

# 極真通信



## 国際空手道連盟 極真会館北海道連合

平成18年12月発行 創刊号

<http://www.karate1.jp>

11月4日(土)、札幌テイセンホールで行われました大会結果です。入賞した方も、惜しくも負けてしまった方も、気持ちを入れ替えもともと上を目指し稽古を頑張りましょう!!

### 第1回オープントーナメント 北海道空手道選手権大会

#### 一般の部

優勝 渡部紫苑(本部)  
準優勝 山田太亮(本部)  
3位 木田知義(白蓮会館)  
4位 中川信司(大志会)

#### 小学3年生の部

優勝 三國遥佑(室蘭)  
準優勝 今将太(室蘭)  
3位 大久保快星(あいの里)  
3位 高橋一稀(望洋台)

#### 幼年の部

優勝 菊池凧(あいの里)  
準優勝 嶺岸和弥(あいの里)  
3位 田中慧誠(苦小牧)  
3位 熊木和哉(室蘭)

#### 小学4年生の部

優勝 広瀬宥大(室蘭)  
準優勝 苦駿世(本部)  
3位 玉田雄大(手稲)  
3位 高山美和(手稲)

#### 小学1年生の部

優勝 本間龍ノ介(あいの里)  
準優勝 阪野達也(室蘭)  
3位 東海林椰杏(室蘭)  
3位 中野駿大(本部)

#### 小学5年生の部

優勝 高橋涼太(本部)  
準優勝 曾根寛至(あいの里)  
3位 安田聖矢(山鼻)  
3位 井上将弥(白蓮会館)

#### 小学2年生の部

優勝 橋場海斗(西野)  
準優勝 嶺岸尚弥(あいの里)  
3位 熊木友哉(室蘭)  
3位 齋藤諒芽(あいの里)

#### 小学6年生の部

優勝 吉田隼騎(室蘭)  
準優勝 池内裕介(土道館)  
3位 苦侑我(本部)  
3位 久野大輔(土道館)

### 全日本大会速報

11月12日(日)に静岡グランシップにて第38回オープントーナメント全日本空手道選手権大会が開催されました。札幌からは渡部紫苑選手が出場しました。結果は惜しくも2回戦敗退でした。今後も上を目指して頑張ります。応援ありがとうございました。

#### 渡部紫苑(極真北海道)

1回戦 ○本戦4-0 山崎智大(極真大石道場)  
2回戦 ●本戦0-1  
延長0-5 喜久山泰道(極真沖縄)



### 行事予定

主な行事予定です。



12月23日(土) 祝日のため全コース2時間  
繰り上がり

12月28日(木) 12時~大掃除  
14時~忘年会

※極真グッズが当たるビンゴ大会あり!  
12月29日(金)~1月4日(木) 年末年始休館

1月8日(月) 祝日の為午後のコース2時間  
繰り上がり

1月12日(金)~1月14日(日)

#### 冬期合宿

【北海道地区国立大学 大滝セミナーハウス】

住所:有珠郡大滝村字優徳町

※心技体を鍛えるのに最適な合宿です。

昇級審査も行います。無料送迎バス付き。

2月25日(日)

南北海道武道選手権大会~心~

### 職員Oくん地獄の稽古日誌



某月曜日

ウエイトトレーニング2時間(全身)

腹筋 30×4セット

背筋 50×3セット

けんすい 10×3セット

エアロバイク 50分

前蹴上げ 100回

横蹴上げ、横蹴り、前蹴り、内回し、外回し各50回

サンドバック(前蹴り連打)30秒×2セット

(突きから下段、下段からクイック下突き)各2分

職員T~今年になって各支部の場所が、自分が兼ねてから切望していた場所で稽古できるようになりました。これもいつも応援していただいている方々のお陰だと心より感謝申し上げます。

職員W~新琴似に引越しし、自宅の部屋をトレーニングルームに改装しました。理想の家を手に入れました。

職員Y~この度職員となりました山田です。これからも極真会館の為に頑張っていきますのでよろしくお願ひします。

職員Oくん地獄の稽古日誌