



Dobrý den,

už se blížíme do finále roku 2024 a s ním je tady náš poslední letošní newsletter.

Informaci pro vás máme spoustu, takže nic nenecháme a pustíme se do čtení. V newsletteru najdete rozpis tréninků do konce roku, přehled posledních závodů, fotografie z podzimního technického soustředění v Teplicích, výsledky našich závodníků, aktuality z činnosti našeho klubu nebo odkaz na nabídku našich partnerů.

Užijte si krásné Vánoce a na tatami se opět společně uvidíme od 6. ledna 2025.

www.judo.cz

Vánoční turnaj a rozpis tréninků do konce roku 2024

12. 12.
BABY judo - otevřená hodina pro rodiče

16. 12.
Vánoční turnaj pro děti
Dospěláky místo tréninku rádi uvidíme na posezení v restauraci [Na slámlíku](#) od 19:00

17. 12.
Začátečníci BASIC 2 - otevřená hodina pro rodiče

18. 12.
Začátečníci BASIC 1 - otevřená hodina pro rodiče
Děti - mírně pokročilí - ZRUŠENO
Dospěláci - běžný trénink od 18:00

19. 12.
BABY judo - ZRUŠENO
Děti i Dospěláci - běžné tréninky



Závody a akce klubu

14. 12.
Pražský adventní pohár

Pro kategorie U12, U14, U16, U18 a seniři

16. 12.
Oddílový vánoční turnaj

Oddílový vánoční turnaj, na který jsou zváni všichni rodinní příslušníci a kamarádi našich judistů

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

Účast na závodech

Také v měsíci listopadu se naši mladí judisté zúčastnili řady soutěží. Všichni skvěle reprezentovali a na tatami byli dobře vidět. Mezi nejhodnotnější výsledky patří páté místo Maky a sedmé místo Majdy na MČR U16. Všem gratulujeme k úspěchům a děkujeme za skvělou reprezentaci klubu.



Více informací

Oddílové informace

Za poslední tři měsíce se výborně zvládlo procvičit tři základní chvaty z 6/5 Kyu. V prosinci navážeme další zajímavou technikou, chvatem Q-goshi.



V rámci technického soustředění v Teplicích proběhlo obvyklé zvyšování stupňů technické dovednosti. Gratulujeme Kryštofu Dvořákoví, Mariánně Rozálie Al-Hamid, Martinu Andersovi, Simonu Bednářovi, Marku Dvořákoví, Edvinu Hácklovi, Ondřeji Kocourkovi, Markétě Koskové, Tomáši Kozákoví, Anežce Vojáčkové, Jakubu Vydrovi, Anabele Zubrové a Pierrerovi Chevallierovi k získání vyšších Kyu. Všem trenérům děkujeme za jejich úsilí a čas věnovaný všem judistům při ncviku.



Chceme neustále rozvíjet dovednosti a schopnosti všech našich judistů, a tak pravidelně investujeme do rozšiřování cvičebních pomůcek. V listopadu jsme zakoupili variabilní švédskou bednu, kettlebely, protahovací a posilovací gumy. Pro rozbor a sledování jednotlivých technik máme nyní také k dispozici dataprojektor.

Ale tím ještě zdaleka nekončíme. Již brzy budou v Dojo instalovány nové žebříky a rozšíříme i pomůcky pro nácvik sebeobran.



