

2020年11月 淳風会長久手支部スケジュール

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1 お楽しみ遠足 in ナガシマスパーランド 練習休み	2	3 朝練 秋ヶ池公園駐車場 6:30~7:00 雨の場合、zoom朝練	4 秋ヶ池練習 (会費集金)	5	6 朝練 秋ヶ池公園駐車場 6:30~7:00 雨の場合、zoom朝練	7 秋ヶ池練習 (会費集金) 15:00~自主練習 ※板間のみ 18:00~通常練習
8 秋ヶ池練習 15:00~通常練習 県連強化部練習 (三好公園総合体育館)	9	10 朝練 秋ヶ池公園駐車場 6:30~7:00 雨の場合、zoom朝練	11 秋ヶ池練習	12	13 朝練 秋ヶ池公園駐車場 6:30~7:00 雨の場合、zoom朝練	14 秋ヶ池練習 15:00~自主練習 ※板間のみ 18:00~通常練習
15 秋ヶ池練習 12:00~自主練習可 13:00~15:00一般部 ※昼間のみ 15:00~通常練習	16	17 朝練 秋ヶ池公園駐車場 6:30~7:00 雨の場合、zoom朝練	18 秋ヶ池練習	19	20 朝練 秋ヶ池公園駐車場 6:30~7:00 雨の場合、zoom朝練	21 秋ヶ池練習 15:00~自主練習 ※板間のみ 18:00~通常練習
22 秋ヶ池練習 12:00~自主練習可 13:00~15:00一般部 ※昼間のみ 15:00~通常練習	23 本部強化部zoom練習	24 朝練 秋ヶ池公園駐車場 6:30~7:00 雨の場合、zoom朝練	25 秋ヶ池練習	26	27 朝練 秋ヶ池公園駐車場 6:30~7:00 雨の場合、zoom朝練	28 秋ヶ池練習 15:00~自主練習 ※板間のみ 18:00~通常練習
29 秋ヶ池練習 15:00~通常練習	30					

練習タイムスケジュール (柔道場・剣道場)

水・土曜日		日曜日	
① 消毒・受付	18:00~18:15	消毒・受付	15:00~15:15
1部 (無級~4級)	18:15~19:00	準備運動、基本	15:15~15:45
② 消毒・清掃	19:00~19:10	全クラスで型	15:45~16:15
2部 (3級~初段補)	19:10~20:00	全クラスで組手	16:15~16:45
3部 (初段以上・大会)	20:00~20:50	消毒・受付	16:54~17:00
③ 消毒・清掃	20:50~21:00	※タイムスケジュールは目安です	

※検温・体調報告、マスクを忘れないこと。

※上級者は、一つ前のクラスに参加可。

※消毒・清掃は、①は1部メンバ、②は2部メンバ、③は3部メンバがおこなう。

※練習が終了したら速やかに帰宅すること。

※周りの人と2m以上の距離をとる。飲み物は各自持参すること。

※基本的には練習中もマスクを着用する

※定員70名を超える場合は保護者見学を退席して頂くかもしれません。

日曜日 (秋ヶ池体育館)

13:00~15:00 一般部練習

火・金曜日 朝練

雨の場合は、zoom朝練
6:30~7:00 クラス分け無し・マスク着用、検温して参加してください。

※道場に入る前に、手の消毒、検温・体調の報告 (記録) をすること。

- ・会費の集金について 11月の会費集金日は、4日水曜及び7日の18:50~19:20に受け付けます
- ・道着・拳サポーター申込みは随時受け付け、支払いは商品と引き換えとします。(今年度 防具・道着係:平岩さん)
- ・日曜 13:00~15:00 を一般部の練習時間としております。
- ・自主練習時間を設けております。活用してください。 ※小3以下は親御さんが同伴してください。

□11月の主な行事

11/1 (日)	お楽しみ遠足 (なばなの里&長島スパーランド)
11/8 (日)	県連強化部練習会 三好公園総合体育館
11/23 (月祝)	本部強化部練習会 zoom練習会

□12月の主な行事

12/20 (日)	昇段級審査会	緑SC
12/26 (土)	長久手支部納会	秋ヶ池体育館武道場

※毎週土曜日 22時頃から zoom練習時のアカウントでミーティングを (まだ) おこなっています。ご都合のつく方は是非参加ください。

勝負するということ

徐々に気温が下がりが、道場も寒くなってきましたね。でも長久手支部では、今後も感染対策のための換気は継続していきます。皆さん風邪をひかないように、寒さ対策もしてくださいね。寒い日は、道着の中にシャツを着ても構いません。空手練習用のシューズもありますので、今後使えるようにしていきたいと思っています。

さて、10月から型と組手の試合を練習の中で実践しています。これは、競技としての空手がどんなものなのか、皆さんに知って欲しいという思いで行っています。勝って嬉しい気持ちになったり、負けて悔しい気持ちになったりするでしょう。また、みんなが見ている前で演武や試合をするのは、緊張して怖くなる事もあるでしょう。でもそれを乗り越えて、成長できるようにしたいと思っています。戦うのは、相手ではなく怖いものから逃げたい自分の心です。そこから逃げずに立ち向かえば、弱い自分に打ち勝つと言えるでしょう。そして特に大切なのは、挑戦して負ける経験です。悔しい気持ちやみじめな気持ちになるでしょう。でもそこからどう行動するかが、さらに成長できるかどうかの分かれ道になります。

お父さん、お母さんには、是非頑張って挑戦した子供たちをほめてやって欲しいと思っています。勝っても負けても「よく頑張ったね!」と抱きしめてあげて欲しいと思っています。怖くなって逃げだした時には、「きつとできるよ!」と勇気を与えてあげて欲しいと思っています。

きつとそんな両親の愛情が、何回負けても挑戦し続ける子供のたくましさを育んでくれるでしょう。(文:水田洋平)