

5月21日(土)15:00~17:00

通常稽古

統率：磯野さん

参加卒業生：なし

欠席/遅刻/早退：内田さん、井上さん、朴さん、蓮尾/玉木さん、加藤さん/なし

内容

準備運動

ストレッチ

受け身の稽古

膝行各種

受け身各種

胸突き小手下ろしの捌きの稽古 二人一組

胸突き小手下ろしの胸突きの稽古 二人一組

胸突き小手下ろしの転換の稽古 二人一組

胸突き小手下ろしの投げるところまでの稽古 二人一組

胸突き小手下ろしの締めの稽古 二人一組

胸突き小手下ろしの練り稽古 二人一組になって受け取り交代して20本ずつ

今日のポイント：指先の方向を意識し、最小限の動作で捌く

感想

こんにちは、二年の中根です。今日は誕生日だったのですが、本当にいい日でした。眉毛カットが失敗したり、切り売りの時間を間違えていて木札が買えなかったりとハプニングはありましたが、こんなにがっつり誕生日をお祝いしてもらえたのは初めてのことで、ものすごく嬉しかったです。最近テストがあったり課題が思ったより多かかったりと忙しくて、運動不足気味だったので今日の稽古は少しきつかったです。ただいい汗をかいて課題や勉強のストレスが発散できたので、とても良かったです。最近ご飯を食べると眠くなるのですが、課題がたまっている時ほどご飯をたくさん食べてしまい、集中できずに終わることが多々あるので、何かのご褒美にご飯を食べるようにしようと思っています。課題が終わったら食べれると思えば、気の進まない課題でもモチベが出るかなと期待しています。今日はこれから課題四つとテスト勉強をして寝ます。今相当眠いので、おそらく何もやらないで寝ることになりそうです。明日はがっつり勉強しないとテストがやばいので、頑張ります。来週あたりには木札も買いに行かなければなりません。とりあえず、必修科目のテストがやばかったので、他の科目だけでも頑張らなければ。それでは。

担当：中根榛那