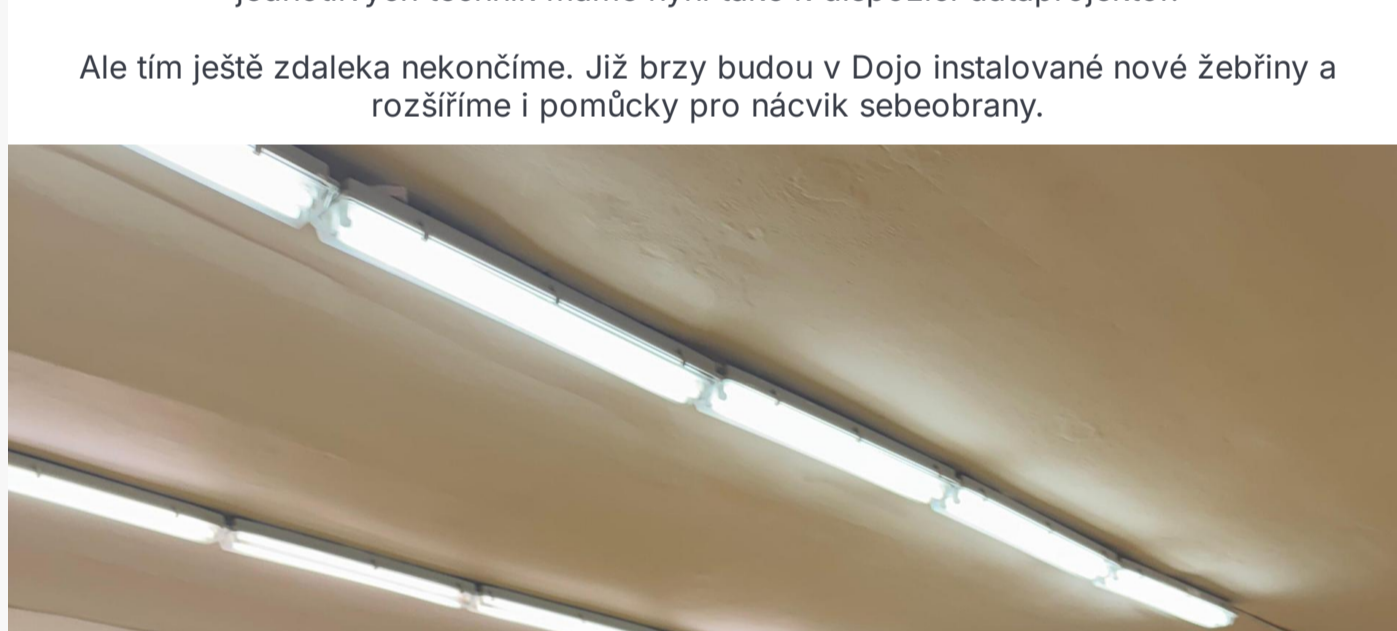
Podzimní technické soustředění bylo skvělé

V předposledním listopadovém víkendu proběhlo tradiční podzimní soustředění několika judistických oddílů z celé republiky. [Tatran Judo Club](#), [Judo Club Samuraj Praha](#), [Judo Club Raion-ryu Praha](#), [JUDO SKP Pisek](#) a [SK JUDO 1990 Strakonice](#). Všichni jsme si užili víkend plný nejen juda, ale i zábavy a přátelství. Už teď se těšíme na další, které proběhne na jaře.



Zimní čepice a nášivka na kimono

Od pondělí 16. 12. budou k zakoupení zimní čepice pro děti i dospělé. Dětská čepice stojí 250,- Kč a dospělá 350,- Kč. Stále také jsou k dostání nášivky na kimono, jedna stojí 200,- Kč. Pro zakoupení můžete kontaktovat jakéhokoli trenéra.



Nabízky partnerů našeho klubu

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

Špičková kimona značky Ippon Gear pro děti i dospělé se slevou 20% a další sportovní vybavení nejen na judo, díky naší spolupráci s obchodem, které jsou aktuálně v akci! Zakoupit na www.sportscas.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.mojebicyklo.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](#)

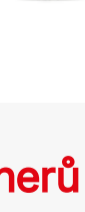
WhatsApp skupina pro rychlé a nejaktuálnější informace

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](#)

Otázky, rady nebo pomoc? [Kontaktujte nás!](#)

NAJDETE NÁS TAKÉ



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

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

ODHLASIT Z ODBĚRU