

令和8年度 丸 亀 市 ス ポ ー ツ 教 室

「 第2回柔道初心者教室 」 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8年10月6日～同年10月27日 (10日間)
10月6日 10月8日 10月10日 10月13日 10月15日
10月17日 10月20日 10月22日 10月24日 10月27日
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(年長園児を含む)から成人の方まで
7. 講 師 (住 所・氏 名)
①住所 丸亀市今津町404-3 氏名 中村 好宏 連絡先 090-4334-8973
②住所 丸亀市土居町3丁目11-28 氏名 佐伯 尚紀 連絡先 090-4973-5132
③住所 高松市国分寺町新名1064-10 氏名 小林 伸弘 連絡先 090-5716-5870
④住所 丸亀市郡家町617-5 氏名 山口 大悟 連絡先 090-5276-3063
8. 申 し 込 み 火・木・土曜日19時から20時50分までの間、同柔道場において同教室の参加希望の申し込みを受け付けします。
9. 締 切 令和8年10月6日(火) 但し初心者教室期間中の申込可
10. 参 加 料 な し
11. 持 ち 物 参加希望者は感染症予防等のため個々に柔道着又はスポーツウェア等及び飲料水等を持参のこと。
12. 教 室 内 容

日	内 容	日	内 容
10月6日	安全な転び方(受身)	10月17日	作りと掛け・技の指導等
10月8日	〃	10月20日	基本的な投げ技の指導等
10月10日	〃	10月22日	打ち込み・乱取等
10月13日	作りと掛け・技の指導等	10月24日	〃
10月15日	〃	10月27日	〃

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参加をお願いします。