

# 極真カワラ版

## 山形東鈴川支部

vol.3

H19.9.1発行

### 行事予定

9月2日(日)

秋季昇段昇級審査会  
(県武道館)

10月14日(日)

第3回東北極真カップ  
空手道選手権大会  
(世界大会選抜)  
(県体育館)

10月31日(水)

11月7日(水)  
田畑師範スペインセミナー  
(名古屋)

11月18日(日)

レディース&シニア大会  
(名古屋)

### 今月の1枚

羽黒山夏合宿



第3回東北極真カップ空手道選手権大会を十月十四日(日)、山形県体育館で主催します。今まで培ってきた「力」を今こそ発揮する時です。空手は反復稽古の連続です。ただ反復するのではなく、心を込めて「一心力」で技を打つていきます。稽古を続けていく過程で、どうしても「忍耐力」が必要となります。この「忍耐力」が「根性」、「精神力」を強くして行きます。早く強くなる人、早く帯の上がる人には、この「忍耐力」がつきにくい事もあります。やはり、じっくりと歩んできた人の方が、最終的に「本物」になります。この東北大会で「経験」を積んで、この「経験」を「自分の宝」にして頂きたいと思えます。選手は選手で頑張り、又、演武会で自分の力を発揮する事も出ます。運営委員も大切な仕事の一つになります。大会は全員の総力戦で闘っていかなければ、成功しません。大会は皆さん、一人一人の参加が必ず大会を成功へと導いてくれます。一丸となりアタックしましょう！

師範 田畑 繁

阿部 瑛斗くん  
10歳 4級



入門動機：  
ケンカが弱かったから。  
初めて稽古した時：  
少し緊張した。  
初めて組手をした時：  
うまくいった。  
組手と型：  
型が好き。  
技を覚えるのが楽しい。  
これからの目標：  
試合で勝ちたい。

### <稽古日誌>

鈴川少年部  
19年8月27日(月)

午後6時30分 稽古開始

基本稽古 突き・受け 各10本  
蹴り 各10本

帯ごとに分かれて審査規定の  
移動と型

型の発表会

全体的な反省と意見：

不注意による怪我が起きないように気を付けました。審査会、東北極真カップ大会が近づいているので、基本をしっかりとし、大会では組手が得意な人は組手試合、型、移動稽古が得意な人は少年演武で頑張りたいと思いました。

00

轡田 禎指導員

### <事務局だより>

いよいよ東北極真カップ大会が近づいてきました。年に一度の東北チャンピオンを決める大会です。一般クラスは来年の世界大会の出場選手選抜大会となります。組手、演武の申込締切は9月8日(土)ですので、期日厳守をお願い致します！