

12/5 (土) 13:00~15:00

通常稽古

統率：村松さん

参加卒業生：中根コーチ

欠席/遅刻/オンライン出席/オンライン遅刻：内田さん/なし/井上さん、朴さん/なし

内容

準備体操

ストレッチ

独り技

後方転倒受身

周りを回る

立ち姿の統一の稽古 二人一組

【中根コーチ・村松さん・玉木さん・奥・橋山組】

歩き方の稽古

剣技Ⅰ・Ⅱ

フィードバック

【吉田さん・加藤さん・磯野さん・村上・井戸組】

歩き方の稽古

杖技Ⅰ・Ⅱ

フィードバック

稽古着の乱れの確認 二人一組

今日のポイント：自信を持つ

感想

こんにちは。一年の奥です。今日は審査会前最後の稽古でした。今日は剣の人しか見ていないのですが、皆以前に比べ格段に良くなっていました。特に橋山は合気道の先輩ではありますが、成長の速度が速くて、とんでもない仲間に出会ってしまったと改めて感じました。同じ技でありながら、各々の個性がはっきりと出ていて、自信を感じられて、どうやって一番を選ぶの・・・となっています。画面の向こうから応援しています。では。

担当：奥俊介