

## 専門競技プログラム【ユース】活動報告

1 種 目 テコンドー

2 日 時 2026年9月7日（月） 19時から21時まで

3 会 場 春日井市立坂下中学校 武道場

### 4 活動内容

今回は、講師から「基本蹴り（前蹴り・回し蹴り・横蹴り）及びミットを持つ受け手の動き」について、重点的に学びました。受け手が間合いを保ちながら、適切な位置にミットを構えることで、ペアの基本蹴りの練習効果が上がることや、受け手においても、相手の蹴りに対応する練習に繋がることを理解しました。基本動作を身につけ、どんどん上達していきましょう。



講師の方々



練習の様子①



練習の様子②



練習の様子③



練習の様子④



整理体操