



Zdravíme vás všechny v novém roce. Vánoční svátky rychle utekly a můžete se opět těšit na pravidelné tréninky a společné akce. V našem dnešním pravidelném newsletteru najdete ohlednutí za Vánočním turnajem, vyhlášení TOP 10, přehled závodů v lednu, informace o novém YouTube kanálu i o změnách v pravidlech, aktuality z činnosti našeho oddílu nebo odkaz na nabídku našich partnerů. Těšíme se vás na prvních ledových trénincích!

www.judo.cz

Vánoční turnaj - skvělé výkony a ukázky juda pro rodiče

U nás v Dojo proběhl tradiční Vánoční turnaj a ukázky juda pro rodiče. Nasazení všech judistů i fandění rodičů bylo skvělé. Každý z našich mladých judistů se snažil v přátelských zápasech použít všechny techniky, které se za posledního půl roku naučil. K vidění bylo mnoho krásných ipponů a bojů v Ne-waza. Každý z judistů byl za svoji snahu odměněn jednou z oddílových cen. Věříme, že si to všichni užili.



Závody a akce klubu

<p>25. 1.</p>  <p>Memorial Ing. Beneše</p> <p>Pro kategorie U14, U16</p>	<p>26. 1.</p>  <p>Essimo cup I.</p> <p>Pro kategorie začátečnicků U8, U10, U12</p>	<p>1. 2.</p>  <p>Český pohár 2025 - USK CUP Praha</p> <p>Pro kategorie žen a mužů 2009 a starší</p>
---	---	--

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

Vyhlášení TOP 10 a ocenění Aidy Yaroščuk

Při Vánočním turnaji vždy vyhlášíme a oceňujeme nejlepších TOP 10 našich mladých judistů. Za rok 2024 bylo pořadí následující:

1. Markéta Kosíková - 775b.
2. Felix Koschik - 705b.
3. Matěj Dohnal - 600b.
4. Kryštof Dvořák - 575b.
5. Sandra Nováková - 445b.
6. Štěpán Brodský - 370b.
7. Marek Dvořák - 350b.
8. Jan Jakub Lukášek - 340b.
9. Oliver Bartakovič, Yorick Havel Hansen - 300b.

Všem oceněným gratulujeme a už se těšíme jak dopadne letošní rok.



Od září je naší členkou Aida Yaroščuk. Aida je nevidomá a jejím velkým snem je naučit se judo. To, co za pár měsíců s pomocí ostatních dětí a trenérů dokázala, je obdivuhodné. V rámci Vánočního turnaje Aida předvedla bezchybnou kompletní sadu technik 6/5. Kyu a její dovednosti byly oceněny žlutobílým páskem.

Aidě gratulujeme a děkujeme všem dětem i trenérům, kteří s Aidou pravidelně cvičí za jejich úsilí a neocenitelnou pomoc při nácviku.



[Více informací](#)

Oddílové informace

Už se pomalu blížíme do finále s technikami měsíce pro 6/5, a 5. Kyu. V lednu se budeme učít a zdokonalovat ve dvou technikách [Ko-soto-gari](#) a [De-ashi-harai](#).

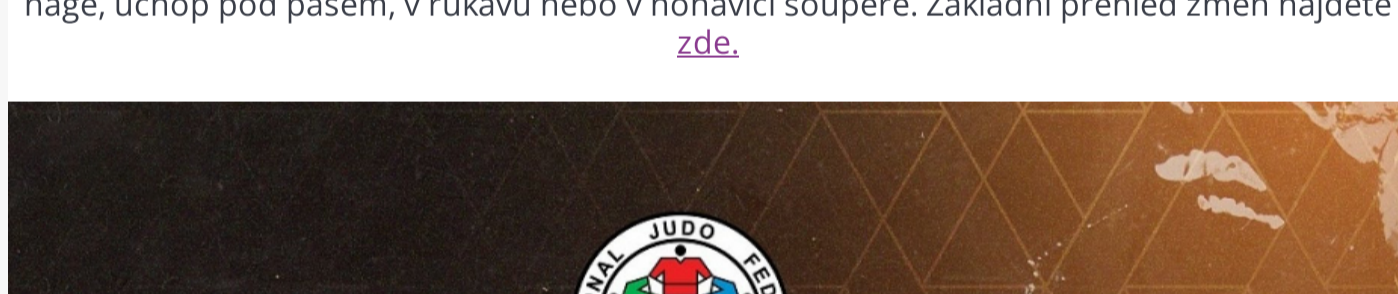


Od ledna se můžete těšit na náš [YouTube kanál](#), kde najdete množství zajímavých videí ze života a akcí oddílu, ale také ze světového juda i Kodokanu. Uvítáme všechny vaše návrhy, co byste rádi na našem YouTube kanálu chtěli contentovat.

