



柔道形Kata比賽 及對主持〈功夫傳奇IV再闖武林〉 的武術新體驗

上回簡單介紹了講道館護身術給大家認識，好高興先分享作為香港形代表隊繼上年奪得

香港第七屆亞洲柔道形錦標賽2018 講道館護身術 金牌
泰國曼谷第八屆亞洲柔道形錦標賽2019 講道館護身術 銀牌



再次同大家分享我們連續第二年參加此Kata比賽的心情及經驗。柔道形的比賽以及練習，是沒有被年齡所局限的，跟競技比賽的情況不同，只要多與對手練習，都一樣會有好成績。同本會以及康文署所提倡的宗旨一樣，不分年齡，人人都可以學柔道，全民運動！

另外，本會被香港電台邀請主持最新一輯〈功夫傳奇IV〉其中一集，以柔道家身份遠赴烏茲別克去體驗另一古老摔跤武術－克拉術。

今次的體驗，另我在柔道的教學上又有另一番見解。取其長處，融會貫通，練習時所用的方法、招式、獨特之處加入柔道技術中，令我們在柔道上更上一層。

荃青柔道會
謝麗儀 主席
鍾玉強 會長



柔道體驗班



三歲定八十？作為柔道教練，常常遇上幼孩家長發問，孩子那麼小可學柔道嗎？就以本會今期新增五位學員，全數都在三歲齡線上，課堂兩小時內活潑可愛，不亦樂乎，除基本熱身動作外，體能練習，柔道基本動作反應一一做到。柔道不只格鬥，更講求自身平衡、重心互動掌握，對小朋友自身保護，增強自信、獨立思考莫大裨益，家長們親歷眼見，憂慮一掃而空。

香港名望柔道會主席
黃楚穎

男女子格鬥訓練班

格鬥不是打鬥，一般而言，新學員總有所求或所想，才登門學藝拜師求教，一是體弱自保強身，二則自強更展自我，當然其中，自然明白箇中道理。柔道是運動項目之一，勝負贏輸定在有法有規下進行以格鬥方式比試而已，在互動中雙方比技術，應對能力，更少不了展現自信和勇氣，格鬥不是打鬥。精巧地通過教練指導，學員進而建立自信，武德兼備也。

香港名望柔道會總教練
黃廣榮

