レスリング部

「心と体を鍛え、自分自身を成長させる」

レスリング部は、現在、全日制男子１名、昼間定時制女子２名（うち１名はマネージャー）で活動しています。部員数は多くありませんが、その分、一人ひとりが目標を持ち、互いに励まし合いながら日々の練習に取り組んでいます。

レスリングと聞くと、「体が大きくなければできないスポーツ」というイメージを持つ人もいるかもしれません。しかし、レスリングは階級制の競技であり、同じ体重の選手同士が対戦するため、体格の大きさは大きなハンディにはなりません。小柄な人でも、技術やスピード、戦術を磨くことで十分に活躍することができます。そのため、男女を問わず、自分の可能性に挑戦できる競技です。

レスリングを通して得られるものは、競技力だけではありません。厳しい練習に取り組む中で、最後までやり抜く忍耐力や精神力が養われます。また、練習や試合では仲間や対戦相手との関わりを大切にするため、礼儀やマナー、相手を尊重する態度も自然と身に付きます。これらは競技生活だけでなく、将来の学校生活や社会生活においても大切な力となります。

練習は月曜日から土曜日まで行っています。基礎体力づくりや筋力トレーニング、技術練習など、それぞれの目標に応じて工夫しながら活動しています。初心者も経験者も、お互いを高め合いながら練習に励んでいます。

レスリングは、自分自身と向き合いながら心身を鍛えることのできる魅力的なスポーツです。体力に自信がない人や競技経験のない人でも大歓迎です。少しでも興味がある人は、ぜひ見学に来てください。私たちと一緒に、レスリングを通して新しい自分に挑戦してみませんか。

☆令和８年度の記録☆

６月　県総体　男子９２kg　第３位
８月　全国グレコロマン選手権大会（滋賀）　出場
11 月　新人戦（女子）　出場予定