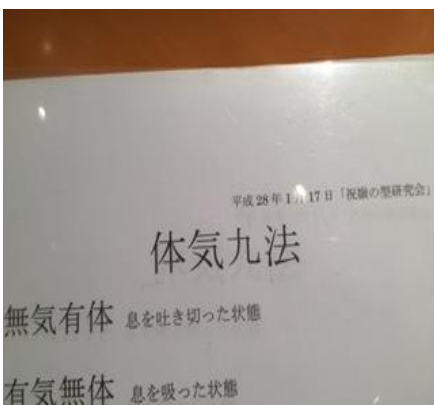


# 祝嶺の型研究会 玄制流空手道・躰道

総本部：静岡県伊東市池618の36

## 1. 1月合同稽古(1月17日・日曜日)…品川体育館



### 1) 基本…法月師範、脇屋師範よりご指導

- 2) ・四方突き・中段四方突き+二連突き+逆突き
- ・四方突き蹴り・二連突き+前蹴り・後ろ足で蹴る
- ・上段上げ受け、中段内受け、中段外受け、下段払い  
それぞれ前進往復する

### 3) 型

- ・最高師範より「体気九法」のご指導を受ける  
今年の目標の一つとして、呼吸整体法「勢命の法形」を正確に修得することを掲げた。  
初回は、「体気九法」の文言と「体形角度」を学んだ。

- ・地位の型を全員で復習する

稽古後ささやかな新年会をおこなった。「型の研究会」設立から今年で10年目になる。

## 2. 2月合同稽古(2月14日・日曜日)…品川体育館



基本の後、勢命の法形を全員で復習する。

「勢命の法形」二回目は、威力ではなく正確な体形の角度、差し込む足の位置、差し出す手の角度など、「正確」である事にこだわった。次回は正確さに呼吸の使い方が加わる。

午後は青山の本部事務所で全体会議が行われた。

決定事項は以下の通り

- 1) 組織体制の確認
- 2) 合宿兼沖縄行き…6/4(土)～6/6(月)
- 3) 記念祭は、11/19・11/20(日)
- 4) 稽古納め
- 5) 商標権使用許諾について
- 6) 会費

---

今後の予定 (品川総合体育館・柔道場)

- ・3月の稽古 3月 6日 (日) 9:00
- ・4月の稽古 4月 17日 (日) 12:00
- ・5月の稽古 5月 22日 (日) 12:00

注: 1月・2月の合併号としました。

執筆担当: 両角