

村田正夫の

「技をつなぐ柔道」

～バランス・リズム・タイミングでつくる 連絡技 の極意～

村田柔道をひも解く「マインドマップ」を公開!

びわこ成蹊スポーツ大学・村田正夫監督による“連絡技”のDVDが登場です!

柔道の技というものは、単独ではその力を発揮することが難しいものです。いかに得意技とはいえ、相手を崩し、技がかかりやすい形に誘導しなければ一本を取ることはできません。そこで絶対的に必要となるのが“連絡技”なのです。

このDVDでは、連絡技を完成させるためにカギとなる3つの要素『バランス・リズム・タイミング』を意識しながら技のつなぎ方を解説していきます。自分や相手の体をコントロールする方法、相手のリアクションを引き出す術、力の出し入れのコツなど、立ち技の極意ともいえる考え方を連絡技へと昇華していきます。

柔道の指導をはじめたばかりの先生はもちろん、経験豊富な先生にもためになる作品です。技のつなぎや動きの確認、指導のポイントなど、村田監督の確かな理論をぜひ参考してみてください。

技をつないで一本を取る! 柔道の醍醐味を凝縮した、連絡技の強化書!

No.802-S



全2枚セット 12,600円
(分売不可/税込・送料別)

【指導・解説】
村田正夫(びわこ成蹊スポーツ大学柔道部監督)
【実技協力】
びわこ成蹊スポーツ大学柔道部

プロフィール
村田 正夫(むらた まさお)
1964年愛知県生まれ。東海大相模～東海大～新日鉄。86kg級の選手として全日本選抜体重別優勝、エッセン世界選手権3位などの実績を持つ。新日鉄監督、イタリアナショナルチームのコーチなどを経験したのち、2007年よりびわこ成蹊スポーツ大学柔道部監督となる。得意な連絡技は大内刈からの内股。

No.802-1 (41分)

得意技を生かした連絡技の基本

まず、マインドマップを使用しながら連絡技の極意である「バランス・リズム・タイミング」について解説します。その極意を基に、得意技と絡めた連絡技を、様々なパターンで紹介していきます。

- 解説
- 極意について
- 連絡技の必要性

- 得意技へつなぐ
- 大内刈⇒背負投
- 大内刈⇒大外刈
- 大内刈⇒小内刈
- 出足払⇒背負投
- 出足払⇒払腰
- 小外刈⇒内股

- 得意技に見せかけて他の技へつなぐ
- 内股⇒払腰
- 内股⇒体落
- 大外刈⇒大内刈
- 大外刈⇒支釣込足
- 背負投⇒大内刈



連絡技の基礎・基本から、実践的なコーチングのコツまでを公開!!

No.802-2 (47分)

連絡技の実践テクニック

1巻目で習得した基礎をベースにしなが、2巻目ではより実戦で使える形を紹介します。さらに後半部分では、乱取に近い稽古のなかから、指導者として見るべきポイントをピックアップしています。

- 実践テクニック
- アタックゾーンとデンジャーゾーン
- 体捌き

- 得意技へつなぐ(実践)
- 大内刈⇒大外刈
- 体落⇒内股
- 出足払⇒内股

- 得意技から他の技へつなぐ(実践)
- 内股⇒出足払
- 内股⇒小内刈

- 実践練習
- ☆問題点の抽出とアドバイス



インターネットからのご注文は…… <http://www.japanlaim.co.jp>

サンプルムービー配信中!

ダウンロード版

ダウンロード版をご希望の方は:

専用サイト

<http://www.jlc-download.com/>

へアクセスし、パソコンからご購入・ダウンロードしてください。(お支払い方法はカード決済のみとなります)

DVD版

- ご希望の商品番号を指定し、電話かハガキ、FAX、もしくはDVD通販サイトにてお申込みください。
- 到着日指定の「代金引換」の宅配便でお送りします(送料は1回につき525円)。
- 学校公費及び教育機関、また個人研究費などでご購入の場合は、必要書類は担当者までお申し付けください。
- カード(JCB、VISA、MASTER、ダイナース、アメリカンエキスプレス、他)もご利用できます(分割可)。

●お申し込み・お問い合わせはお気軽に!

JLC ジャパンライム株式会社

03(5840)9980

〒113-0033 東京都文京区本郷5-25-14 本郷竹下ビル4F

FAX.03(3818)6656

[2013.10]