

Miesto	Skupina	Tréningy	Popis	Vek	Tréneri	Poznámka
Športová hala MLADOST Trnavská cesta 39	Muži / Ženy Juniori / Juniorky Dorastenci / ky Vybráni zo skupiny "Mladší dorast"	Každý deň 18:30 - 20:00 h. (pondelok 18:30 - 20:30)	Tréningy sú zamerané na výkonnosť a vrcholové JUDO.	16 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. (vybráni 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 - 15	Mgr. Branislav Babic 0905 931 237 Tomáš Cibulka 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, pohybové a úpolové hry.	9 - 13	Mgr. Lubomír Zagorov 0903 260 270 Mgr. Dávid Neshoda	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".	9 - 14	Mgr. Branislav Babic 0905 931 237 Tomáš Cibulka	vybrané deti zo skupín "Pokročilí"
	"Prípravka" (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, pohybové hry. (odvaha, sila, rýchlosť, práca v kolektíve)	7 - 9	Mgr. Alexandra Péterová 0910 473 030 Nina Geršiová	Do skupiny je možné pretekára zaradiť len na základe odporúčania trénerov
	"Baby Judo" 4 roční a 5 roční (ŠH Mladost)	Skupina: 4 - 5 roční Utorok 17:00 - 18:00 h. Štvrtok 17:00 - 18:00 h. Skupina: pokročilí Utorok 18:00 - 19:00 h. Štvrtok 18:00 - 19:00 h.	Tréningový program zameraný na všestrannú pohybovú prípravu detí, prácu v kolektíve, rozvoj koordinačných schopností, základy juda, gymnastiky a výcvik pádov.	4 - 6	Gabriela Geršiová 0905 290 667 Nina Geršiová	<b>NÁBOR</b> možný počas celého roka /max. 25 detí v skupine/
	Hobby-judo (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 techník.	15 a viac	Mgr. Lubomír Zagorov 0903 260 270 Mgr. Dávid Neshoda	<b>NÁBOR</b> možný počas celého roka
Základná škola ul. Česká 10	"Judo Teenage" (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, pohybové a úpolové hry.	12 - 15	Ing. Martin PISOŇ 0917 777 699 Matej Kysel	<b>NÁBOR</b> možný počas celého roka
	"Prípravka" (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, pohybové hry. (odvaha, sila, rýchlosť, práca v kolektíve)	6 - 10	Lukáš Kurák 0908 328 040 Timotej Štefánik	<b>NÁBOR</b> September 2023
Základná škola ul. Mudroňova 83	"Prípravka" (ZŠ Mudroňova)	Utorok 15:00 - 16:00 h. Štvrtok 15:00 - 16:00 h.	Základy JUDO, rozvoj všestrannosti a koordinačných schopností, výcvik pádov, judo techniky, gymnastiky, pohybové hry. (odvaha, sila, rýchlosť, práca v kolektíve)	6 - 10	Ing. Martin PISOŇ 0917 777 699 Patrik Török	<b>NÁBOR</b> September 2023
	"Pokročilí" (ZŠ Mudroňova)	Utorok 16:00 - 17:00 h. Štvrtok 16:00 - 17:30 h.	Základy JUDO, rozvoj všestrannosti a koordinačných schopností, výcvik pádov, judo techniky, gymnastiky, pohybové hry. (odvaha, sila, rýchlosť, práca v kolektíve)	8 - 11	Ing. Martin PISOŇ 0917 777 699 Patrik Török	Do skupiny je možné pretekára zaradiť len na základe odporúčania trénerov
Základná škola ul. Žitavská 1	"Prípravka" (ZŠ Žitavská)	Pondelok 16:00 - 17:15 h. Streda 16:00 - 17:15 h.	Základy JUDO, rozvoj všestrannosti a koordinačných schopností, výcvik pádov, judo techniky, gymnastiky, pohybové hry. (odvaha, sila, rýchlosť, práca v kolektíve)	6 - 10	Ing. Martin PISOŇ 0917 777 699 Patrik Török	<b>NÁBOR</b> September 2023
Základná škola ul. Drieňová 16	"Prípravka" (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, pohybové hry. (odvaha, sila, rýchlosť, práca v kolektíve)	6 - 10	Ing. Martin PISOŇ 0917 777 699 Gabriela Geršiová, Patrik Török	Do skupiny je možné pretekára zaradiť len na základe odporúčania trénerov
Základná škola ul. Za kasárňou 2	"Prípravka" (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, pohybové hry. (odvaha, sila, rýchlosť, práca v kolektíve)	6 - 9	Viktória Majorošová 0944 586 326 Lukáš Kurák	<b>NÁBOR</b> September, Október 2023