

**柔道は一面、勝負の修行であるけれども、  
また同時に身体の鍛練法でもあり、  
智徳の修養法でもある。**

**One aspect of Judo is the austere  
study of winning and losing;  
another, it simultaneously forges body and spirit;  
also, its intellectual and ethical self-improvement  
method.**

