

第13回昇級審査会

<総評>

■キッズ：

白帯は初めての審査でしたが、気合いを入れて元気にチャレンジしてくれました。技を正確におぼえて形をつくる。よく見て、よく聞き、よくまねる。こうした課題をクリアして突きや蹴りが思いきり出せ、座礼や立礼もきちんとできました。

オレンジ帯は、技の形を作って整える段階に差しかかります。組手にも積極的に挑戦し、恐怖心を克服して強さを実感し始めます。受審者の個性がよく表れていて、強さや上手さ、正確さといった、各々が得意とする部分が伸びてきました。これから、試合にも挑戦して自分の技を組手の中で活かせるようにがんばってみよう。

■ジュニア：

白帯は緊張しながらも伸び伸びと技が出ていました。身体に躍動力があり、攻撃力も強いので長所を活かして組手試合に挑戦していきましょう。基本や移動の技は形ができてきましたが、もう少しそれぞれの技を反復して、正確に習得するように努めましょう。

オレンジ帯は、全体的にもう少し技を正確に習得する必要があります。引き手や立ち方など、基本的な部分を見直していきましょう。組手は強くなってきた。青帯への挑戦がきっかけとなって、意識に変化が出てきたようです。

青帯は組手の強さを感じましたが、全体的に技の荒さも感じました。後屈立ちからの移動稽古では技に緩急と極めを習得してってください。「スーッ、パッ、ピタッ、ビュン」という感じ。空手はまず型が伝承され、その型を上手にやるために、基本や移動が稽古として組み立てられたことから、今一度、基本や移動を見直していきましょう。

黄帯は基本や移動、型のなかで個々の技は正確に習得できてきました。組手も強くなっていますが、中級から上級に差しかかる今の段階は、相手との攻防を意識して、自分の技やコンビネーションを組み立てていかなければなりません。曹君は遠い間合いでの攻防を、マリックさんは近い間合いでの攻防を練習しましょう。また曹君は柔軟性を、そしてマリックさんは体幹部（腹筋と背筋）の筋力をつけていけば、技がどっしりと力感がでてくるはずです。

■ゼネラル：

白帯は全体的に突きや蹴りなどの技の形ができてきました。組手も相手を恐れず果敢に攻撃を繰り出していました。これからも稽古をコンスタントに継続して技を整えて参りましょう。女性の皆さんには技に伸びやかさが感じられました。

オレンジ帯と青帯は技が正確に習得できています。移動稽古ではスタミナをロスしたときに立ち方が不安定になってくる場面もありましたので、ランニングや補強運動を取り入れていきましょう。組手では攻撃に力強さがでてきました。今後は受けと返し、攻撃のコンビネーションといった相手との攻防を意識した技の組み立てに意識を向けていきましょう。黄帯は技も整い、力強さもでてきました。受けも上達してきましたので、攻防が組み立て

られてきました。なかでも、新巻さんは重心が安定していて、組手の攻防、特に崩しやカウンターの技術が非常に高い。今後は攻撃のパターンを研究して、幅を広げて試合に挑戦してほしいと思います。文句なしの飛び級です。

4級の方は組手審査では厳しい対戦が続きましたが、強い精神力で難所をしのぎました。しかしながら、全体的に基本や移動、型などの技をもう少し磨く必要があります。この先、茶帯や黒帯という段階では緩やかな登り道が延々と続きますが、稽古の継続、技の反復をもって目指す目標点に到達してほしいと思います。

3級の山中さんは体調不良にも関わらず、最後まで審査をやり抜きました。技も正確ですし、力もスタミナも申し分ない。厳しい連続組手も最後までスタミナや攻撃力を落とすことなくやり抜きました。ただ、組手がまだまだ一方的になっています。攻防ではなく、攻と防になっている。この点は、対人稽古を増やす、またはシャドーで対人を意識した受け返しを徹底的に行うことで改善を図っていきましょう。ここ一番で上段をもらってしまうのはそうした課題の現れです。いよいよ茶帯。山中さんは確実に黒帯に到達できる一人だと思います。

連続組手の対戦協力をして頂いた先輩方も有難うございました。連続組手は、挑戦者が各々の年齢や性別にあった「それぞれの限界」に挑戦し、それぞれのレベルに応じた壁を強い精神力で乗り越えていくことが求められます。受審者は連続組手のなかで一方的に体力を削られ、気力をもって自分を奮い立たせる。このように受審者が主役の連続組手では、受審者は負けないこと、倒されないことが大前提。しかし、対戦相手を務める上級者には、脇役として挑戦者の限界を引きださせ、壁を超えさせるように導いていく「奥ゆきや深さ」が求められることを再認識しましょう。どんな場面でも自分本位ではなく他人本位であることが武道のわかまえだと思っています。共に学んでいきましょう。

ゼネラルの皆さんは、忙しいお仕事や家事、学業の合間を縫って稽古を重ねていただき、この日を迎えられることに心からの敬意を表します。特に今年2月にアキレス腱を断裂したにも関わらず、完治したのちに稽古を再開され、この審査に挑んでくれました山本さんの挑戦には感服いたしました。本当によく頑張ってくださいました。

皆さんが空手を学ぶ姿勢に私自身もいつも学ばせて頂いています。素晴らしい挑戦の数々に感謝を申し上げます。ご縁あって、皆さんと稽古を共にできることをとても幸福に思います。自分自身まだまだ至らぬ点は多々ございますが、空手を通じて皆さんの人生に何らかの豊かさがもたらされますよう、精一杯頑張りたいと思います。これからも共に頑張ってください。

平成 26 年 11 月 13 日

東京ベイ港支部 師範 小井泰三

