

2/17 (水) 10:00~11:30

オンライン師範稽古

統率：戸田貴之先生

参加卒業生：なし

欠席/遅刻/早退：なし/なし/なし

内容

横面打ち呼吸投げ(巻き込み)の稽古

横面打ち呼吸投げ(切り返し)の稽古

横面打ち呼吸投げ(入身)の稽古

横面打ち呼吸投げ(素通り投げ)の稽古

横面打ち小手下ろし(反対転換)の稽古

片手取り四方投げ(転換)の稽古

片手取り呼吸投げ(切り返し)の稽古

片手取り呼吸投げ(前方投げ)の稽古

片手取り一教(転換)の稽古

後手首取り呼吸投げ(切り返し)の確認

後手首取り呼吸投げ(裏返し)の稽古

五種を通す稽古

今日のポイント：相手の氣の向きを意識する

感想

こんにちは。一年の奥です。今日の稽古はとても大変でした。テーマは「昇級では扱わないけれど昇段では扱うかもしれない技」で、慣れない技が多かったので、技の形はもちろん、技の名前を把握するのも大変でした。村上君が今日の技のメモを教えてくれたので感謝でした。戸田先生からは「氣」と「心」の話がありました。氣は天地に満ちているもので、人の内にある心の動きが氣を通じて他の人に届けられる。まるで音が空気を伝って聞こえるように。これが氣を感じるということだと私は認識しました。今日やった技もすでに半分くらい忘れてしまい、とても悲しいです。覚えている技だけしっかり練習していきたいと思います。とにかく今日はとても疲れました。今夜は沢山寝たいと思います。最低8時間は寝たいと思います。8時間じゃ足りないかもしれません。10時間くらいがちょうどいいでしょうか。私は寝すぎると疲れてしまうタイプなので、適当なタイミングでベッドから出ないといけません。昼寝をして効果的に睡眠をとるのも良い気がします。寝るのが楽しみです。おやすみなさい。すやぴー。それでは失礼致します。

担当：奥俊介