



かなけん日記

Vol. 9 (R7. 10. 9)

【今月おこなった稽古内容と気付き】

1. 体操(※5分前行動！全員で円陣)→ 体操・素振り
2. 整列(※弓道場側より、一般・中学生・小学生の順に着座)→ 挨拶
3. 稽古
4. 整列 → 挨拶 → 整理体操 …終了

10 月は小中学生
22 名参加!!

■基本稽古

<ul style="list-style-type: none"> ・切り返し ・面打ち (大4本×2、小4本×2) ・小手打ち (4本×2) ・小手面打ち (4本×2) 	<ul style="list-style-type: none"> ・基本稽古は小学生同士、中学生は大人と行う ・2列で行う ・移動は右回り
<p>・お久しぶりのかなけん日記！みなさんお元気でしたか？日記は更新していなくても毎月のかなけんデーにはたくさんの剣士が集っています。近頃は一般の大人の方もたくさん参加してにぎやかですネ (^_-)☆</p> <p>・さて今月のかなけんデーは、秋季大会が目前だったこともあり若干少なく感じましたが、そのぶん一人一人とじっくりお稽古ができて良かったです。中には清田先生から打突の機会を教えていただいている生徒もいましたね。試合でうまく打てるとよいですね(^o^)/</p>	

■稽古

<ul style="list-style-type: none"> ・お互いにしても○ ・一般の先生方に並んでも○ 	<ul style="list-style-type: none"> ・目安として2分半のタイマーを鳴らすが、それ以上続けていてもかまいません ・並んでいる時間を減らし、積極的に稽古をしましょう
<p>・だんだんかなけんデーに慣れてきたので、先生方の列に並んだりお互いに「やろう！」と声をかけあったりできるようになってきましたね！</p>	

■ルールがあるよ

ア) 稽古に来たら入口にある名簿に必ず名前を記入しよう♪

※一番に来た子は名簿を袋から出して記入してください。他の子にも記入するよう声掛けてね♪

■マナーがあるよ

ア) 道場の出入りの際には正面に向かい一礼をしましょうね

【クイズ】

Q 五輪の書(宮本武蔵・著)【火の巻】では「兵法とは勝ことなり」とありますが、武蔵が言う『勝つ』ってどんなこと？

1. 相手にたくさん打ち込むこと
2. 試合で勝つこと
3. 相手を怖がらせること
4. 自分の心の弱さに打ち勝つこと

武蔵の心がわかってきましたか？ (*'ω'*)

回答を知りたい人は次回の稽古時に堀内会長に聞いてみてね♪