



Zdravíme všechny rodiče a tatranské judisty,

jako každý měsíc Vám přinášíme zajímavosti a informace ze života našeho klubu. Jarní technické soustředění v Teplicích se rychle blíží, jestli nemáte ještě přihlášku, tak neváhejte. Pro Ty, kteří si chtějí rozšířit teoretické znalosti juda máme náš YouTube kanál, včetně přehledu Technik měsíce. A jestli sháníte nové kimono nebo potřebujete na sezonu servis všeho kola, podívejte se do nabídky našich partnerů.

Krásné a pohodové Velikonoční svátky přejeme Vám všem.

www.judo.cz

**Jste již přihlášení?
Jarní technické soustředění
25.-27. 4. 2025 TEPLICE**

Jestli jste ještě nestihli vytvořit přihlášku na jarní technické soustředění, tak neváhejte. [Přihlaste děti nebo sebe nejpozději do 16. 4. 2025.](#) Kapacita je omezena.



[Přihláška](#)

Závody a akce klubu

<p>25.-27. 4.</p> <p>Jarní technické soustředění Teplice Pro všechny členy našeho klubu</p>	<p>3-4. 5.</p> <p>Trilobit Cup 2025 Pro kategorie od U8 do Muži/Ženy</p>	<p>4. 5.</p> <p>Master Class – trénink s Lukášem Krpálkem Pro kategorie od U14 do Veteránů</p>
---	--	--

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

Oddílové informace

V dubnu se v Technice měsíce zaměříme na správné provcivění [O-soto-gari](#) a [Harai-goshi](#). Všechny Techniky měsíce rovněž najdete společně s dalšími videi rovněž na našem [YouTube kanále @JudoClubTatranPraha](#)



Závodní sezona je v plném proudu a zejména naše nejmladší judistické naděje sbírají nové závodnické zkušenosti a první medaile. Gratulujeme a všem moc děkujeme za skvělou reprezentaci oddílu!



Český svaz judo

Evidenční karta
Přihláška do klubu
Lektor klubů
Přílohy rozhodčí
Dokumentace
Kontakt

Reprezentace Výsledky Kalendář Svaz Dokumenty Články

Anna Kroužková opět bronzová, tentokrát na evropském poháru v Lignanu

Tréninkový camp po EC Teplice úspěšně zakončen

Škoda triumfoval v Teplicích a podřkl nejúspěšnější ročník domácího evropského poháru

Zajímá Vás, co se děje v českém judo? Úspěchy našich reprezentantů nebo kompletní seznam judistických závodů? To vše najdete na stránkách Českého svazu judo.

[Český svaz judo](#)

Praktický seminář - Využážená strava a regenerace pro všechny zájemce z našeho klubu

V rámci spolupráce s Pavlem Provázkem, kondičním trenérem a výživovým specialistou dvojnásobného zlatého olympijského medailisty Lukáše Krpálka a dalších špičkových sportovců, máme možnost uspořádat cca dvouhodinový praktický seminář se zaměřením na využáženou stravu a regeneraci sportujících dětí i dospělých.

Jestli máte zájem o tento jedinečný seminář s praktickými ukázkami, potvrďte Váš předběžný zájem níže (na základě počtu přihlášených účastníků bude termín a čas upřesněn).

VYVŽÁŽENÁ STRAVA A REGENERACE S PAVLEM PROVÁZKEM

[Chtěl/a bych se zúčastnit](#)

Zprávičky

- EVIDENČNÍ karta závodníka** „karta Českého svazu juda“, která je platná vždy jen na kalendářní rok, po zaplacení příspěvku oddílu. Předkládá se v elektronické, či tištěné podobě, při vážení a registraci závodníků. Oddíl (Eva Kocourková) posílá vždy na začátku kalendářního roku všem dětem, které chtějí závodit. (pokud jste nedostali nebo chcete např. změnit fotku, která by měla být aktuální a „přukazová“, **ozvěte se Evě na tel 603 758 771.**
- Chcete náš oddíl nějakým způsobem podpořit? Oceníme reklamní materiály či zajímavé věci, které můžeme rozdat dětem na našich soustředěních a závodech jako ceny. V případě Vašeho zájmu se prosím ozvěte předsedovi oddílu Romanu Kadlecovi na roman.kadlec@judo.cz.
- Tréninky před Velikonoce - **čtvrtek 17.4.** a na sváteční Velikonoční **pondělí 22.4.** [jsou zrušeny](#). Užijte si pohodové sváteční dny volna.

Nabídky partnerů našeho klubu

Získejte 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, 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 kol? Nyní, před novou cyklistickou sezónou je ten správný čas. U našeho partnera www.mojekolo.cz máte zajímavé slevky (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

Nevádejte 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 budeme dělat náš klub lepším.

[Dotazník zpětné vazby](#)

WhatsApp skupina pro rychlé a neaktuálnější 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](https://www.google.cz/maps)
 Telefon: 00420 724 841 983
 Email: [roman.kadlec\(at\)judo.cz](mailto:roman.kadlec(at)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