



# Kolik medailí přivezou karatisté z mistrovství Evropy? Očekávání jsou velká...

**Letošní mistrovství Evropy JKA karate se původně mělo konat historicky poprvé ve Španělsku. Z organizačních důvodů z toho ale sešlo a pořadatelství se naštěstí ujala Belgie. 26. ročník mistrovství Evropy JKA se tak uskuteční 6. dubna 2024 v Gentu.**

Připravila: Marie Prajzlerová

Foto: Andrea Baborová, Michal Humník, Jakub Kolek

Pro covidové pauze to bude teprve druhý ročník, mnoho závodníků po celé Evropě během dlouhé nucené pandemické pauzy skončilo. Naopak jiní, kteří před sebou měli juniorskou kategorii, stihli natolik zestárnout, že za juniory už nikdy startovat nebudou a musí rovnou mezi seniory (21+).

S reprezentanty se celý rok cíleně pracuje nejen v mateř-

ských oddílech, ale i během reprezentačních soustředění či tréninků SCM a VSCM. Doufáme, že se nám opět podaří dokázat, že na poli evropského JKA karate patříme ke špičce, a že systematická příprava a práce s mládeží i reprezentací mají smysl.

Nominací v individuálních disciplínách si vysloužili:

## Junioři

**Kata Junioři** – Ondřej Char-

vát, Tomáš Tříška, Richard Vašek, David Vyhňálek

**Kumite Junioři** – Jakub Havlík, Jiří Krejcar, Kryštof Petržílek, Leoš Vedral

**Kata Junioři** – Sára Konečná, Šárka Koritinová, Karolína Kytková, Michaela Vaškovská

**Kumite Junioři** – Marie Čadová, Sára Ferencová, Michaela Soukupová, Michaela Vaškovská

## Senioři

**Kata Senioři** – Lukáš Adam, Daniel Beneš, Tomáš Hána, Martin Přečh

**Kumite Senioři** – Marek Babor, Ondřej Bosák, Šimon Lev, Márton Lozsi

**Kata Senioři** – Marie Prajzlerová, Kristýna Tesařová

**Kumite Senioři** – Alice Anderlová, Magdalena Žuček



## Otázka pro Richarda Růžičku, prezidenta svazu

Jako závodník ses zúčastnil mnoha mistrovství Evropy JKA od roku 1996 až do roku 2016, od roku 2000 i jako reprezentační trenér. V roce 2019 jsi na ME JKA působil jako rozhodčí a letos ses rozhodl týmu pomoci opět jako kouč. Jak se na tento šampionát těšíš a jaká máš očekávání od našich závodníků? Co bys jim případně poradil jako někdo, kdo má za sebou dvacetiletou reprezentační kariéru?

Tentokrát se na šampionát těším možná víc než kdy jindy, protože v Gentu se konalo první mistrovství Evropy JKA karate, kterého jsem se sám jako závodník úspěšně zúčastnil. Těším se ale i z toho důvodu, že letos bude moje role čistě v pozici kouče, což je asi pozice, kterou na mezinárodních soutěžích vykonávám nejraději. Člověk se totiž při této práci může více uvolnit, a současně se soustředit na výkony závodníků, které má na starosti.

Pozice rozhodčího mě také velmi baví, ale tato práce je více náročná na koncentraci. Člověk navíc vidí jen část našich reprezentantů. V pozici kouče mohu i přímo ovlivnit výsledek zápasu dobrou radou a interakce se závodníkem je daleko silnější. Jelikož jsou na akci nominováni tři svěřenci z mého oddílu, budu rád, když je budu mít na starosti, ale protože se podílím i na trénování dalších závodníků, tak tuto práci vykonávám rád s kýmkoliv z našeho týmu.

Co se týče mých očekávání, vzhledem k tomu, že jsme byli na minulých šampionátech velmi

úspěšní, doufám (spíš než očekávám), že na tyto výsledky navážeme. Jako bývalý závodník ale vím, že předchozí úspěch bývá často svazující. Proto si myslím, že úlohou koučů bude především dobře psychicky naladit závodníky tak, aby tento stres eliminovali, podali maximální

výkony a dosáhli co nejlepších umístění.

Pro mě není hlavním cílem pouze to, zda závodník vyhraje nebo ne, ale zda podal co nejlepší výkon a je s ním sám spokojený. Uvědomuji si, že na soutěž se všichni připravují s co největším úsilím, a to, komu se

pili v daném okamžiku povede zúročit, je už jen výsledkem daného okamžiku.

Závodníkům bych tedy poradil, aby se soustředili na to, co umí a nenechali se znervóznit atmosférou velké soutěže. Aby podali maximální výkon, se kterým budou sami vnitřně spokojeni. ●



ME JKA karate 2023, Sursee – Švýcarsko

## Historické úspěchy české reprezentace na ME JKA

rok	město - země	počet zlatých (individuál/tým)	počet stříbrných (individuál/tým)	počet bronzových (individuál/tým)	celkem
1996	Gent - Belgie	-/-	1/-	-	1
1997	Bochum - Německo	-/-	-/-	1/1	2
1998	Boulogne-sur-Mer - Francie	1/-	-/-	2/-	3
1999	Praha - Česká republika	-/-	-/-	-/-	0
2000	Geleen - Nizozemsko	-/-	-/-	1/1	2
2001	Pori - Finsko	-/-	1/-	-/-	1
2002	Malmö - Švédsko	-/-	-/-	2/1	3
2003	Budapešť - Maďarsko	-/-	-/-	-/1	1
2004	Bělehrad - Srbsko	-/-	1/-	1/1	3
2005	Bergen - Norsko	1/-	-/-	1/-	2
2006	Kostnice - SRN *	-/-	1/-	1/2	4
2007	Šiauliai - Litva	1/1	2/-	1/1	6
2008	Bělehrad - Srbsko	-/-	2/-	-/1	3
2009	Maastricht - Nizozemsko	1/2	1/-	2/2	8
2010	Bochum - Německo	1/-	-/1	-/1	3
2011	Crawley - Anglie	-/1	-/1	2/1	5
2012	Praha - Česká republika	2/1	1/3	5/1	13
2013	Kostnice - SRN	-/-	-/-	-/2	2
2014	Kortrijk - Belgie	1/-	2/-	1/3	7
2015	Praha - Česká republika	-/-	1/1	1/2	5
2016	Dublin - Irsko	-/-	-/-	2/3	5
2017	Sittard - Nizozemsko	-/2	-/1	1/2	6
2018	Niš - Srbsko	1/1	1/2	-/1	6
2019	Stavanger - Norsko	1/1	1/1	1/1	6
2020	– Zrušeno (covid) –				
2021	– Zrušeno (covid) –				
2022	– Zrušeno (covid) –				
2023	Sursee - Švýcarsko	3/4	4/1	2/3	17

\* Od roku 2006 byla na ME JKA k seniorské kategorii přidána i juniorská kategorie