

KARATE IN PRESS

自主トレ、家庭での稽古用に脳内リズム養成ギブスを

埼京・城北の空手に対する身体強化に関する指導方針は間違えていました。それは試合の入賞率という目に見える形での結果に表れていました。多くの事を考え、反省し、改善していきます。まず改善点第一弾は運動ルネッサンスを名づけた原点回帰。運動の原点は身体操作とリズム感。この2点に焦点を絞り、身体強化を図っていききたいと思います。

組手を行っている際に思いませんか？

- ・・・なんかドタバタしてるな？
- ・・・もう少しポンポン技が出ないものかな？
- ・・・動きが途切れがちだな～

このような場合はリズム感を修正する事で改善されるかもしれません。道場 WEB に「WEB 研」というコンテンツを用意。そちらに動画を UP していますのでチェックしてみてください。使用方法としては

・リズム de ハノン ・リズム de シャドー ・リズム de ステップ etc と可能性は無限大に広がります。

なによりダンス履修に備える事にも繋がります (笑) ぜひとも活用してみてください！

審査会のお知らせ

○一般クラス

・6月29日(土) 19時～武蔵浦和道場にて

○6月30日(日) 戸田道場にて

・幼年、低学年クラス 9時～11時

・中、高学年クラス 12時～14時

組手稽古会が開催されました！



5月25日(土)

新座総合体育館において5支部合同の組手稽古会を行いました。

今回は城戸君が初参加。巣槍君は当然のごとく連続参加。

所沢支部の比留間君、田中君といった、これからも極真館を背負う子供達と拳で会話してきました。総勢で80名弱の参加者でしたが、これからはもっと多くの参加者が集まり、互いに切磋しあえる会に育てていきたいと思ひます！

皆さんも奮って参加して下さいネ～！

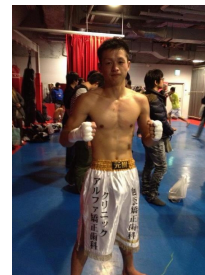
皆さんの活躍・活動、最新の情報はWEBにてご覧頂けます。

右記、QRコードにてアクセスして、ご覧ください。

<http://www.iwatadojo.jp>



時田 元樹選手の試合を応援して下さい！



6月9日(日)

会場：ディファ有明

チケット 4,000円

13時開場

応援宜しくお願い致します。

月	火	水	木	金	土	日
					1日 ・KIDS&少年クラス 赤羽道場○ 武蔵浦和道場○ ・一般クラス 武蔵浦和道場○	2日 空手漬け
3日 ・KIDS&少年クラス 赤羽道場○ 武蔵浦和道場○ ・一般クラス 戸田道場○ 朝霞道場○	4日 ・KIDS&少年クラス 戸田道場○ ・一般クラス 戸田道場○ 赤羽道場○	5日 ・KIDS&少年クラス 赤羽道場○ 朝霞道場○ ・一般クラス 武蔵浦和道場○ 赤羽道場○	6日 ・KIDS&少年クラス 戸田道場○ ・一般クラス 赤羽道場○	7日 ・KIDS&少年クラス 朝霞道場○ ・一般クラス 戸田道場○	8日 ・KIDS&少年クラス 赤羽道場○ 武蔵浦和道場○ ・一般クラス 武蔵浦和道場○	9日 埼玉県大会
10日 ・KIDS&少年クラス 赤羽道場○ 武蔵浦和道場○ ・一般クラス 戸田道場○ 朝霞道場○	11日 ・KIDS&少年クラス 戸田道場○ ・一般クラス 戸田道場○ 赤羽道場○	12日 ・KIDS&少年クラス 赤羽道場○ 朝霞道場○ ・一般クラス 武蔵浦和道場○ 赤羽道場○	13日 ・KIDS&少年クラス 戸田道場○ ・一般クラス 赤羽道場○	14日 ・KIDS&少年クラス 朝霞道場○ ・一般クラス 戸田道場○	15日 ・KIDS&少年クラス 赤羽道場○ 武蔵浦和道場○ ・一般クラス 武蔵浦和道場○	16日 休館
17日 ・KIDS&少年クラス 赤羽道場○ 武蔵浦和道場○ ・一般クラス 戸田道場○ 朝霞道場○	18日 ・KIDS&少年クラス 戸田道場○ ・一般クラス 戸田道場○ 赤羽道場○	19日 ・KIDS&少年クラス 赤羽道場○ 朝霞道場○ ・一般クラス 武蔵浦和道場○ 赤羽道場○	20日 ・KIDS&少年クラス 戸田道場○ ・一般クラス 赤羽道場○	21日 ・KIDS&少年クラス 朝霞道場○ ・一般クラス 戸田道場○	22日 ・KIDS&少年クラス 赤羽道場○ 武蔵浦和道場○ ・一般クラス 武蔵浦和道場○	23日 全世界大会
24日 ・KIDS&少年クラス 赤羽道場○ 武蔵浦和道場○ ・一般クラス 戸田道場○ 朝霞道場○	25日 ・KIDS&少年クラス 戸田道場○ ・一般クラス 戸田道場○ 赤羽道場○	26日 ・KIDS&少年クラス 赤羽道場○ 朝霞道場○ ・一般クラス 武蔵浦和道場○ 赤羽道場○	27日 ・KIDS&少年クラス 戸田道場○ ・一般クラス 赤羽道場○	28日 ・KIDS&少年クラス 朝霞道場○ ・一般クラス 戸田道場○	29日 ・KIDS&少年クラス 赤羽道場○ 武蔵浦和道場○ ・一般クラス 武蔵浦和道場○	30日 審査会