

【レスリング部】

令和5年度現在

部員数 男子 12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。道場内にモニターを常設し、全日本大会や大学生の試合などを参考に、技術練習に活用し、生徒同士が自ら研究し練習に取り組んでいます。また、各大会の試合を全員で振り返るなどにも活用しています。学校での練習以外には、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。是非一緒に、全国を目指しましょう。

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」のスローガンのもと、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活動です。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あり、怖いイメージを持っている方もいるかもしれませんが、マットも柔らかくケガのリスクは少ないです。また、イメージ以上に頭を使うスポーツでもあり、全身運動であるため、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、全国トップクラスになる選手もいます。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。

質問や見学希望などは、メールでお問い合わせください。

MAIL : akishowrestling2023@gmail.com