



Dobry den,

čas velmi rychle utika, uz je tu zacatek mesice listopadu a s nim taky nas newsletter.

V novych informacich najdete odkaz na prihlasku na podzimni technicke soustredeni v Teplicich (uz zbývá pár dnů než bude uzavřena), kalendář hlavních soutěží v listopadu, poslední výsledky našich závodníků, aktuality z činnosti našeho klubu nebo odkaz na nabídku našich partnerů.

www.judo.cz

**Podzimní technické soustředění
22.–24. 11. 2024 TEPLICE**

Ještě nejste vy nebo vaše ratolest přihlášení na technické soustředění v Teplicích? Tak neváhejte, na přihlášku máte posledních pár dnů. [Přihlaste se](#) nejpozději do 15. 11. 2024. Kapacita je omezena.

[ONLINE Přihláška](#)



Závody a akce klubu

<p>10.11.</p> <p></p> <p>Mistrovství ČR U16</p> <p>Pro kategorie U16 dívky/ chlápci</p>	<p>16.11</p> <p></p> <p>Dovednostní soutěž pro začínající závodníky – Kralupy</p> <p>Mladata U8 / U10 a U12 dívky a chlápci</p>	<p>30.11</p> <p></p> <p>Turnaj města Berouna</p> <p>Pro kategorie U10, U12, U16, U18</p>
--	--	---

Na závody se prosím přihlašte přes trenérku Evu 603 758 771, SMS zprávou nebo WhatsApp.

Účast na závodech

Poslední říjnový týden se Matěj, Markéta a Ela zúčastnili závodů v Jablonci o Samurajskou katanu. Holky se praly skvěle a Maki si odvezla zlatou medaili a Ela po neskutečných bojích vybojovala stříbrnou medaili. Skvělý trénink na republiku. Matěj měl opět těžký los a dvakrát se mu nezadařilo. Přistě už tu určitě vyjde! Všem třem děkujeme za skvělou reprezentaci klubu.



V neděli 20. října proběhly závody družstev pro nejmenší judisty. Sešla se skvělá parta a všichni si domů odnesli zasloužené medaile. Všem moc gratulujeme a děkujeme za reprezentaci našeho klubu. Děkujeme také [Judo_Vršovice](#) za pozvání.



[Více Informací](#)

Oddílové informace

Ve středu 23. října proběhlo v našem Dojo zvyšování technických stupňů pro mírně pokročilé dětské judisty. Gratulujeme Ondřejovi Kulichovi, Marcu Casanovovi, Vincentu Chakloshovi, Marusovi Kotrbovi, Leovi Růžickovi a Krišpínovi Tůmovi k získání 6/5 Kyu. Trenérovi Petrovi Živnému ml. děkujeme za čas a úsilí, které věnoval všem dětem při náviku.



Od začátku nové sezony procvičujeme jak v dětských skupinách, tak s dospělými judisty. Chvat měsíce. V září jsme začali technikou *O-soto-otoshi*, v říjnu pokračovali technikou *Tai-otoshi* a v listopadu nás čeká technika *Sasae-tsirikomi-ashi*.



Správný judista by se měl neustále zlepšovat a překonávat nastavené cíle. Proto jsme pro sezonu 2024/2025 připravili speciální samostatný list do dětské Karty Závodníka. Každý judista si nyní může společně s trenéry nastavit, co bych chtěl dokázat, co se naučit a v jaké dovednosti se zlepšit. Kompletně vyplněná Karta závodníka rovněž slouží jako základní předpoklad k umožnění zkoušky zvyšování technických stupňů.

MOJE CÍLE SEZONA 2024/2025
Co bych chtěl dokázat, naučit se a zlepšit

Jméno	Příjmení	Rok narození
Současné Kyu		Cíl Kyu
Nové techniky Tachi-waza		
Nové techniky Ne-waza		
Kondice, obratnost		
Závody a ostatní		

Nabídky partnerů našeho klubu

Ziskejte zajímavé nabídky a slevy od našich partnerů. Okruh partnerů se budeme snažit dále rozšiřovat. Máte-li nějaké tipy, dejte nám, prosím, vědět.

Špičková křimona značky Ippon Gear pro děti i dospělé se **slevou 20%** a další sportovní vybavení nejen na judo, díky naší spolupráci s **obchodem**, si můžete zakoupit na www.sportecas.cz. V případě zájmu o další informace nebo slevový kód napište na roman.kadlec@judo.cz.



Potřebujete nové kolo, cyklo vybavení nebo servis kola? U našeho partnera www.mojekolo.cz máte zajímavé slevy (a to i na položky, které jsou aktuálně v akci). V případě zájmu nebo o další informace napište na roman.kadlec@judo.cz.



Dotazník pravidelné zpětné vazby

Neváhejte se vyjádřit k chodu klubu, tréninkovým jednotkám, vybavení Dojo, ale i k práci jednotlivých trenérů. Dotazník je otevřen pro vaše průběžné komentáře, postřehy a přání.

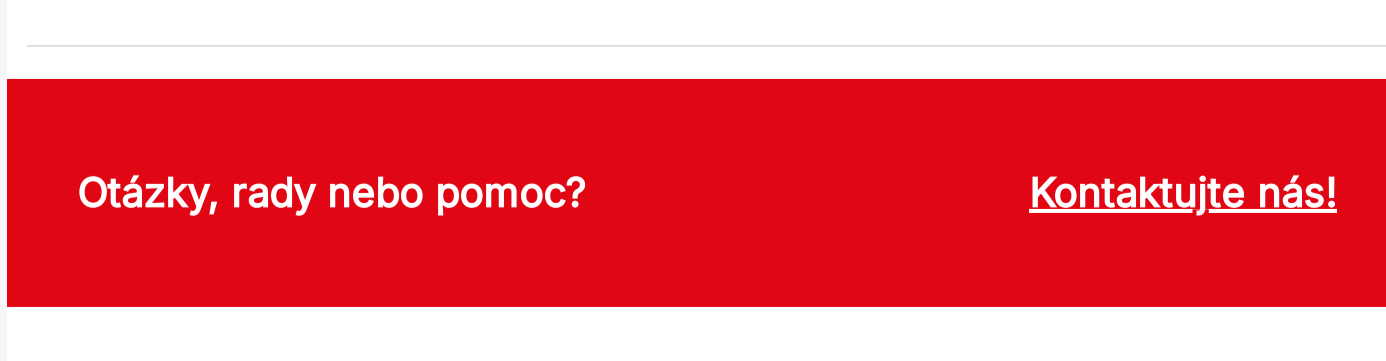
Pravidelná zpětná vazba je pro nás důležitá, společně můžeme dělat náš klub lepším.

[Dotazník zpětné vazby](#)

WhatsApp skupina pro rychlé a nejaktuálnější informace

Chcete mít ty nejaktuálnější informace o dění v klubu, akcích a všech novinkách? Přidejte se do informačního kanálu našeho klubu a nic vám neuteče.

[Přidejte se do skupiny](#)



NAJDETE NÁS TAKÉ



Adresa: Korunovační 29, 170 00 Praha 7 (budova Sokol, 3.patro)
www.judo.cz/judo
 Telefon: 00420 724 841 983
 Email: roman.kadlec@judo.cz
www.facebook.com/tatran-judoclub

V případě jakýkoli otázek se na nás neváhejte obrátit telefonicky, emailem nebo osobně. Tento email Vám byl zaslán na základně členství Vašeho dítěte nebo Vás v JC Tatran Praha.

ODHLASIT Z ODBĚRU