



徳野和彦

ただいまご紹介いただきました全日本女子特別コーチをさせていただきます、神奈川県警察の徳野和彦です。

決勝前の貴重な時間ですが、少し話をさせてください。

私が現役のとき、柔道が強くなるために何が大切かと考えたことがあります。そのとき思ったのはタイミングとバランスが大切だと思いました。今日はこのバランスについて話をさせていただきます。

ここで言うバランスと言うのは、単に身体の平衡感覚だけではありません。強くなるための練習をすればするほど、栄養や休養をしっかりとる必要があります。また、よく言われる、心・技・体のバランスがとれてないと勝ち上がることはできません。

そして、このバランスは強くなるため以外でも大切です。柔道の競技力が上がればあがるほど、礼儀や人を思いやる心を養わなければなりません。私も、人に言えるほどバランスの良い人間ではありませんが、皆さんと一緒に成長していきたいと思います。

各地区を勝ち上がり日本一を目指し、この大会に出場した選手。また、この会場にいる日本一、世界一を目指している選手の皆さん、バランスの良い柔道家を目指して頑張ってください。