



毎週金曜日20時親子コース盛上っています！
道場生の保護者の方は1回500円で参加できます。

極真冬合宿

行事予定

平成27年1月号



- 2月11日(水) 祝日の為、二時間稽古時間が早まります
- 3月1日(日) 第10回全日本ジュニア選手権 [兵庫県立武道館]
- 3月29日(日) 第10回オーブントーナメント 南北海道武道選手権大会 [室蘭市体育館]

「我を忘れる」

疲れるまで練習するのは普通の人。倒れるまで練習しても並のプロ。疲れたとか、このままでは倒れるというレベルを超え、我を忘れて練習する、つまり無我の境地に入った人が本当のプロだ。
(川上哲治 巨人V9監督)

成功している人たちは、見えない所で人並みはずれた努力をしています。川上さんの言葉を読むと努力してるなんて、軽々しく言えません。

今の自分の殻を破る。限界を突破するには、我を忘れたものが必要です。では、「我を忘れる」とは、どうすればいいのか？ ちょっと難しいですね！誰にでもできる良い方法があります。それは、自分ではない人に成りきることです。自分では乗り越えられない壁にぶつかった時、自分の知っている人でその分野で「自分より出来る人」を思い浮かべてるんです。できれば、うんとレベルの高い人がいいですね！

イメージ出来たら、次は、「その人ならどうするか？」と考えるんです。そして、その人に成りきって行動するという訳です。自分ではない人に成りきることで我が無くなりますよね！態度、言葉、表情、歩き方まで「あの人だったらこういう時にこうする」とイメージして行動する！そうすると自分では思いつかなかった突破口やアイデア、行動が見えてきますし、同時に自分に何が足りないのか、どう違うのかなど、改善点が明確に見えてきます。自分を超越する人の思考が分かった時、すでに自分の限界を超えているということが言えます。

あらゆる動物が親のマネをして生きていくために必要なことをすべて学んでいます。人生成功も成功者の真似！
成功者のごとく振る舞うことで、必要なものは自分のものにする事が出来るという訳ですね！(^ω^)

2014年1月12日から14日まで二泊三日の行程で、滝野青少年の家において冬季合宿が行なわれました。今回は例年よりも組手の回数を多くして、各大会に向けてスキルの向上を図りました。お手伝い及びご協賛して頂きました関係各位にお礼申し上げます。



鏡開きも行いました！



棒の取り合い(^o^v



毎年恒例の綱引き大会



合宿名物100人組手w(^o^w

☆今月の頑張ってる賞☆

上野 雷太くん

7歳 ・ 10級

ライバル「中田リュウヤくん」
目標 「黒帯になる！！」



1年生のなかでも大型選手のらいたくん。身体能力も高く将来有望のイケメン君です。南北海道大会も期待◎ですね！！v(^_^v

指導員のつぶやき



指導員T~今回の合宿は少人数でしたが、様々な発見がありとても楽しく過ごすことが出来ましたv(^◇^v)今年もたくさんの行事で、道場生の皆様方がたくさんの体験を経て、たくさんの経験を積んでいただきたいと思います。お待ちしております。

指導員Y~今年の最初の行事である冬合宿が無事に終わりました。一年前と比べてそれぞれみんなが成長しているのを実感しました。初参加の人もみんなも頑張っていましたね！！