

近藤優子先生による 「安全な転び方教室」& 「親子柔道教室」を開催!



特別講師 近藤優子先生
(全日本柔道連盟公認柔道指導員)
徳山大学女子柔道部監督
KIDS☆JUDO体操教室 主宰

日にち: 2019年12月22日(日)

参加費: 無料

会場: キリンビバレッジ周南総合スポーツセンター
(周南市大字徳山427)

スポーツひのまるキッズ中国・四国小学生柔道大会は今年で記念すべき10回目の開催となりました。第10回大会を記念して徳山大学女子柔道部監督の近藤優子先生をお招きし、「安全な転び方教室」、「親子柔道教室」を開催させていただきます。参加費は無料ですのでご家族でのご参加、心よりお待ちしております。

スポーツひのまるキッズ公式キャラクター「ろくすけ」



楽しい
ブースも
いっぱい
あるよ!

『安全な転び方教室』 ～なかよし柔道 礼儀と受身～



正しい礼儀を覚えよう!

- ☆体を動かすことが大好きな子どもたちが安全な転び方(受身運動)を学ぶ!
- ☆日本で生まれたスポーツ「柔道」を通じて正しい美しい礼法を学ぶ!
- ☆さまざまな動きを経験する事で何事にもチャレンジするココロを育てる!

開催時間

- ・10:30～11:20(予定)

内容(予定)

- ・準備運動
- ・さまざまな受身運動
- ・動物運動(体幹トレーニング)
- ・礼法(立礼・座礼)

持ちもの

- ・動きやすい服装

対象

- ・3歳から小学生まで

お申し込みはコチラ

定員

- ・20名(先着順)

参加方法

- ・URL <https://forms.gle/Ui21ReBkFfL9yyPv7>
- ・応募締切日:12月18日(水) 13:00



『親子柔道教室』



柔道未経験者大歓迎!

- ☆受身の大切さを学ぼう!
- ☆投げる楽しさ、投げられる楽しさを知ろう!
- ☆柔道を通じて親子の絆がさらに深まる!

開催時間

- ・13:00～13:50(予定)

内容(予定)

- ・準備運動
- ・受身の練習
- ・技の練習
- ・転んでみよう、転ばしてみよう

持ちもの

- ・動きやすい服装

対象

- ・3歳から小学生までの子供を持つ親子

お申し込みはコチラ

定員

- ・15組(先着順)

参加方法

- ・URL <https://forms.gle/8dmgZXjypjP5KLSG7>
- ・応募締切日:12月18日(水) 13:00

