

## 柔道部



### 【活動内容】

- ・立技や寝技の基本練習（打ち込み、投げ込み、乱取り等）
- ・体づくり、体力向上のためのトレーニング

### 【活動場所】

- ・佐賀東高校柔道場

### 【活動時間】

- ・平日（放課後） 2時間程度
  - ・休日 3時間程度 ※他校との合同練習あり
- ※毎週、休養日あり

### 【最近の成績】

- ・令和元年度佐賀県高等学校総合体育大会柔道競技 女子個人第3位
- ・平成30年度佐賀県高等学校新人柔道大会 女子個人第2位（九州大会出場）
- ・平成29年度佐賀県高等学校選手権柔道大会 女子個人第2位
- ・平成28年度佐賀県高等学校選手権柔道大会 男子個人第3位

### 【その他・練習風景の写真や主将からのメッセージなど】

伝統ある東高柔道部です。近年は部員不足の状態でしたが、今年度は団体戦にも出場できるメンバーとなりました。これからまた盛り上げていこうと頑張っています。経験者はもちろん、初心者も大歓迎ですので、ぜひ入部してください。一緒に心も身体も強くなりましょう！卒業までに必ず黒帯（初段）になれます！