

夢太新聞 2018 4月号



空手の動作は手足を瞬時に、右手はここ、左手はここ、右足はここ、左足はここ、といった感じに動かします。手足をバラバラに瞬時に動かすことが最初は難しく、そして手足を動かすべき位置を覚えるのも大変です。一度には覚えきれない手足の動かすべき位置は、毎回の稽古で説明しているのだから、焦らず少しずつ覚えていって欲しいと思います。

少しずつ覚えていけば良いのですが、しかし一回一回の動作で自分が正しい動作が出来ているかどうかを、道場生には自身でしっかり確認して欲しいと思います。ただ受身で説明を聞いているだけでは、動作は身に付きません。動作→確認があってこそ動作は身に付きます。

この確認の作業も最初は難しく、確認すること自体に時間がかかったりします。しかし根気よく続け、慣れていけば確認の時間は短くなり、瞬時に取った動作の中で自分の手足の位置が実際に手足を見ずとも瞬時に感覚で分かるようになります。そして瞬時に取った動作が誤りであれば、瞬時に訂正できる、動きの速さに繋がる優れた身体感覚となります。

優れた身体感覚は優れた思考感覚にもなりうるものですが、自分への確認作業は反省の類義語である内省(自分の考えや行動などを深くかえりみることに通じ、自分の考えに誤りがあれば素直に訂正する謙虚な心へ至るもの)と思います。私も自分への確認作業がフィジカル・特にメンタル的にまだまだ不十分ではありますが、道場生の皆さん、自分への心身ともに確認作業を高めていきましょう。

お知らせ1. 道場の休み ※稽古開始2時間前の警報発令時は稽古はお休みです。

<休み>

美馬道場…4/16(月)・4/30(月) 鴨島道場…4/14(土)・4/28(土) 徳島市加茂道場…4/20(金)
阿南東道場…4/14(土)<選手クラスのみ、少年部クラスは通常どおり>

お知らせ2. 阿南道場、稽古場所の変更<4/4(水)より>

阿南道場は 4/4 (水)より以前の稽古場所であった阿南市武道館にて稽古を行います。改めて以下に稽古場所と稽古時間を記載しますのでご確認ください。

場所…阿南市武道館 <〒774-0022 徳島県阿南市大湊町 210-56 電話 0884-28-1533>

時間 水曜日…少年部・一般部合同クラス 19時～20時30分 自主練習 20時30分～21時

土曜日…強化クラス 一部 18時～19時(少年部・一般部合同) 二部 19時～20時(やる気のある少年部・一般部合同)

お知らせ3. 春季昇級審査会

上記審査会を下記の要項で実施します。受審希望の方は各道場、指導員まで申し出て下さい。

とき…4/8(日) 場所…鴨島道場 集合…午前9時30分 開始…午前10時 受審料…1人7,000円 ※審査申込書と受審料は同時に指導員まで提出してください。

お知らせ4. 第35回全四国空手道選手権大会

下記の日時に第35回全四国空手道選手権大会が行われます。出場する道場生の皆さんは頑張りましょう!!

とき…2018. 4/15(日) 場所…高知市東部総合運動場・くろしおアリーナ(〒781-8125 高知県高知市五台山1736-1 電話: 088-878-1150)

お知らせ5. 四国・岡山合同稽古

下記の日程で四国・岡山合同稽古が開催されます。大会を目指す人は、ぜひ参加しましょう。

とき…5/6(日) 午前11時～午後3時30分頃 準備物…道着・サポーター・水分

ところ…西条市総合体育館<愛媛県西条市ひうち1番地2 TEL 0897-53-3006> 稽古内容…スパーリング・型・補強

※稽古後の食事会参加の方は事前に逢坂までご連絡ください。

お知らせ6. 2018JKJO全四国空手道選手権大会

下記の日時に2018JKJO全四国空手道選手権大会が行われます。出場希望の方は指導員までお問合せ下さい。支部内締切…4/21(土)

とき…2018. 6/10(日) 場所…普通寺市民体育館(〒765-0031 香川県普通寺市金蔵寺町398-6 電話:0877-62-7400)

お知らせ7. カラテドリームフェスティバル2018国際大会

下記の日時にカラテドリームフェスティバル2018国際大会が行われます。出場希望の方は指導員までお問合せ下さい。

とき…2018. 6/23(土)・6/24(日) 場所…東京体育館(東京都渋谷区千駄ヶ谷1-17-1)

※なお今回より申し込み方法がOSU-NETによるオンライン申込となります。詳細は出場者に案内致します。

オンライン申込期間は4/1(日)～4/13(金)です。