

10/24 (土) 13:00~15:00

通常稽古

統率：関口さん

参加卒業生：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：西郷さん、朴さん/なし/安川さん、井上さん/
なし

内容

準備体操

ストレッチ

独り技

後方転倒受身

周りを回る

馬跳び

一教技の稽古 二人一組

横面打ち呼吸投げ(前方投げ)の捌きの稽古 二人一組

横面打ち呼吸投げ(前方投げ)の稽古 二人一組

横面打ち呼吸投げ(前方投げ)の懸り稽古 三列に分かれて10本ずつ

舟こぎ技の稽古 二人一組

両手持ち呼吸投げ(前方投げ)(楷書)の稽古 二人一組

両手持ち呼吸投げ(前方投げ)(草書)の稽古 二人一組

両手持ち呼吸投げ(前方投げ)の懸り稽古 三列に分かれて10本ずつ

今日のポイント：腰の動かし方に注意する

感想

こんにちは。一年の奥です。今日の稽古は卒業生が多数お見えになっていて、マンツーマンで指導を仰ぐことができ、とても充実したものでした。特に勝田先輩は噂通り「いいねえ～」を連呼される陽気な方で面白かったです。横面打ち呼吸投げは結構形が分かって楽しかったのですが、両手持ち呼吸投げの方は難しかったです。橋山も苦勞していたようなので、難しい技なのだと思います。舟こぎ技の稽古からしっかりやっていきたいと思います。話は変わりますが、昨日から人生初のバイトを始めました。レジ業務が本当に下手で辛かったのですが、傍についてくれていた女性が優しく教えてくれたのが救いでした。お姉さん、神。とっていたら、その女性、実は高校一年生でした。4才下の子に優しく教えてもらっていました。ちょっと複雑な気持ちです。それでは失礼致します。

担当：奥俊介