

9/25 (金) 10:30~12:00

師範稽古

統率：戸田先生

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：なし/なし/安川さん、朴さん/なし

内容

立ち姿の統一の稽古

坐技半立ちで前方回転受け身の稽古

指先まで氣を通わせる稽古

下方手首交差技・上方手首交差技の稽古

後ろ取り呼吸投げの捌きの稽古

後ろ取り呼吸投げの稽古

後ろ手首取り呼吸投げ（前方投げ）の稽古

- 黒帯

後ろ手首取り呼吸投げの稽古

二人一組

後ろ手首取り小手下ろしの稽古

二人一組

後ろ手首取り二教の稽古

二人一組

後ろ手首取り呼吸投げ（回転投げ）の稽古

二人一組

後ろ手首取り小手下ろしの稽古

二人一組

- 黒帯以外

後ろ手首取り首締め三教授げの稽古

二人一組

指先まで氣を通わせる稽古

二人一組

今日のポイント：指先から爪先まで全身に氣を通わせる。

感想

こんにちは。一年の村上です。師範稽古は途中休憩がないため、稽古内容を思い出すのが少し大変でした。頑張っけて慣れていきたいです。ところで、最近は劍技・杖技の難しさを感じております。動きを正確かつスムーズに行うだけでなく、周りとのタイミングを合わせることが難関です。しかし、劍技・杖技の理合を知ったことで、その奥深さも感じております。今後とも精進に励む所存です。それでは失礼致します。

担当：村上源