

極真通信



国際空手道連盟

極真会館北海道連合

毎週金曜20時から親子コース 大好評実施中！！

平成19年7月発行

夏の演武会について

今年も毎年恒例の演武会の季節がやって参りました、今月は7月20日に鉄西祭り、7月28日にあいあい祭りでの演武が決まっています。演武会では沢山のお客さんの前で今までの稽古の成果を見てもらいます、とても緊張すると思いますがその経験はこれからの人生に大いに役立つはずで、心・技・体のうち「心」を鍛えるとても良い場になるでしょう！

う！沢山の道場生の参加をお願いします！

※さつき公園 鉄西祭りに参加の道場生は現地集合が

17時⇒16時40分に変更になりました。

急いで申し記取りまけんが トスし、お願いしま

<http://www.karate1.jp>



行事予定

7月20日(金)
鉄西祭り演武会(さつき公園)

7月28日(土)
あいあい祭り演武会
(北区あいの里北海道医療大学)

7月29日(日)～31日(火)
夏合宿(大滝村セミナーハウス)
※締め切りは過ぎてますが、まだ参加したい方が
いましたら受け付けますのでお早めに！

今日の頑張ってる賞

小学生 森田歴くん

少年部一部の稽古のリーダー的存在。三年生とは思えない身体能力で空手の技をどんどん吸収しています。

先日のルーキーズカップにも出場し組手の部一回戦を危なげなく勝ち上がり、二回戦で負けはしたものの自分より15cm以上大きな相手に果敢に攻めていきました。型の部は決勝に進みましたが、組手でのダメージが大きく残念ながら棄権となってしまいましたがこれからはとても楽しみな大会となりました。

今月には昇級審査を受ける予定で、これからの活躍が大いに期待できます。

今月の誕生日おめでとう！

少年部 佐藤蓮太くん 7月 3日(11)

2007年南北北海道大会、5年生の部優勝。素晴らしい運動神経の持ち主です。気合の大きさもピカイチで少年部の先頭にたつ良い見本です。本部の5年生仲良し軍団でライバル心を燃やしながらかれからの少年部を引っ張ってほしいです。

職員Oくん地獄の稽古日誌

七月某日

- ・選手コース
- ・自宅でウエイト(胸・肩・腕)
- ・補強 腕立て50回×2(早く)
懸垂10×3
- ・ビリーズブートキャンプ40分
- ・エアロバイク10分(クールダウン)



職員T～先日行なわれた大会の応援で声がガラガラヘビ状態です。当分はカラオケに行けそうもありません。

職員w～皆様、先日の大会は応援ありがとうございました。思うような結果を残せず残念でしたが、今後も精一杯努力精進します。

職員Y～ブログにも書きましたが、エアコン壊れてませんでした。車は難しいです。



職員のおぼやき

全日本ウエイト制大会！

6月24日日曜日大阪府立体育館メインアリーナで第24回全日本ウエイト制空手選手権大会が行なわれました。本部道場から渡部指導員が中量級で出場しました。

一回戦数々のタイトルを持つ有名選手を本戦で下し、二回戦の相手も危なげなく勝ち進み三回戦で世界大会4位の実績をもつ尾上選手に延長戦の末、僅差の判定負けでした。北海道から日本、そして世界を目指して日々の稽古を頑張らしましょう！

白蓮会館北海道大会

7月15日、小樽商科大学武道場で白蓮会館北海道大会が行なわれました。今大会は全10部門で争われ、それぞれの部門で高レベルな試合が展開されました。極真会館からも多数の入賞者ができました。これからの北海道の空手がとても楽しみになる良い大会でした。

一般部3位 伊藤 聡

中学生男子優勝 佐々木 拓真

小学5、6年優勝 高橋 涼太