

10/17(土) 15:00~18:00

早慶合同稽古

参加卒業生：松本監督、斉藤コーチ、北野先輩、二見先輩、小柴コーチ、勝田先輩、中根コーチ

欠席/遅刻/オンライン参加/オンライン遅刻：内田さん、高橋さん、井戸/なし/安川さん、朴さん/井上さん

統率：阿部さん（早稲田）

内容

準備体操

ストレッチ

受身各種

前膝行

統率：関口さん（慶應）

内容

横面打ちの攻撃の稽古 二人一組

横面打ちの捌きの稽古 二人一組

横面打ち呼吸投げ（8の字）の導きの稽古 二人一組

横面打ち呼吸投げ（8の字）の稽古 二人一組

横面打ち呼吸投げ（巻き込み）の稽古 二人一組

統率：阿部さん（早稲田）

内容

手刀合わせの稽古 二人一組

正面当てと逆構え当ての稽古 二人一組

脇固めと下段当ての稽古 二人一組

隅落としと前落としの稽古 二人一組

逆構え当てから逆構え当ての連続技の稽古 二人一組

逆構え当てから隅落としの連続技の稽古 二人一組

懸り稽古

早慶合同稽古演武会

内容)〈演武競技〉

諏訪さんー太田さん

長谷川さんー清水さん

吉田さんー関口さん

柏崎さんー安藤さん

多賀谷さんー玉木さん

松家さんー若旅さん

関口さんー多賀谷さん

阿部さんー内藤さん

〈乱取り競技〉

吉田さんー柏崎さん 0-6 (一本1技あり1)

関口さんー松家さん 0-0

多賀谷さんー阿部さん 0-2 (技あり1)

今日のポイント：積極的に教わる

感想

こんにちは。私、一年の奥です。前回の早慶合同稽古は欠席していたので、今日は自分としては約一か月振りでした。初回の反省から、早稲田の方にしっかりと心身統一の技を教えるということを目指していましたが、やはり上手くいきませんでした。今日扱った技をあまり知らなかったというのがありますが、どういったアドバイスをしてあげたら良いのかも分からず、自分の未熟さを再び自覚しました。ただ一方、吉田さんや早稲田の方の稽古の実験台になることで前回の稽古より多少は役に立てたというのは良かったです。早稲田の稽古は、前回休んでいたこともあり、ついていくのが大変でした。一番印象に残っているのは隅落としです。威力は大きい代わりに自分の体勢も崩れやすいという捨て身のような技で、かっこいいと感じました。肘を使うなど、技のかけ方にバリエーションがあって、個性が出る技でもあります。来年懸り稽古に参加できるようになったら、是非使ってみたいです。演武競技では、私はタイムキーパーを担当させていただきました。静かで、OBの視線もあったので緊張しました。お互いに礼をして頭が上がったタイミングでカウントスタート、同様に演武後のお互いに礼をして頭が上がったタイミングでカウントストップ、振り向いた後の立ち去る間に「ただいまの演武、〇〇〇秒です」と言うのが仕事です。秒以下は切り上げで、60秒以上でも〇分〇秒とは言いません。一応メモ代わりに記しておきました。稽古が終わった後にも、早稲田の部員の方々と交流しました。早稲田の安藤と小谷部とは高校同期なので話やすく、稽古の補足などをしていただきました。次回は競技会なのでしょう。とても楽しみです。それでは失礼致します。

担当：奥俊介