

市内にあるさまざまなサークルのイキイキとした活動を紹介します。

みんなが主役!

サークル仲間

vol.40

自信が持てる自分になる「拳真塾」

拳 真塾は極真空手と流派を同じくする空手の塾で、礼儀を学び、肉体と精神を鍛えることを目的に活動しています。本部道場は匝瑳市の野栄地域にあり、市内では3か所の道場で、5歳から60歳代まで80人ほどが練習に励んでいます。

空手には相手と対峙し技を掛け合う「組手」と、一人で一連の決まった技を行う「型」がありますが、拳真塾では主に組手を取り組んでいます。練習ではけがをしないことを第一に考え、年齢や性格に合わせた指導を行っています。塾生は突きや蹴りなどの基本練習のほか、空手に取り組む姿勢や返事を大切にしています。練習は厳しいですが、自分に自信が持てなかっただ子どもも空手に取り組むことで、自信



子どもたちの掛け声が響く



サークルデータ

活動日・場所／●月曜日：古城小体育館 ●水曜日：第二市民会館
●金曜日：飯岡中体育館
時間／午後7時～9時



を持って人と話せるように育っています。

自分の実力を確認するため、定期的に審査会も行っています。実力に合わせて道着の帯の色が変わるため、子どもたちは有段者となって、黒帯を付けることを目標に頑張っています。

拳真塾ではいつでも塾生を募集しています。空手に憧れがある人や強くなりたい人、自分に自信を持ちたい人は、見学や体験に来てみませんか。