

極真通信



国際空手道連盟

極真会館北海道支部

毎週火曜日 12時半から脂肪燃焼コース開始！！
道場生の保護者の方は1回500円で参加できます。

平成23年2月発行

行事予定

南北海道大会迫る！



3月21日(祝月)
祝日の為2時間繰り上がり

3月27日(日)
第6回南北海道武道選手権大会～心～
室蘭市体育館(室蘭市宮の森町4丁目1-43)

今年で6回目を迎える「南北海道武道選手権大会～心～」が来月の27日に迫ってきました。毎年熱い戦いが室蘭で行われています。

まず南北海道大会はトロフィーの大きさがかなり大きいです。優勝者には1mを超えるトロフィーが授与されます。

また今の学年で出れる最後の大会にもなります。6年生にとっては小学校最後の試合になるでしょうから、気合も入ります！

そして今回の参加賞も豪華な物になっています。

北海道大会にも出ている選手達と戦える絶好のチャンスでもあるので、本部道場生も時間があれば是非参加してください！！

当日は本部からバス(有料)も出ます、室蘭までの運転が心配な方や移動手段が無い方はご利用ください。またバスに乗る方は申込が必要です(別紙でお配りします)ので宜しくお願いします。

自分なんかか・・・と思わず、勇気をもって一歩踏み出してみましょう！！

帯のお話

道場の稽古でも先生に言われていると思いますが、皆さんが腰に巻いている帯は飾りではありません。

帯の色が変わるたびに覚える技も増え、後輩達の面倒を見る責任も伴います。

昇級して帯が上がるのは嬉しい事です。しかしそれだけ大変な事でもあるのです。

後輩は先輩の事を後ろからずっと見えています。稽古を真剣にやらなければ、自分が下手になるだけでは無く、後ろにいる後輩達まで下手になってしまいます。

やる気が無い日もあるかもしれませんが、そんな時は後ろに立つ後輩達の為に頑張ってみましょう！！

まずは身だしなみを整えて、大きな声を出すことです。

☆今月の頑張ってる賞☆

米山楽人くん
小学1年生 10級



目標「大会で優勝する」

少年1部に通う楽人くん、その練習態度は真剣そのものです。不動立ちのかっこよさNo.1の称号を与えたいぐらいですね。組手でも誰よりも汗をかいて頑張ってます！今は来月の南北海道大会に向けて特訓中です！

指導員のつぶやき



指導員T～私事ですが、14日で41歳になりました。幼馴染も自分お誕生日を覚えてくれるくらい珍しい？日にちなんで、気力・体力もまだまだ若い人には負けませんよ(〇〇)v

指導員Y～雪の季節は大変ですね・・・自分の家は駐車場までの道も除雪しなくてははいけないので大変です。ぎっくり腰になってから除雪中は再発しないか少し心配です。