

令和3年7月11日(日)千代田区立スポーツセンター柔道場において、第1回組手講習会を開催しました。

基本動作である足の運びや膝の使い方を確認した後、応用編としてグループ別になり実践を想定した転身や足さばきの練習を行いました。

受講者からは、「自分にあった体の使い方が少しずつ分かってきた。」など、嬉しい一言もいただき充実した講習会となりました。

参加された受講者、関係者の皆様方、有難うございました。

