

金沢桜丘剣道部



誰でも剣道部に入れます！ あなたの力が必要です！
一緒に楽しく剣道をしませんか？

◇ 部 紹 介

部 員

男子… 3年生3名 2年生7名 1年生2名
女子… 3年生5名 2年生2名 1年生2名 合計21名

主な戦績

※令和3年度

県総体 男子団体… 3位 男子個人… 2位・3位 女子団体… 優勝 女子個人… 2位・3位
北信越 女子団体… 3位
全国総体 男子個人… 3位 女子団体… ベスト16
県新人 男子団体… 優勝 男子個人… 優勝・2位 女子団体… 3位 女子個人… ベスト8

練習時間



平日 16:40～18:30 休日 9:00～11:30 ※休養日は週に1～2回です。
限られた時間で、**最高の成果**を出せるように、**研究・工夫**しています。

剣道部員には、

自然科学コースと**人文科学コース** (いわゆる**特進クラス**) もいます。

勉強にも**剣道**にも打ち込める環境が、**金沢桜丘**にあります！

◇ 顧問紹介

久保洸旗 五段

小田哲生 教士七段

杉本尚志 五段

◇ 目指す人間

心を育み、**自信**をつけ、**社会に貢献**できる人間を目指す。

◇ 目指す剣道

真剣に**本気**で取り組み、**本物**を身につける。



◇ 桜丘剣道部の独自の取組み

『フィジカルトレーニング』 講師 森 亮太 (パフォーマンスコーチ)

森さんはパフォーマンスコーチとして**様々な資格**を持ち、**幼児・小学生・中学生・高校生・大学生・社会人・高齢者**といった**全ての年代**にスポーツ指導を実践しております。**スポーツ科学、教育、医療、福祉**に精通しており、様々な角度から選手を検証し、導いてくれる**スペシャリスト**です。桜丘剣道部では、**独自の体力測定**を年に3～4回行います。その結果を分析し、主に「**スピードを高めるトレーニング**」を指導してもらいますが、他にも「**体のケア**」についても指導を受けられます。



『ココ接骨院・にご接骨院 nico コンディショニングジム』 院長 村田 剛史 ・ 村田 郁絵

※剣道部として、当院での治療を強制するわけでは一切ございません。

ただの接骨院ではなく、**トレーニングジムも兼ね備えた接骨院**です。村田院長は**スポーツトレーナー**でもあり、**実践経験が豊富**です。治療はもちろん、専門的なりハビリ・トレーニングも受けられます。さらに、**インディバアクティブ**は、**メンテナンス&リカバリー**の効果は絶大です！



『ONE TAP SPORTS』

ONE TAP SPORTS は多くのオリンピック選手やプロスポーツ選手が取り入れています。

「**剣道ノート**」の**ウェブ版**です。手書きではなく、部員は**スマホ**で「**体と心のコンディション**」や「**練習の振り返り**」を入力します。顧問は入力された内容を確認して、「**コメント**」を返します。選手のコンディションを**数値で見える化**して、パフォーマンスの向上を目指します！

さらに、トレーナーの森さんがウェブ上で**部員をサポート**します。体力測定の結果から**適切なトレーニング**を教えてくれたり、部員の体の調子に合わせて**体のケア**を教えてくれたりします。

顧問久保は、**理学療法士やトレーナー**が参加する勉強会に定期的に参加しています。

様々な学びや経験を、剣道の指導に役立てています。

