



编辑：上海《足球》编辑部  
(上海南京路1000号)

地址：上海南京路中法大药房

电话：(021) 23111111  
(021) 23111111  
(021) 23111111

上海《足球》编辑部地址：上海南京路中法大药房

柔道是一项古老的体育运动，起源于中国，后传入日本。柔道讲究以柔克刚，借力打力。在柔道比赛中，运动员通过摔投、寝技等方式得分。柔道不仅是一项竞技运动，更是一种修身养性的武道。通过练习柔道，可以培养人的毅力、勇气和团队精神。柔道运动员需要具备强大的力量、敏捷的身手和灵活的头脑。在比赛中，他们需要根据对手的动作迅速做出反应，寻找破绽。柔道是一项充满挑战性的运动，也是一项让人受益匪浅的体育运动。