

令和7年1月6日

長野県女子選手各位  
長野県女子選手所属指導者各位  
長野県女子選手保護者各位

長野県柔道連盟  
会長 津金 武寿  
長野県柔道連盟女子振興部  
部長 手塚 明日香

### 長野県女子合同練習会のご案内

- 1) 趣 旨 女子柔道選手同士の交流と親睦を深め、女子アスリートとして知っておくべき知識を学び、女子柔道の普及・発展、活性化を図る。
- 2) 日 時 令和7年1月26日(日) 9:30~12:30
- 3) 会 場 ことぶきアリーナ千曲  
〒387-0011 千曲市杭瀬下2丁目4 TEL026-273-0010
- 4) 内 容 座 学 30分  
基本練習 1時間30分  
実践練習 1時間  
※座学では「ココロとカラダ」など、女子アスリートが知っておくべき知識を学びます。保護者の皆さんもぜひご参加ください。

※問い合わせ 長野県柔道連盟女子振興部長 手塚 明日香  
〒399-0701 塩尻市広丘吉田 284  
携帯 090-4818-9724  
Mail [du.uawqwu.ub@gmail.com](mailto:du.uawqwu.ub@gmail.com)

 長野県柔道連盟