

7/4 (土) 17:00~18:00

オンライン通常稽古

【井上・玉木・磯野組】

統率：吉田さん、西郷さん

参加卒業生：なし

欠席/遅刻：井上

内容

前回の復習：玉木、磯野

後ろ手首取り小手下ろし：玉木、磯野

後ろ手首取り一教：玉木、磯野

後ろ手首取り裏返し：磯野、玉木

後ろ手首取り裏返しの導きの稽古

後ろ手首取り裏返し（受け）：玉木、磯野

後ろ手首取り裏返し 下の手の稽古

後ろ手首取り裏返し 上の手の稽古

後ろ手首取り裏返しの稽古

後ろ手首取り裏返し（受け）：磯野

フィードバック

後ろ手首取り裏返し（受け）：玉木

フィードバック

後ろ手首取り裏返し：玉木

フィードバック

後ろ手首取り裏返し：磯野

フィードバック

今日のまとめ：玉木、磯野、西郷さん、吉田さん

今日のポイント：受けを意識する

【松尾・内田・加藤組】

統率：多賀谷さん

参加卒業生：なし

欠席/遅刻：安川さん

内容

後ろ取り呼吸投げ：松尾

フィードバック

後ろ取り呼吸投げ：松尾

後ろ取り呼吸投げ：内田

フィードバック

後ろ取り呼吸投げ：内田

後ろ取り呼吸投げ：加藤

フィードバック

後ろ取り呼吸投げ：加藤

片手両手取り呼吸投げ円運動：松尾

フィードバック

片手両手取り呼吸投げ円運動：松尾

片手両手取り呼吸投げ円運動：内田

フィードバック

片手両手取り呼吸投げ円運動：内田

片手両手取り呼吸投げ円運動：加藤

フィードバック

片手両手取り呼吸投げ円運動：加藤

首絞め三教：内田

天地投げ：内田

フィードバック

首絞め三教：松尾、内田、加藤

胸突き呼吸投げ前方投げの稽古

今日のポイント：足を意識する

【高石、高橋、朴、一年生組】

統率：関口さん

参加卒業生：なし

欠席/遅刻：村松さん、朴

内容

肩取り三教：高橋

フィードバック

肩取り三教：高橋

肩取り三教（受け）：高橋

肩取り三教の稽古

肩取り四教：高石

フィードバック

肩取り四教：高石

肩取り四教の稽古

今日のポイント：半身を意識する

感想

こんにちは。私、二年の高石です。久しぶりに我が家のマルチーズをトリミングに出し、とても可愛くなって帰ってきました。マルチーズは毛がすぐに伸びてしまって、可愛いのがカットした最初の一週間だけなので、そこがもったいないと思います。この間、ペットショップでバイトしている姉がゴキブリを連れて帰ってきたらしく、今まで見たことがないくらい大きなゴキブリが私の部屋に現れました。気持ち悪すぎてもう一生忘れられません。動きが気持ち悪いのか、何が他の虫と違うのかわかりませんが、ゴキブリは何度見ても慣れません。失礼致します。

担当：高石李紅