

Miesto	Skupina	Tréningy	Popis	Vek	Tréneri	Poznámka
Športová hala MLADOST' Trnavská cesta 39	Muži / Ženy Juniori / Juniorky Dorastenci / ky Vybrani zo skupiny "Mladší dorast"	Každý deň 18:30 - 20:00 h. (pondelok 18:30 - 20:30)	Tréningy sú zamerané na výkonnostné a vrcholové JUDO.	14 a viac	Ing. Rastislav Mezovský Mgr. Branislav Babic Mgr. Jozef Krnáč Mgr. Alexandra Péterová	Do skupiny je možné pretekára zaradiť len na základe odporúčania trénerov
	"Mladší dorast" (ŠH Mladost')	Pondelok 17:00 - 18:30 h. Streda 17:00 - 18:30 h. Piatok 17:00 - 18:30 h. (vybrani pretekári aj Utorok a Štvrtok 18:30 - 20:00 h.)	Súťažná forma JUDO zameraná na rozvoj kondičných a koordinačných schopností, nácvik a zdokonaľovanie judo techniky, psychickej odolnosti a vôľových vlastností, dosahovanie úspechov na súťažiach doma i v zahraničí.	11 - 14	Mgr. Branislav Babic 0905 931 237 Viktória Majorošová	Do skupiny je možné pretekára zaradiť len na základe odporúčania trénerov
	"Pokročilí" (ŠH Mladost')	Utorok 17:00 - 18:30 h. Štvrtok 17:00 - 18:30 h.	Základy JUDO, rozvoj kondičných a koordinačných schopností, výcvik pádov, judo techniky, gymnastiky, rozvoj morálnych a vôľových vlastností, poohybové a úpolové hry.	9 - 11	Mgr. Karín Czibulová 0910 958 790 Libor Pulc, Michal Šmida Ing. Ľubomír Mezovský	Do skupiny je možné pretekára zaradiť len na základe odporúčania trénerov
	Spoločné tréningy skupín "Pokročilí" (ŠH Mladost')	Piatok 17:00 - 18:30 h.	Tréning, pri ktorom sa stretávajú deti zo všetkých skupín "Pokročilí".	8 - 14	Mgr. Branislav Babic Ing. Miroslav Lipovský	vybrani deti zo skupín "Pokročilí"
	"Príprava" (ŠH Mladost')	Pondelok 17:00 - 18:30 h. Streda 17:00 - 18:30 h.	Základy JUDO, rozvoj všestrannosti a koordinačných schopností, výcvik pádov, judo techniky, gymnastiky, poohybové hry. (odvaha, sila, rýchlosť, práca v kolektíve)	6 - 9	Ing. Miroslav Lipovský 0905 620 830 Martin Mokoš	Do skupiny je možné pretekára zaradiť len na základe odporúčania trénerov
	"Baby Judo" 4 roční a 5 roční (ŠH Mladost')	Skupina: 4 roční Utorok 17:00 - 18:00 h. Štvrtok 17:00 - 18:00 h. Skupina: 5 roční Utorok 18:00 - 19:00 h. Štvrtok 18:00 - 19:00 h.	Tréningový program zameraný na všeobecnú pohybovú prípravu detí, prácu v kolektíve, rozvoj koordinačných schopností, základy juda, gymnastiky a výcvik pádov.	4 - 6	Gabriela Geršiová 0905 290 667 Zuzana Konárska	NÁBOR možný počas celého roka /max. 25 detí v skupine/
	Hobby-judo Pokročilí (ŠH Mladost')	Utorok 20:00 - 21:30 h. Štvrtok 20:00 - 21:30 h.	Nesúťažná forma JUDO zameraná na všeobecnú kondíciu a koordináciu, získanie odolnosti, ohybnosti, obratnosti, sily a vytrvalosti prostredníctvom výcviku judo zručností, pádov a sebaobraných technik.	15 a viac	Mgr. Martin Zagorov 0903 777 475 Mgr. Ľubomír Zagorov	NÁBOR možný počas celého roka

