

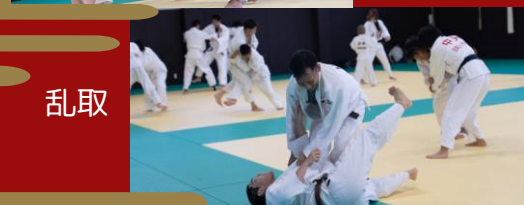


疲れたら「無理をしない」相手に「無理をさせない」周囲に気を配り「安全に楽しく」柔道を行う練習会です。
ウォーミングアップ・受身・打込・乱取・技術指導など、盛り沢山の内容で実施します！

実施風景



warm-up



乱取



技術指導

七割

柔道
クラブ

主催 : 全日本柔道連盟
共催 : 長崎県柔道協会
場所 : 長崎県立総合体育館 武道場
長崎県長崎市油木町 7 - 1
開催日時 : 10月24日 (土)
受付9:30～
10:00～12:00 実施
参加費 : 全柔連登録者は無料
申込期日 : 10月18日 (日)



- 《注意事項》
- 練習中に撮影された写真・動画等の映像が、全柔連公式HP、SNS、全柔連広報誌「まいんど」等に掲載される場合があります。
 - 傷害保険は任意で各自加入をお願いいたします。

10/24^土 七割柔道 in 長崎(長崎県立総合体育館)



永瀬 貴規

参加申込
QRコード



<https://form.run/@nanawarinagasaki>

※講師については変更の可能性もあります