

8/8(月)10:00~12:00

戸田先生稽古

統率:戸田先生

欠席/早退:内田さん、朴さん/蓮尾

内容

審査会第二十四体技 杖投げの稽古

呼吸投げの稽古

呼吸投げ(前方投げ)の稽古

逆手持ち呼吸投げ(前方投げ)の稽古

四方投げの稽古

二教の稽古

小手下ろしの稽古

呼吸投げ(切り返し)の稽古

呼吸投げ(足すくい)の稽古

審査会ペアでの演武

取り(玉木さん) 受け(村上さん) 77 秒

取り(井上さん) 受け(奥さん) 83 秒

取り(磯野さん) 受け(小森) 68 秒

取り(橋山さん) 受け(加藤さん)

審査会剣技

新妻さん

中根

今日のポイント:相手をよく知る

感想

本日は、土用稽古の後に戸田先生稽古の二本立てでした。お恥ずかしいことに私はテスト期間中に稽古をしていなかったために体力が持たず、稽古の最後の方では力尽きてしまって集中力が散漫でした。体力をつけるにはやはり筋トレやひたすら周りを回るなど、シンプルな努力が必要そうです。また、私はありがたいことに審査会に剣と杖で出させていただけることになったのですが、練習不足で今日の進捗報告の場では盛大に間違えました。ここはポジティブに、直せるところがいっぱいあって伸び代がたくさんだと思うことにします。最近暑くて、稽古がない日に道場に行くことがあまりないので、家でできることから始めたいです。ちなみに、本日の昼食兼夕食は浜虎のつけ麺でした。このところ自炊をされていて久しぶりの外食だったのですが、とても非常においしかったです。明日も早いので、体操をしてもう寝ます。それでは。

担当:中根榛那