

柔道教室

明野柔道部・明野柔道スポーツ少年団、親子で柔道を始めよう！

礼儀が身に付きます！ 柔道の基本は「礼に始まり礼に終わる」。日々の稽古を通じて、相手を尊重する気持ちや礼節が身につきます。

仲間と絆が深まります！ 柔道は相手がいるからできるスポーツです。練習を通じて思いやりの気持ちが育まれ、絆が深まります。

自信をもてます！ 目標に向かい努力することで、継続する大切さを学び、心を成長させ、それが自分への自信につながります。

体が強くなります！ 柔道は全身運動です。全身の筋力が鍛えられ、体幹やバランス感覚が養えます。

自分の体を守られるようになります！ 受け身を習得することで、日常生活でも怪我の防止につながります。柔道の技を習得すれば、自分の身を守ることができます。

【部の紹介】

明野柔道部は発足以来 40 年を超えて、柔道スポーツ少年団と共に活動する部です。1882 年に講道館柔道の創始者「嘉納治五郎」により日本に生まれた柔道は、オリンピック競技となり現在 200 以上の国と地域で行われています。柔道は鍛えた心と技を有効に使う「精力善用」互いに尊重して高め合う「自他共栄」という精神に基づき、これからの社会で求められる人間教育を大切にしています。このことは、北杜市が目指す「原っぱ教育」の理念「不撓の精神と大志を持った人材の育成」にも繋がると信じて指導に励んでいます。柔道の指導者には全日本柔道連盟が定めた資格が必要であり、この有資格者と JSPO 公認スポーツ指導者がわかりやすく丁寧に指導します。

仲間になって一緒に柔道をやりましょう。

期 日 令和 7 年 6 月 5 日 (木)・12 日 (木)

20 日 (金)・27 日 (金)

時 間 19 時～21 時

活動場所 明野小学校体育館内アリーナ

問合せ先 明野町上神取 705 皆川直弘 電話：080-5481-0045