

【レスリング部】

令和4年度現在

部員数 男子 15名 女子 2名



「基本を学び目指すは全国制覇」

活動場所 格技場2F レスリング場

活動時間 平日: 放課後～19:00 土日祝日: 9:00～12:00 週1日休養日

活動内容 スパーリング（実践練習）を中心に、マット運動や技術練習、補強トレーニングなどを行っています。

最近では、道場内にモニターを常設しIPADを利用し、大学生の試合、世界大会などの試合研究したり、各大会の試合を振り返るなどしています。

そうすることにより、最新の技術を取り入れるなど、新しい学びの方法も積極的に取り入れています。

また、学校での練習以外に、長期休みの時など、県外の高校や大学で合宿を行うことが多く、各種大会では全国各地に遠征します。アクティブに行動し、競技以外のこともたくさん学べることも魅力のひとつです。

活動方針等 本部は1953年に創部して以来、「基本を学び 目指すは全国制覇」のローガンのもと、日々の練習に励んでいます。これまでに団体戦で4度の全国優勝を果たしており、オリンピックの金メダリストも輩出している伝統のある部です。

現在も現役OBやOGの先輩方が毎日のように練習に参加し、胸を貸してくれています。レスリングは格闘技ですが、イメージ以上に頭を使うスポーツでもあります。そのため、基礎体力をつけ、練習を重ねることで、競技力が向上します。

高校からレスリングを始めて全国トップクラスになる選手もいます。いつ始めても遅くはありません！また、大会で全国上位に入賞すると、海外大会や遠征などの代表としても選抜されます。

興味を持った方は、是非一度、道場をのぞきにきて下さい。