

テーマ 「こかしてみよう」 首座 とけいや

「相手の攻撃をヒョイヒョイかわし、コロコロこかせたら気分がいいぞ！」という妄想をしたことありますか。今回はそんな妄想を実現できないか研究してみたいと思います。

メニュー

09:00 集合

09:10 自己紹介

09:15 準備体操

09:30 基本

09:50 鎮魂行(瞑目着座のみ) 休憩

10:00 本題 (point 如何に相手の攻撃のタイミングをつかめるか。これさえつかめば後はお飾りです)

「対突偏」

主に順突に対して入り身して倒す(対構え・開構え)

内受け

足の捌き

タイミング

倒し

10:20 「対蹴偏」

下段廻蹴

外 体重を掛けてつぶす

内 足を引っ掛けて倒す

中段直蹴

間合いを外して倒す(挟み受けの要領)

横轉身で外して倒す(横轉身蹴の応用)

上段廻蹴

軸足カット

間合いをつぶして倒す(掬い首投げの要領) 蟹バサミでの返しまで(蛇足)

両足(軸足)蹴り 蛇足

10:40 「掛稽古」 数をかけて試してみましよう。

11:00 休憩

11:10 研究組、マターリ組、殺伐組に別れ乱捕り!

11:45 記念撮影

11:50 作務

11:55 着替え

12:00 解散

