

コロナ禍でも 空手で心身リフレッシュ

緊急事態宣言により公共施設が使えなくなるなど困難のなか、各地の空手道場では、会員の健康を守りながら稽古をつづけています。今回、スポーツ連盟に加盟している道場、研究会の活動をピックアップしてみました。



拳剛会は、自分の頭で考え、積極的に行動できる人間を目指に、コロナ禍でも稽古を頑張っています。

空手道以外のことでも、指導者は必要なこと、絶対してはいけないことなど噛み砕いて説明し、それをベースに子どもたちが様々なアイディアを出し合い失敗を恐れず実行してもらうようにしています。



兵庫 少林寺流空手道研究会

神戸 2か所(長田区、北区)、尼崎の3か所に教室があります。コロナ禍のなか、苦労がありますが、それぞれ工夫しながら稽古をしています。

本部(長田区)は医療関係者が多く、自粛規制で去年の3月から稽古に参加できない会員もいます。現在4~5人の参加ですが、元気に自由組手もしています。

北神戸は小学校の体育館などで稽古。小学生が大半です。密集を防ぐため日曜日の午前を2部制に。終了後、古武道の稽古も。コロナ禍ですが子どもたちの入会が少なからずあり、中学生になっても退会しない会員もいて、全体で30人近い会員になりました。

尼崎は無料だった診療所での稽古ができず、会場費が大変ですが、近くの福祉会館で継続。「空手を早く習得したい。古武道もやりたい」の要望があり週2回(火、土)稽古をしています。年末には昇級昇段審査を予定しています。それに向けて稽古に励んでいます。

(兵庫県連盟少林寺流空手・乾信行)



神奈川 少林寺流空手道研究会 神奈川県本部



コロナ禍のもと、練習を再開したら「はい自粛」しばらくしたら「また自粛」と大変な時期となっています。

練習では、「見世物でない自分自身の型」を身につけていくことが大事だと思います。基礎鍛錬の充実が、型とか相手との対決の時を想定し、基礎鍛錬の組み合わせと進行が「型」となって表れるので、上手い下手は、その力強さ・速さに現れると思います。そして相手を見る(観察する)目力などが鍛錬の元となると思います。今、コロナ禍と闘うには、自主練習が大事だと思うこの頃です。

(鳥居康彦・少林寺流空手道研究会本部「絆」より)



3月21日、恒例の昇級・昇段審査会を行い、各道場から30名近くが参加しました。当日は、盛岡市立武道館1階の柔道場で、広く間隔を取り、コロナ対策に留意して開催されました。

参加者は最初に準備体操、基本の定位置・前進後退・型の練習を行い、審査会に臨みました。その後、それぞれが練習してきた型を元気よく行い、全員が昇級・昇段しました。審査会の後は、試し割が行われ、杉板の試し割に、ちびっ子たちがにぎやかに挑戦しました。(岩手県連盟「スポーツいわて」より)



2021年3月28日 盛岡市立武道館

埼玉 少林寺流空手道研究会 埼玉県本部

埼玉県草加教室が発足して6年が過ぎました。式段も2名誕生しましたが、コロナ禍と塾通いなどで来られなくなった人が4人もおり、少し寂しくなりました。その他の訓練生は休むことなく教室に来ていています。指導目標として、250回の教室参加とアーナンカー型を2千回の稽古で初段を目指しています。「いつでも・どこでも・誰でもできる」空手をキャッチフレーズにしています。空手稽古を通じ、たくさんの友達・仲間をつくり、いじめに合わない事と健全な精神を養うことにしています。

(澤口幸人・少林寺流空手道研究会本部「絆」より)

広島 ヒロシマ命宝会

2020年度は、広島においても練習会場としている公民館の利用が中止となるなど、さまざまな影響が出た年でした。このような状況下で、ヒロシマ命宝会では感染予防を徹底しながら、今年は2月13日より練習をスタートさせました。

入館時のアルコール消毒はもちろんのこと、会場内ではマスクまたはフェイスシールドを着用した状態で練習しています。

私の所属している三篠公民館を練習会場としているメンバーは、大人と子ども(下は小学1年生から上は中学3年生まで)の数がほぼ半々です。

準備体操から基本練習までは一緒に、後半は大人と子供で分かれて型やミットを使った突き・蹴りの練習を重ねています。まだ不安定な状況が続きますが、引き続き感染予防を徹底しながら鍛錬を続けたいと思います。

(新江靖・少林寺流空手道研究会本部「絆」より)

