

痛い?怖い?
全然そんなこと
ありません 🖐️

私たちの団体は
試合で戦ったり
他の人と競ったり
することを目的と
していません

背負投や巴投など
色々な技の仕組みや
受身や礼法といった
柔道の基本や理念を
各自が自分のペースで
学びながら練習しています



柔道習って みませんか

初心者も経験者も老若男女
問わず誰でも大歓迎です
正しい稽古を続ければ
みんな必ず黒帯になれます

柔道でココロも
カラダもつよくなる

青葉柔道会 種谷道場



時間:毎週土曜日18時30分から20時まで
(小学生は19時30分まで)

場所:横浜市立もえぎ野中学校武道場

指導:種谷 亮 講道館柔道六段

詳しくはホームページをご覧ください