[#SlowMotion](#) [#JudoAbuDhabi](#) [#Judo](#) [#SlowMotionRamp](#) [style="box-sizing: content-box; background-color: #5b5b5b; background-image: radial-gradient\(circle at center 50% 50%, #111711\), display: block; text-decoration: none;">>](#)



A protože každý správný judista by měl umět nosit své Judo Gi, vázat si pásek, pozdravit, znát a umět bezchybně provést všechny pády, připravili jsme pro vás pro procvičení a správné provedení ukázky z japonského Kodokanu.



Kongres IJF, který proběhl v prosinci, schválil úpravu pravidel a tak na nás čeká v novém roce řada důležitých změn. Například opětovné ohodnocení technik Yuko, povolání Reverse Seoi-nage, úchop pod pasem, v rukávu nebo v nohavici soupeře. Základní přehled změn najdete [zde](#).



Zprávičky

- Páskování pro dospěléky bude ve **středu 29.1.** během tréninku. Kdo bude zájem o složenou zkoušku se přihlásí Jardiovi.
- Platbu oddílového příspěvku na další pololetí prosím **uhraďte do 31.1.2025**. Částku, číslo účtu a QR pro jednoduchou platbu najdete [zde](#).
- Před vstupem do Dojo na levé straně je **nová nástěnka**. Budou zde umístěny důležité informace ohledně závodů, chodu oddílu, plateb...
- **Seznam trenérů pro jednotlivé tréninky** najdete vytištěný na nové nástěnce a ke stažení [zde](#).

Ještě nemáte zimní čepice a nášivku na kimono?

Naše nové zimní čepice jsou k dispozici a v případě zájmu můžete kontaktovat jakéhokoli trenéra. Dětská čepice stojí 250,- Kč a dospělá 350,- Kč. A kdo ještě nemá nášivku na kimono, může si ji zakoupit za 200,- Kč.



Nabídky partnerů našeho klubu

Ziskejte zajímavé nabídky a slevy od našich partnerů. Okruh partnerů se bude snažit dále rozšiřovat. Mějte-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, 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

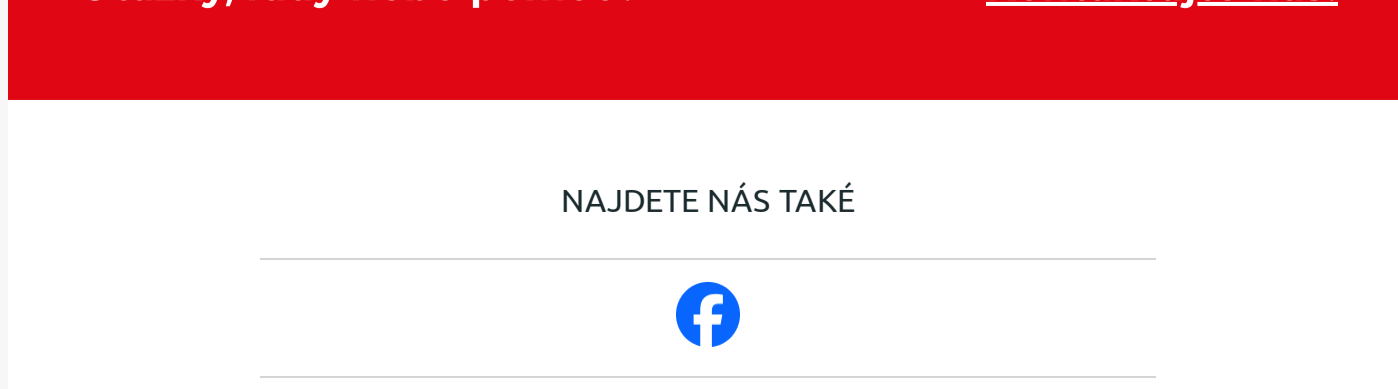
Neváhejte se vyjádřit k chodu klubu, tréninkovým jednotkám, vybavení Dojo, ale i k práci jednotlivých trenérů. Dotazník je otevřen pro vaše průběžné komentáře, postřehy a přání. Pravidelná zpětná vazba je pro nás důležitá, společně můžeme dělat náš klub lepší.

[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)
google.cz/maps
 Telefon: 00420 724 841 983
 Email: roman.kadlec@judo.cz
www.facebook.com/tatran.judo.club

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.
 ODHĚLISIT Z ODBĚRU