Tréningové skupiny zo základných škôl sú dočasne pripojené k skupinám v športovej hale Mladost'
(jedná sa o dočasné riešenie na základe usmernenia MŠSR o zatvorení školských telocviční do 20.9.2020)

Základná škola ul. Česká 10	Hobby-judo Začiatocníci (ZŠ Česká)	Utorok 18:30 - 20:00 h. Štvrtok 18:30 - 20:00 h.	Nesúťažná forma JUDO zameraná na všeobecnú kondíciu a koordináciu, získanie odolnosti, ohybnosti, obratnosti, sily a vytrvalosti prostredníctvom výcviku judo zručností, pádov a sebaobraných technik.	15 a viac	Ing. Martin PISOŇ 0917 777 699 Štefan Gábor	NÁBOR možný počas celého roka
	"Pokročilí" (ZŠ Česká)	Utorok 17:00 - 18:30 h. Štvrtok 17:00 - 18:30 h. Piatok 17:00 - 18:30 h. (piatok v ŠH Mladost')	Základy JUDO, rozvoj kondičných a koordinačných schopností, výcvik pádov, judo techniky, gymnastiky, rozvoj morálnych a vôľových vlastností, poohybové a úpolové hry.	11 - 14	Ing. Martin PISOŇ 0917 777 699 Filip Kysel	NÁBOR možný počas celého roka
	"Príprava" (ZŠ Česká)	Pondelok 16:30 - 18:00 h. Streda 17:00 - 18:30 h.	Základy JUDO, rozvoj všestrannosti a koordinačných schopností, výcvik pádov, judo techniky, gymnastiky, poohybové hry. (odvaha, sila, rýchlosť, práca v kolektíve)	6 - 10	Štefan Gábor 0915 560 310 Dávid Neshoda	NÁBOR September, Október 2020
Základná škola ul. Mudroňova 83	"Príprava" (ZŠ Mudroňova)	Utorok 16:00 - 17:00 h. Štvrtok 15:45 - 17:15 h.	Základy JUDO, rozvoj všestrannosti a koordinačných schopností, výcvik pádov, judo techniky, gymnastiky, poohybové hry. (odvaha, sila, rýchlosť, práca v kolektíve)	6 - 10	Štefan Gábor 0915 560 310 Sophia Kanátová	NÁBOR September, Október 2020
Základná škola ul. Teplická 7	"Príprava" (ZŠ Teplická)	Utorok 16:30 - 18:00 h. Štvrtok 16:30 - 18:00 h.	Základy JUDO, rozvoj všestrannosti a koordinačných schopností, výcvik pádov, judo techniky, gymnastiky, poohybové hry. (odvaha, sila, rýchlosť, práca v kolektíve)	6 - 10	Mgr. Ľubomír Zagorov 0903 260 270 Nina Geršiová	Do skupiny je možné pretekára zaradiť len na základe odporúčania trénerov
Základná škola ul. Drieňová 16	"Príprava" (ZŠ Drieňová)	Pondelok 17:30 - 19:00 h. Streda 17:30 - 19:00 h.	Základy JUDO, rozvoj všestrannosti a koordinačných schopností, výcvik pádov, judo techniky, gymnastiky, poohybové hry. (odvaha, sila, rýchlosť, práca v kolektíve)	6 - 10	Ing. Martin PISOŇ 0917 777 699 Gabriela Geršiová	Do skupiny je možné pretekára zaradiť len na základe odporúčania trénerov
Základná škola ul. Za kasárňou 2	"Príprava" (ZŠ Za kasárňou)	Utorok 16:30 - 18:00 h. Štvrtok 16:30 - 18:00 h.	Základy JUDO, rozvoj všestrannosti a koordinačných schopností, výcvik pádov, judo techniky, gymnastiky, poohybové hry. (odvaha, sila, rýchlosť, práca v kolektíve)	6 - 9	Martin Mokoš 0918 106 463 Viktória Majorošová	NÁBOR September, Október 2020