

# 極真通信



国際空手道連盟

# 極真会館北海道連合

平成19年6月発行

毎週金曜20時から親子コース 大好評実施中！！

<http://www.karate1.jp>

## ルーキースカップ終了

6月17日(日)に札幌東区体育館において同大会が開催されました。大会は108人のエントリーで大いに盛り上がりを見せ、優勝経験のない新人たちにより激戦が繰り広げられました。また今回初の試みとなる型の試合は、全て各項目において採点形式で行なわれ、技が競われました。

入賞した選手はほとんどが始めて賞を手にした選手ばかりで、皆様が良い経験を積むことができたと思います。今回入賞した方も、惜しくも入賞できなかった方も大きな差はありません。驕らず、諦めず、初心にかえて再び空手の稽古に精進してください！

出場された選手の皆様、忙しい中かけつけて頂いた父母の皆様、関係者並びに役員の皆様、大変お疲れ様でした。結果は北海道連合HPに掲載されています。

## 今月の頑張ってる賞

小学生 土田怜穂くん 土田捻旺くん

土田兄弟は、見事今年4連覇を達成したYOSAKOIソーランのチーム、新琴似天舞龍神の子龍隊メンバーです！よさこいの大会前は、夜7時半まで空手の稽古をこなし、その後夜9時半までよさこいの稽古、他には学習塾にも通い全く休む暇がないほどのハードスケジュールをこなしていました。

二人とも身体能力が高く、集中力もあるため今後が楽しみです！先日の大会では怜穂くんは型の試合であと1ポイントで決勝進出できた程の健闘をみせ、捻旺くんは組手で貴重な1勝を成し遂げました。相当落ち込んだようですが、まだまだこれからです！練習だけじゃなく、うまく体をケアしながら頑張ってくださいと思います。

## 今月の誕生回おめでとう！

中学生 佐々木拓真くん 6月16日(15)

2006年北海道ウエイト制大会、中学生重量級準優勝。その他、優勝、入賞多数。普段は大人しいが組手となれば大人顔負けの実力をもっています。選手コースも毎回出席し、行事も積極的に参加しながら手伝いもこなす反面、勉強もトップクラスという文武両道を地で行くスーパー中学生です。

小学生 松谷佑香ちゃん 6月22日(9)

先日のルーキースカップで男子に混じて見事3位を勝ち取った頑張り屋さんです。道場に入門した時からは想像もつかないほど心技体が充実しており、いずれは女子小学生を引っ張っていきけるほどの存在で素晴らしい潜在能力を持っています。下の学年の子の面倒見もよく、皆のよい見本です。



6月24日(日)  
第24回全日本ウエイト制空手道選手権大会  
大阪府立体育会館メインアリーナ

7月1日(日)  
道央地区昇級審査会 (本部第2道場予定)

7月15日(日)  
白蓮会館北海道大会 (小樽商業大学)

7月29日(日)~31(火)  
夏合宿(大滝村セミナーハウス)

## 極真コラム~試合とは何か~

試合とは読んで字のごとく試(ためし)合(あう)と書きます。つまり、稽古で身につけた今の自分の実力がどの程度のものなのかを試し合うことを試合といえます。

空手は本来闘争術、護身術として身を守る為に存在します。しかし、正々堂々技を競い合う為には競技として確立されなければならず、それに伴い当然ルールも必要となってきます。相手をただ叩きのめすのではなく、お互いに相手を尊重し、技を競い合える事に感謝しなくてはなりません。

試合は極度の緊張を伴います。なぜなら身に危険が迫ったとき、脳内物質であるアドレナリンが分泌し、痛みを麻痺させますが筋肉は硬直し、頭が回らず動きが硬くなります。これは人間の防衛本能なのです。武道の世界では習うより慣れるという諺がありますが、緊張も場数を重ねて慣れてくると緊張状態でも冷静に対処できるようになります。経験に裏打ちされた自信なのです。

大山総裁は「武の道における真の極意は体験のみにある。よって体験を恐れるべからず」とおっしゃっていました。危険がいっぱいの世の中、とっさに身体を動かせるようにするためにも、試合に出場したり、大勢の人前で演武や型をしたり、人前で喋ったりと、緊張することから逃げずに積極的に挑戦していきたくて思います。

## 職員Oくん地獄の稽古日誌



6月某日

朝 自転車 30分

昼 ミット打ち 下段強化 1時間  
S専門学校ウエイトトレーニング  
& SAQトレーニング 2時間

夜 自転車 30分

職員T~来週Sくんと大会のセコンドで関西に行きます。優勝の祝勝会は難波の串揚げ屋で、すでに予約済みです。あー楽しみだ！！

職員W~ついに憧れのブリーズブーツキャンプに入隊しました！コココーラZEROとプロテインで絞った体で24日は大暴れしてきます！

職員Y~暑い季節になりましたが自分の車のエアコンは暑い風しか出てきません..汗びっしょりで運転するのも良いトレーニングかもしれません！！



職員Oくんの稽古日誌