KOUNICE zorganizoval ve Sportovní hale v Pohořelicích CHŘÁSTAL JUDO CAMP 2022. Celodenního tréninku se zúčastnili mladší a starší žáci nejen z našeho oddílu, ale i z dalších oddílů Jihomoravského kraje. Trénink proběhl pod vedením zkušených trenérů: Tomáš Knápek, reprezentant ČR, který se jako sparing partner podílel na přípravě zlatého Lukáše Krpálka v Riu a v Tokiu. Dále Radim Knápek, reprezentant ČR, ředitel JUDO HEROES CAMP a účastník světových policejních her 2017 a 2019. Třetím trenérem byl Lubomír Sotulář, bývalý reprezentant ČR a účastník světových policejních her 2017 (4. místo). Děkujeme všem trenérům za perfektně odvedený trénink. Děti si z něj odnesly spoustu nových podnětů, jenž jistě využijí při následujících závodech.
- **Přebor České republiky mladších a starších žáků**  
Na Přebor ČR republiky mladších a starších žáků, který se uskutečnil 22.10.2022 a 23.10.2022, postoupil z mladších žáků Miroslav Korber, Michal Štrubl a Matěj Veselý. Ze starších žáků postoupil Petr Dvořák a Viktorie Romanová.





### **3) Listopad 2022**

- **Petr Dvořák a Adam Jakš jsou mistři České republiky!**

Děkujeme klukům za skvělou reprezentaci! Vše o Mistrovství dorostu se dočtete v tomto čísle na str. 4.

- Ve dnech 22.10. a 23.10. 2022 se uskutečnil Přebor ČR v Mladé Boleslavi, kde v kategorii mladších žáků se Matěj Veselý umístil na 9. místě a Petr Dvořák získal stříbrnou medaili v kategorii starších žáků.
- Adam Jakš se dne 23.10.2022 zúčastnil mezinárodního turnaje Koroška open (Slovinsko) a vybojoval krásnou stříbrnou medaili. Gratulujeme všem.
- Dne 6.11.2022 startoval Petr Dvořák za SKKP Brno na Přeboru ČR starších žáků družstev. Za páté místo týmu SK KP Brno gratulujeme!
- Mezinárodního turnaje dne 11.11.2022 se v polské Poznani s výběrem ČR kategorie U15 zúčastnil náš reprezentant Petr Dvořák, který ve své váhové kategorii obsadil skvělé třetí místo.
- Dne 19.11.2022 v Karviné Matěj Veselý dokázal vybojovat 3. místo. Viktorie Romanová předvedla zase lepší výkony, snažili se Michal Štrubl, Mírek Korber i Petr Korber. Na další medaili to však nestačilo. Tak uvidíme příště 😊
- Adam Jakš a Petr Dvořák se v neděli 20.11.2022 zúčastnili finálového kola dorostenecké ligy s týmem SK KP Brno v Praze – družstvo SK KP Brno vybojovalo krásnou bronzovou medaili. Gratulujeme!
- V sobotu 12.11.2022 jsme zorganizovali pro dorost, veterány a rodiče z našeho oddílu seminář reálné sebeobranu pod vedením zkušeného trenéra a pedagoga Radka Čecha z SKP Seitendo Opava. Za perfektně odvedený seminář děkujeme!



# 18. Letní soustředění v Orlických horách

12.8.- 19.8.2023



## LETNÍ SOUSTŘEDĚNÍ JUDO DOLNÍ KOUNICE

**PRO DĚTI OD 7 LET**

**12. - 19. SRPNA 2023**

VYPLNĚNOU PŘIHLÁŠKU ODEVZDEJTE PROSÍM  
TRENÉRŮM

DO 27.1.2023

ZÁROVEŇ S PŘIHLÁŠKOU BUDEME VYBÍRAT ZÁLOHU  
2000 KČ



**KAPACITA 34 DĚTÍ**

**CENA: 4500/POBYT**



**ORLICKÉ HORY**

# 19. Letní judist'ák v Trboušanech

10.7.-14.7.2023

10.7.- 14.7.2023

# Letní judist'ák

pro Benjamínky a  
Přípravku

- \* JUDO
- \* SPORTOVNÍ HRY
- \* KONDICE
- \* ZÁBAVA
- \* LETNÍ NOC
- \* VÝLETY
- \* ZKUŠENÍ TRENÉŘI

**VYPLNĚNOU PŘIHLÁŠKU ODEVZDEJTE PROSÍM  
TRENÉRŮM**

**DO 27.5.2023**

**ZÁROVEŇ S PŘIHLÁŠKOU BUDEME VYBÍRAT  
ZÁLOHU 1000 KČ**

**KAPACITA 35 DĚTÍ**

**CENA  
2000 KČ.**

## 20. Na závěr posledního chrástalovského občasníku roku 2022...

... JUDO DOLNÍ KOUNICE PŘEJE DĚTEM,  
RODIČŮM, TRENÉRŮM A VŠEM  
PŘÁTELŮM JUDA  
HEZKÉ A VESELÉ VÁNOCE!!!

Děkujeme vám všem za podporu a pomoc  
v našem oddíle. Do nového roku vám  
přejeme pevné zdraví, hodně radosti, lásky  
a pády jen a pouze na tatami.

Šťastný nový rok!!!





## 21. Kontakty Judo Dolní Kounice

Trenér a předseda  
spolku

Michal Sajaš

724 342 299

sajik@judokounice.eu

Trenérka juda

Natalija Dvořáková 776 336 490

natalija.smajlik@gmail.com

Hlavní spojka mezi kontinenty:  
lidské osazenstvo klubu versus Chřástal

Jitka Korberová 732 710 549

jitka.korberova@seznam.cz

Nejvyšší šéf redakce Chřástal

Chřástal...Nemá telefon. Ale mezi  
jeho kamarády patří poštovní  
holub a Krakonošova sojka. Zkuste  
je kontaktovat, zprávu jistě Chřástalovi  
předají.

chrastal@judokounice.eu

## 22. A Chřástalem všechno začíná a končí...

