

10/26(月)15:00~17:00

通常稽古

統率：関口さん

参加卒業生：なし

欠席/遅刻/オンライン参加/オンライン遅刻：西郷さん、井上さん/なし/安川さん/朴さん/  
なし

内容

準備体操

ストレッチ

独り技

後方転倒受け身

周りを回る

腰送り

馬跳びの稽古

腰送りの稽古

正面打ち呼吸投げの稽古

短刀取り正面打ち（呼吸投げ）の稽古

胸突き小手下ろしの稽古

短刀取り胸突き小手返しの稽古

正面打ち呼吸投げの係り稽古

胸突き小手下ろしの係り稽古

今日のポイント：統率者の動きを見て学ぶ

感想

こんにちは、私一年の橋山です。統率者の足の動きを見るという稽古でした。自分が今まで漠然としか見ていなかったことがわかります。

技がなんとなく上手くいかない、違和感があるというとき、改善すべきポイントは基本にあることが多いとよく思います。目線、姿勢、足の位置などを直せば今まで上手くいかなかった技があっさり綺麗におさまるといようなことです。私はピアノをやっていた時期がありますが、同じことを思った覚えがあります。小手先の技術も大事ですが、座っている時の姿勢が綺麗か、指がきちんと丸くなっているか、みたいな基本から見直すと驚くほど良くなる、という経験です。どうやら何をやるにしても基本に返るということは大事らしいです。それでは失礼致します。

担当：橋山