

## 柔道部



こんにちは柔道です。柔道部は現在 2 年生 4 人、1 年生 4 人の計 8 人で活動しています!! 初心者が主な部活動なので、安心してお入りくださいませ!!

活動日	時間	活動内容など
月	○	稽古
火	×	おふ//
水	○	コーチとの稽古
木	○	筋トレ(自重、ベンチ、体幹)。ラントレ。
金	○	稽古
土	午前	伊志田高校との合同稽古もしくは校内稽古
日	×	おふ//