

令和4年度 ( 柔道 )部年間活動計画

部員数	1年	0	名	2年	0	名	3年	3	名	合計	3
顧問名	佐古雄二, 前原恵太										
活動日	月水木金土										
休養日	火, 日 ※2日以上休養日を設定すること										
活動時間	平日2時間程度										
活動場所	武道場										

活動方針	各自が目標を定め、心技体を高める
今年度の目標	安全に留意しつつ、体力の向上を図る

月	公式戦(大会・コンクール等)		延長 (○)	遠征・合宿	主な練習内容
	高体連(高文連)主催※	※以外の大会			
4	第70回中国高校柔道大会兼予選会		○		トレーニング 基礎練習
5					トレーニング 基礎練習
6	第62回県高校総体兼第72回全国高校柔道大会県予選会		○		トレーニング 基礎練習
7					トレーニング 基礎練習
8		第78回国民体育大会柔道競技中国地区予選会			トレーニング 基礎練習
9					トレーニング 基礎練習、実践練習
10	第73回岡山県高校柔道優勝大会兼第24回中国高校新人大会県予選会		○		トレーニング 基礎練習、実践練習
11					トレーニング 基礎練習、実践練習
12					トレーニング 基礎練習、実践練習
1	第46回全国高校柔道選手権岡山大会		○		トレーニング 基礎練習、実践練習
2		令和5年全日本柔道選手権大会兼予選会			トレーニング 基礎練習
3					トレーニング 基礎練習

名