令和7年度　丸亀市スポーツ教室（初心者教室）
「柔道初心者教室」開催実施要項

１．目　　的　　柔道畳の上で安全な柔道の動きを取り入れた運動遊びや横倒時の安全な転び方（受身）の基礎を学ぶことを目的とする。

２．主　　催　　丸亀市

３．主　　管　　丸亀市柔道協会

４．開催期間　　令和７年５月 15 日～６月５日（10 日間）
5/15（木）　5/17（土）5/20（火）5/22（木）5/24（土）
5/27（火）5/29（木）　5/31（土）6/3（火）　6/5（木）
時　間　　19 時 00 分～20 時 50 分

５．場　　所　　香川県立丸亀高等学校武道館内柔道場

６．対 象 者　　小・中学生(年長園児含む)から成人の方まで

７．講　　師　　中村　好宏、佐伯　尚紀
小林　伸弘、山口　大悟

８．申込方法　　火・木・土曜日の 19 時～20 時 50 分までの間、同柔道場にお越しいただき、直接お申し込みください。又はインスタグラムの「丸亀市柔道協会」のＤＭから申込み、もしくは電話で丸亀市柔道協会　中村まで 090-4334-8973

９．締　　切　　令和７年５月 15 日（木）ただし、初心者教室期間中の途中申込可

１０．参 加 料　　無料

１１．持 ち 物　　柔道着又はスポーツウェア
飲料水など

１２．教室内容

開催日	内　　容	開催日	内　　容
5/15（木）	安全な転び方（受身）	5/27（火）	作りと掛け・技の指導等
5/17（土）	安全な転び方（受身）	5/29（木）	基本的な投げ技の指導等
5/20（火）	安全な転び方（受身）	5/31（土）	打ち込み・乱取等
5/22（木）	作りと掛け・技の指導等	6/3（火）	打ち込み・乱取等
5/24（土）	作りと掛け・技の指導等	6/5（木）	打ち込み・乱取等

１３.その他　　成人（保護者）の方も心身の鍛錬をするとともに運動不足の解消を兼ねて同教室に参加を勧めます。なお、同教室期間中の負傷については応急処置はいたしますが、その後の責任は一切負いません。各自で事前にスポーツ安全保険等に加入をお願いします。