

# JUDO BESKYDY Z.S.

STAŇ SE ČLEMEM ÚSPĚŠNÉHO SPORTOVNÍHO KOLEKTIVU.



[www.judobeskydy.cz](http://www.judobeskydy.cz)



**RAŠKOVICE - FRÝDEK- MÍSTEK - DOBRÁ - FRÝDLANT- NOVÁ VES -  
NOŠOVICE - PALKOVICE - HNOJNÍK - DOLNÍ DOMASLAVICE -  
KOMORNÍ LHOTKA - MORÁVKA - BRUŠPERK**

## ZAČÍNÁME V ZÁŘÍ. NABÍZÍME:

**BABY JUDO** - Jde o systematické cvičení dětského juda s propracovanou metodikou pro děti od 4 do 6 let. Děti se učí především základům gymnastiky. Získají návyky potřebné pro soustavnou sportovní přípravu v pozdějším věku. Věnují se rozvoji síly, rychlosti, obratnosti a vytrvalosti zejména formou zábavných cvičení, her a soutěží. Baby judo je vhodné pro všechny kluky i holky. S úspěchem se zapojí i děti s nadváhou a sníženou motorickou schopností, které by se v jiných sportech hůře uplatňovali. Judo bylo organizací UNESCO doporučeno jako mimořádně vhodný sport pro děti. Tréninky jsou koncipovány tak, aby se děti mohly zapojit kdykoliv v průběhu roku.

**KROUŽEK PO ŠKOLE** – přihlásit se můžou všechny děti od šesti let. Děti se zde naučí základní dovednosti z gymnastiky a judistické pády nezbytné pro další trénování. V průběhu jednoho roku se výrazně zvýší jejich fyzická zdatnost, naučí se také disciplíně, sebeovládání, trpělivosti. Naučí se přijmout prohru ale především zvítězit. Děti se zúčastňují vhodných soutěží odpovídajících jejich připravenosti.

**SPORTOVNÍ KLUB JUDO, VÝKONOSTNÍ A VRCHOLOVÝ SPORT** – Všichni zájemci, kteří se judu chtějí věnovat na závodní úrovni, nebo se intenzivně zdokonalovat v technikách judo. Děti a mládež prochází intenzivní a náročnou přípravou pod vedením nejlepších trenérů s mezinárodními zkušenostmi. Pravidelně se zúčastňují mistrovských soutěží doma i v zahraničí. Několikrát ročně mají možnost další kvalitní přípravy na tréninkových kempch a seminářích. Nejlepší jsou zařazení do tréninkových center vrcholového sportu a státní reprezentace.

Nezávaznou a bezplatnou, předběžnou přihlášku vyplňte na [www.judobeskydy.cz](http://www.judobeskydy.cz)

V případě neúčasti bude přihláška stornována. Pokud se nepodaří naplnit potřebný počet dětí, budou moci zájemci využít tréninků na dalších základnách klubu v okolí.

**BLIŽŠÍ INFORMACE NA** [www.judobeskydy.cz](http://www.judobeskydy.cz), email: [judoskpova@seznam.cz](mailto:judoskpova@seznam.cz), tel.: 605513443, 605513429