

JUDO



- Jmenuji se Adéla Komárková
- je mi 12 let
- chodím do třídy 6.A
- bydlím v Rovensku
- moje záliby jsou judo, hasiči, hraní na klávesy a pečení
- mám jednoho brácha, který má 5 let



JUDO ROVENSKO

- do juda jsem začala chodit před 3,5 lety
- tento kroužek u nás v Rovensku otevřel můj táta, který byl v mládí úspěšný judista
- trénink máme každé pondělí a čtvrtek od 16:30 v tělocvičně základní školy
- do kroužku chodí děti od 6 let, nejstarší judista má 16 let
- před každým tréninkem chodíme asi o půl hodiny dříve, abychom na celou plochu podlahy tělocvičny naskládali judistické žiněnky, kterým se říká TATAMI
- na tréninku kromě juda běháme, šplháme na laně, hrajeme nejrůznější hry- vybíjenou, basketbal a spoustu dalších



ZÁVODY

- s judem jezdíme na různé turnaje a závody
- kdo za celý rok nasbírá dostatečný počet bodů, může se vždycky na podzim zúčastnit mistrovství české republiky v judu
- já jsem zatím byla na mistrovství 2krát - jednou jsem byla druhá a podruhé třetí



Když má někdo štěstí, třeba jako já, může na závodech potkat LUKÁŠE KRPÁLKA, což je olympijský vítěz a mistr světa v judu.

Je považován za nejlepšího judistu české Republice v posledních letech.



CHCETE SE PŘIHLÁSIT DO JUDA?

Jestli vás zajímá, jak to v judu chodí, přijďte se podívat v pondělí nebo ve čtvrtek o půl páté do školní tělocvičny v Rovensku.

POZOR musíte jít zadním vchodem



Trenér se na vás bude těšit :-)

