

第1回秋田県女子強化練習会・令和元年第1回母と子の柔道体験会 報告



令和元年7月20日(土)秋田県立武道館で第1回秋田県女子柔道強化練習会が行われました。

秋田県内外の小学5年生から高校生の女子選手が75名と指導者6名と沢山の方々が集まりました。

今年度より始まった練習会で、競技力の向上をはかるとともに選手同士で情報交換や交流を深める事により柔道を通じた女子選手同士のつながりを作る事をねらいとしています。

寝技では、選手による得意技の講習をしてもらいその技を反復練習しました。

立ち技では、小中高生と一緒に組んで打ち込みをやり乱取りもみんなでやりました。



普段はあまり一緒に練習をする事がない人達と練習が出来て選手達も楽しそうに練習をしていました。

2回・3回と続けていける様に、内容なども考えてたくさんの子供たちが楽しく柔道が続けていけるような練習会にしていきたいと思います。



令和元年7月27日（土）角館武道館で母と子の柔道体験会が行われました。

11組26名親子の参加でした。

ほぼ初心者だったので、寝技の補強・解説、打ち込み、投げ込み（指導者相手に）を行いました。



普段親子で一緒に体を動かしたりする機会も少ないので体験会では親子でのふれあいを大切にしています。



最後は汗だくになりながらみんな笑顔で終える事ができました。

親子で一緒に体を動かし、柔道を体験してもらい一人でも多くの方が柔道を始めてもらえるように私達女子柔道振興委員も頑張っていきたいと思います。

報告者：秋田県柔道連盟

女子柔道振興委員長

浦田美幸