

栃木県×JUDO



柔道競技

競技紹介

【柔道について(講道館ホームページより)】

柔道は、相手と組みあって、投げたり抑えたりして相手を制し、その稽古をとおして心身をきたえる日本の武道です。体力作り、強くなりたい、健康的なダイエット、安全な転びかたを覚えたい・・・柔道を始めたい、と思うきっかけはそれぞれあるでしょう。はじめの目的は色々でも、柔道の目指すところは、立派な人間をつくることです。柔道を学ぶことで、礼の精神を身につけ、心身ともに強く立派な、進んで社会に貢献できる人間をめざしましょう。

【競技方法について】

選手が畳の上で互いに組み合い、投げ技、固め技を用いて勝敗を競います。技の決まり方により「一本」、「技あり」「有効」が与えられます。試合は4分間で、試合は一本勝負となります。

競技体験について

各地域には柔道場や柔道教室がありますので、興味のある方は直接、柔道場や柔道教室へお問い合わせください。

以下に記載の栃木県柔道連盟へお問い合わせいただいても構いません。

競技団体から

新たなことにチャレンジしたい、体を動かすことが好きだ、日本の武道に興味がある、そんな方にとって柔道は大変おすすめです。栃木県からは日本一、そして世界チャンピオンも誕生しました。誰もが最初は初心者です。興味を持った方、柔道をやってみたい方、お気軽にご連絡ください。

□連絡先: 栃木県柔道連盟

URL <http://www.tochigi-judo.jp/>

Email office@tochigi-judo.jp