

1月の予定

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6 体育館武道場 18:00~	7
8	9 黒帯授与式を行います 体育館武道場 18:00~ ※会費集金日※	10	11	12	13 体育館武道場 18:00~ ※会費集金日※	14
15	16 体育館武道場 18:00~	17	18	19	20 体育館武道場 18:00~	21
22	23 体育館武道場 18:00~	24	25	26	27 体育館武道場 18:00~	28
29	30 体育館武道場 18:00~	31	2/1	2/2	2/3 体育館武道場 18:00~	2/4

〈予告〉2月5日（日） スポーツ協会空手道部寒稽古

☆ 12月度昇段級審査会 結果

【少年部】

- ✿ 4級位合格 中西加菜・石川綺乃
- ✿ 3級位合格 中西佑季・中内敬太
- ✿ 2級位合格 平岩風馬
- ✿ 1級位合格 清川昊希・清川蒼空
- ✿ 初段位合格 加藤祥陽

【一般部】

- ✿ 4級位合格 松野真次

12月18日、2022年最後の審査会も無事終了しました。

6月に保留になってから、暑い夏の間も大会練習に参加して、この度見事初段に合格した祥陽。おめでとう！
綺乃、佑季、敬太もいちど保留になってからの合格です。4人とも諦めずによく頑張りました。

審査で保留になる理由がよく聞かれるのが「基本ができていない」「基本力が足りない」です。そのレベルに見合う突きや蹴りが繰り出せているか、フラつかない正しい立ちができていないか。

間違った立ち方ではどんな型を打っても格好は良くないですし、間違った技のくり出し方では体を傷めてしまいます。ということで、2023年の東郷支部は

基本力の強化

を掲げていきます。

☆ 2023年より2部制を廃止します。

新型コロナウイルス感染予防のため、2部制をとってきましたが、2023年1月より、1部2部に分けず全員6時に稽古を開始します。それぞれにご都合もあるかと思いますが、できるだけ開始時間に合わせて参加していただけるようお願い申し上げます。

支部長 尾上 登母

☆ 東郷町スポーツ協会空手道部 寒稽古について

2月5日（日）にスポーツ協会空手道部で寒稽古を行います。1月16日までに支部長まで出欠票を出してください。

----- 切り取り -----

名 前：	2023年寒稽古に	参加する	・	参加しない
名 前：	2023年寒稽古に	参加する	・	参加しない
名 前：	2023年寒稽古に	参加する	・	参加しない