

極真力ワラ版

天童支部教室

vol.2

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」で技を打っていきます。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。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

小関 智大君 11歳 2級



入門動機：
強くなりたかったからです。

初めて稽古した時：
つらかった。

初めて組手をした時：
痛かった。

組手と型：組手が好き。
強く技が打てるから。

これからの目標：
今よりもっと気合いを大きくしたい。

<稽古日誌>

天童少年部
19年7月9日(月)

午後6時45分 稽古開始
ランニング

基本稽古 突き・受け 各10本
蹴り 各10本

キックミット

パンチ・パンチ+ロー・パンチ
+ミドル・パンチ+ハイ・
パンチ+ローハイ

+膝蹴り

ローを受けてからパンチ+蹴り
型 太極、平安 ~

全体的な反省と意見：

新しい少年部が多くなってきたので、基本的な立ち方等をしっかりしていきたいと思えます。号令に対する気合いの返しを、もう少し早くしていきたいと思えます。

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！