

4/21(木)16:45~17:30

師範稽古

統率：藤平信一師範

参加卒業生：なし

欠席/遅刻/早退：玉木さん、加藤さん、井上さん、朴さん、リーリー/新妻さん、村上さん
/なし

内容

立ち姿の稽古 二人一組

小指側を当てて相手を動かす稽古 二人一組

拳を作って構えた状態で統一体ができていないかの稽古 二人一組

相手を体全体で飛ばす稽古 二人一組

呼吸動作の稽古 二人一組

昇級審査の確認 二人一組

準1級 新妻さん、蓮尾

準4級 中根

ポイント：土台を整えること

感想

こんにちは、二年の中根です。今日は天気が良いですね。部誌を書いているのは金曜日の正午ごろです。先ほどアイスを食べました。銘柄はスーパーカップのチョコクッキーです。最近は何んでも質より量を優先するので、大体スーパーカップばかり食べています。本当は他の種類のアイスも食べたいのですが、量が少ないので物足りない感じがしてしまいます。そんなこんなでアイスを食べました。昨日部報と名簿の更新とブログを書くと言ってしまったのですが、睡魔との戦いに敗れ、何一つ手をつけていません。また、今日までの課題も終わっていません。さらに、昇級の練習もできていません。こうやって考えている間にとりあえず手を動かすことから始めようと思います。今日は暑いので熱中症にならないよう図書館に籠ろうと思います。2限に間に合わなかったので5限のためだけに三田キャンパスに行くのは大変ですから、ついでに図書館で勉強します。三田キャンパスの図書館は快適ですよ。もちろん、日吉のメディアセンターも好きです。こここのところ休日に寝溜めできていないので、思考回路が変な方向に行っている気がします。変な人にならないよう気をつけなければ。まだあと数行残っていますね。今日は久しぶりに自炊をしました。定番のカレーです。家に肉がなかったのでじゃがいもとにんじんと玉ねぎだけのカレーになりましたが、美味でした。昇級頑張ります。それでは。

担当：中根榛那