

22日の発表会まであとわずか。

県内の各道院・支部へ案内を出しておりますので、いろんな人たちが見にきます。

そして、今回は10団体参加の発表会となります。

みなさんは会報を読んで分かっているとは思いますが、総裁が見たい演武は「すごい演武ではなく、みなさんがガンバツテルすがた、そして愛を感じる・あたたかさを感じるもの」です。

この発表会のメインは、私達の塩竈道院



つにして成功させよう。

と七ヶ浜支部です。気を引きしめてがんばりましょう。発表会のためのけい古は今週だけとなりました。みんな休まずに心を一



【合同発表会】ラストスパート

拳士紹介コーナー

◎阿部秀子 拳士

所属(塩竈道院)・入会(昨年の10月)・資格(三級)・住所(利府町しらかし台)・日中の稽古が中心です。太極拳もやっています。



◎水間佳織 拳士

所属(塩竈道院)・入会(昨年の4月)・資格(忙しくてまだ見習いです)・住所(仙台市宮城野区)・午前の稽古が中心です。



◎長瀬晋 拳士

所属(七ヶ浜支部)・入会(今月)・小学5年生・資格(見習)・住所(七ヶ浜町汐見台南)・先月から体験学習をしたので、七ヶ浜で稽古してる拳士はもう知ってるね。



◎大河内志保 拳士

所属(七ヶ浜支部)・入会(今月)・小学校4年生・資格(見習)・住所(七ヶ浜町東宮浜)・剣士郎拳士と同じクラスだそうです。



◎大河内尚貴 拳士

所属(七ヶ浜支部)・入会(今月)・小学校1年生・資格(見習)・住所(七ヶ浜町東宮浜)・志保ちゃんの弟です。



少林寺拳法の修行の基本

少林寺拳法の修行の基本は「自己確立」を目指すことにあります。

修業を通して何事によらず、またどんな場合でも他人を当てにしたり、他人のせいにしたりにしないで、自分の責任でもって主体的に行動できる「自信」を身につけるようにすることです。しかし、その自信が「うぬぼれ」であってはいけません。「己こそ己の寄るべ……」です。

上達のためのワンポイント

【鉤手法】

①しっかりと五指をはろう(手をしっかりと開こう。しっかりとジャンケンのパーだよ。)



②ひじはわきにつける(引っぱるのではなく、一歩足を出して、体を手に寄せてだよ。)



③反対の手はかま

える(反対の手はいつでも相手のコウゲキを受けられるハンゲキできるようにね。)

