

令和5年8月1日

所属団体 各位

松江地区柔道連盟  
会長 高木 大  
審議部長 門脇昌徳

令和5年度松江地区柔道連盟「一級審査会」の開催について（ご案内）

拝啓 盛夏の候、みなさまには益々ご活躍のこととお喜び申し上げます。

平素は連盟の諸活動に対し格別のご高配を賜り感謝申し上げます。

この度、標記一級審査会を下記のとおり開催しますのでご案内いたします。

参加申込みについては“島根県柔道連盟ホームページ”「申込書」によりメールにて  
審議部長門脇までお申込み願います。なお、一級審査料は当日徴収いたします。

記

1. 日 時 令和5年9月9日（土）13：00～14：00
2. 場 所 島根県立武道館2階柔道場
3. 主 催 松江地区柔道連盟審議部
4. 申 込 先 門脇 昌徳 / 申込締切日 令和5年9月2日（土）
5. 審査内容
  - (1) 講 話 柔道の歴史、柔道創始者の基本理念（精力善用・自他共栄）等の内容を含み柔道（武道）の精神についての講話。
  - (2) 実 技 ・礼法 ①立礼 ②座礼  
・受け身 ①後ろ受け身 ②横受け身 ③前受け身 ④前回り受け身
  - (3) さばきと崩しの理解 ①体さばき ②八方の崩し
  - (4) 立ち技 ①膝車 ②体落とし ③大腰
  - (5) 固め技 ①けさ固め ②横四方固め ③上四方固め
6. 評価事項
  - (1) 立ち技 ①一定回数連続して“かかり練習（打ち込み）”ができる。  
②取・受ともに体さばき・投げ・受け身がバランスよくできる。  
③審査技を使って連絡技・連続技および約束練習が巧みにできる。  
④審査技を使って乱取りができる。
  - (2) 固め技 ①正しい抑え込みの形ができる。  
②正しい逃れ方が実践できる。  
③審査技を使って約束練習、乱取りができる。 以上

・ 申込み先

審議部長 門脇昌徳

e-mail: masanori@mable.ne.jp

携帯 080-1936-1470

〒690-1405 松江市八束町入江 111-1