

**Jako každý rok, využíváme volný sváteční den k prodloužené akci – jarní kemp.**  
**Rodiče, již vědí, jak jsou kempy důležité pro růst dítěte, proto si plánují rodinné akce**  
**tak, aby nezasáhly do přípravných akcí a velkých turnajů.**

Jarní kemp vyšel na výbornou. Ze závodního týmu chybělo jen pár jedinců, což je samozřejmě velká škoda. Počasí bylo fajnové. Začali jsme ostře. Příprava byla jak v terénu, tak ve venkovní hale. Opravdoví judisté ví, že na těchto akcích nesmějí chybět. Máme odtrénovaných 22 hodin, které se dostanou do těla a v pravý čas vylezou na tatami. V konkurenci, která rok od roku roste, se bez těchto akcí neobejdou už ani benjamínci. Je nutné si uvědomit, že jiná cesta k vítězství nevede, než poctivě na sobě pracovat, odtrénovat spoustu hodin a jít společnou cestou ke svému vysněnému cíli. To, co není možné zvládnout v tréninkových jednotkách, dokonce, to co nestihneme na přespávačkách, na tom musíme systematicky pracovat právě na těchto kempech. Každý zúčastněný ví, že je opravdový rozdíl, jestli trávíme čas doma, na výletě s rodiči a nebo na kempu. Tyto akce mají obrovský význam a smysl, hlavně nás krůček po krůčku posouvají. Chápe to každý, kdo to myslí s judem aspoň trochu vážně. Pro všechny děti byl připraven kromě poctivé práce i zážitkový program. Menší děti měly dostatek času vstřebat požadované úkoly, učit se samostatnosti a ohleduplnosti. Účastníků na kempu byl maximální počet 50. O sportovce se staralo 12 trenérů a asistentů. V terénu jsme využili magického místa – skály na Godule, kde se sportovci nabíjí a v hlavě uspořádají myšlenky. Využili jsme workautové hřiště k pořádné posilovačce. Horolezcovali jsme na stěně i na skalách. Proběhlo páskování na vyšší pásy. Na tatami jsme pilovali nové techniky na zemi i v postoji, hodně pracovali na taktice boje. Hodně posilovali s vlastním tělem, starší borci i s činkami. Standa nám ukázal, jak na to. Hecovali jsme se k maximálním výkonům, vše probíhalo formou her a soutěží. Většina účastníků si sáhla až na dno svých sil. Nechyběl trénink s Ondrou – Mistrem světa v greplingu, který je specialista na techniky na zemi. Dorazil i trenér a dlouholetý reprezentant Víťa, který má neskutečně rychlé techniky nohou – aši waza. Tento nám ukázal své perličky. Jako vždy jsme se věnovali hodně psychické stránce, s kterou bojují všichni. Stále pracujeme na disciplíně, bez které nelze dosáhnout vrcholu. Součástí každého našeho kempu, je rozvíjet nejen tělo, ale i mysl. V odpoledním klidu jsme meditovali. Menší děti se nám nepovedlo unavit a odpočívat nepotřebovaly. Hráli jsme deskové hry, karty, byl velký judo kvíz, hledali jsme poklad. Večer byl zábavný i poučný. Nechyběla diskotéka, táborák a stezka odvahy. Starší sportovci shlédli film Jemný rváč, který všechny řádně namotivoval.

Co se jídla týče, bylo jako vždy výtečné. Děti měly možnost si přidávat do sytosti. Nebyl účastník, který by si na stravu stěžoval, kýbl na zbytky nebyl. Obrovské poděkování rodičům Halvoníkovým. Jako vždy nechyběly dobroty od rodičů pro všechny zúčastněné. Buchty, ovoce, zelenina, dortíky. Veliké díky, že myslíte i na jiné děti v týmu. Všichni zúčastnění ví, že mobilní telefony mají nechat doma, kdo ho má sebou, ví že ho musí odevzdat. Menší děti vyrobily maminkám, které měly svátek, krásný dáreček s kytičkami. Opět věříme, že i přes velkou dřinu se nenašel nespokojený účastník. Všem dětem zůstanou v hlavě nezapomenutelné zážitky, které doma v pokojíčku nenajdou.

