

# 押忍！ 空手道部です！



令和2年度 青森県高体連空手道専門部秋季大会

## 女子個人組手-53 kg級 第3位

令和2年11月23日（月・祝） 於：三沢市武道館

目標	一、「しなやかに強く」をモットーとし、人間形成に精進する。 二、自主性を身に付けるとともに、 何事にも積極的に取り組み、日々の練習に励む。
活動時間	平日 放課後2～3時間程度 土・日・祝祭日 午前3時間程度
活動場所	南薰館（青森南高校 柔剣道場）
最近の成績	令和元年度県高体連空手道専門部秋季大会 女子団体組手第3位 平成31年度県高校総体 女子団体組手第3位



メッセージ



空手道は、パワーや技の正確さ、形の意味の把握などがなされているかを総合的に判定する「**形競技**」と、突きと蹴りの攻撃技術をポイントにより競う「**組手競技**」とがあります。

高校から空手道を始めた初心者でも、練習を積み重ねることで、自分より体格のある相手や経験者が相手でも勝つことができます！

また、高校から始めた部員のほとんどが**在学中に初段（黒帯）の段位を取得**できています！ 有段者であることは、進級に活用できます。



私たちと一緒に「心・技・体」を鍛えましょう！