

3/11 (木) 10:00~12:00

オンライン稽古

参加卒業生：なし

欠席/遅刻/早退：内田さん、井上さん/なし/なし

【A グループ：吉田さん、朴さん、井戸、新妻】

統率：吉田さん

内容

一教技の稽古

一教技の号令の確認

横面打ちの捌きの稽古

横面打ち四方投げ(入身)の稽古

横面打ち四方投げの(転換)の稽古

横面打ち呼吸投げ(8の字)の稽古

腕振り跳躍技の稽古

横面打ち呼吸投げ(前方投げ)の稽古

前後技の稽古

今日のポイント：半身を意識する

担当：井戸宗達

【B グループ：村松さん、加藤さん、井上さん、橋山】

統率：村松さん

内容

準備体操

ストレッチ

独り技

後方転倒受け身

横面打ち四方投げの稽古

横面打ち四方投げの練り稽古

短刀取り横面打ち四方投げの稽古

短刀取り横面打ち四方投げの練り稽古

後方転倒受身 50本

横面打ち呼吸投げ(8の字)の稽古  
横面打ち呼吸投げ(前方投げ)の稽古  
横面打ち呼吸投げ(8の字)と横面打ち呼吸投げ(前方投げ)の練り稽古  
腕まわし技の稽古  
後方転倒受け身の稽古  
三種を通す稽古

今日のポイント：初動を大きくする

担当：橋山龍乃介

【Cグループ：玉木さん、内田さん、磯野さん、奥、村上】

統率：磯野さん

内容

横面打ち四方投げ(入身)の稽古  
横面打ち四方投げ(入身)の練り稽古  
横面打ち四方投げ(転換)の稽古  
横面打ち四方投げ(転換)の練り稽古  
横面打ち呼吸投げ(前方投げ)の稽古  
横面打ち呼吸投げ(前方投げ)の練り稽古  
横面打ち呼吸投げ(8の字)の稽古

今日のポイント：横面打ちの取りの際、受けを自分側に引き込み過ぎて受けの姿勢を良くしてしまわないように注意する

担当：奥俊介

感想

こんにちは。一年の奥です。今日は横面打ちを沢山やりました。結構分かる技が多いので楽しくできました。早く人と一緒にやって、実際の感覚に調整していきたいです。道場に行くのが待ち遠しいです。昨日成績発表がありました。無事商学部2年に進級できることになりました。やったー。来年は落単しないよう一層気を引き締めて参ります。正直な所、2年生になっても厳しい戦いが続くと思います。応援のほど宜しくお願い致します。それでは失礼致します。

担当：奥俊介、橋山龍乃介、井戸宗達