Po čtyřech dnech umí všechny děti zdravit své kamarády a dospělé, uklízet si po sobě věci, umí utřít špinavý stůl, odnést hrnek, najít si své boty, vyhodit papír do koše, říct si o to, co potřebuje a mnohem víc. Prosíme maminky, ať nám to zase nezkazí svou nadstandardní péčí a na letních kempech nezačínáme znova. Děti mají tendenci okamžitě najet do modulu „Mamka to za mě udělá“. Rodiče často zapominají na to, že každé dítě, každým dnem roste a překonává více překážek. Trochu samostatnosti a nových zkušeností jim dá do života správný start. Každé z dětí, které překonalo samo sebe, je o krok dál před ostatními.

Kemp proběhl bez zranění a větších kázeňských přestupků. Žádný významný narušitel na tomto kempu nebyl. Už naše svěřence známe a víme, co od nich očekávat. Výlupky musíme více hlídat, vždy nás umí překvapit nepochopitelnými nápady, které jim včas přerušíme.

Děkujeme všem trenérům a asistentům, kteří zvládli perfektně svou skupinu a odvedli kvalitní práci. Děkujeme kuchyni za skvělou stravu a všem účastníkům za maximální výkony. Děkujeme rodičům, kteří nám věří a posílají své děti na naše akce. Děkujeme za emaily a pozornosti za Vaše spokojené děti. Sledujte stránky, instagram, facebook a galerii, kde jsou fotografie a další nové informace.

## **Máme za sebou významné soutěže.**

**Evropský Pohár v Berlíně** – Kde si Adam Rusňák v obrovské konkurenci s přehledem vyhrál 2 zápasy, v třetím kole si bohužel obnovil již starší zranění a do dalších bojů nenastoupil. Adamovi přejeme brzké uzdravení.

**Mezinárodní turnaj Budapešť**- i zde byla konkurence vysoká Tonada Kubíček si vyhrál utkání. Jan Vykoupil sbíral zkušenosti.

**Mezinárodní kemp Budapešť** - I tady se makalo na maximum.

**Turnaj Český pohár s mezinárodní účastí v Novém Bydžově** – Tady nám to vyšlo na výbornou. 6 borců U16, U18. 6 medailí. 31 vítězných utkání. Smekáme. Úžasné vystoupení.

**Máme za sebou další centrální srazy v Ostravě a v Olomouci, kde je zajištěn kvalitní sparink pro boj. Trenérka a reprezentantka Barbora Kalenská se účastnila vzdělávacího semináře se španělskými Mistry.**

**Kuba Čtvrťka se již po několikáté účastnil kempu v Praze s Lukášem Krpálkem. Zaznamenáváme obrovský posun vpřed.**

**Naši nejmenší měli šanci také bojovat a byli velmi úspěšní. Máme medaile z Tvrdonic. 3 zlata ze Sosnowce.**

**Proběhla brigáda ve sportovním areálu v Komorní Lhotce, kde se účastnilo více než 30 rodičů i dětí. Zdaleka jsme nestihli vše naplánované, ale kousek jsme se posunuli. Každý pomocník se hodí. Kdo chce získat bonusy pro své děti na akce, tak se hlásí. Stále je co dělat.**

## **Čekají nás další tréninky, přespávačky, soutěže.**

Velká cena Ostravy – nominační pro U14. ČP Jablonec – Nominační pro U 16. Krajský přebor od U 12 až do U18. Další turnaje přípravek. 2. Kolo Mistrovství Klubu –registrujte se.

Všem rodičům patří velké poděkování za snahu posouvat své děti vpřed. Děkujeme za výbornou spolupráci. Je radost pracovat s lidmi, kteří ví co chtějí.