

高体連剣道教室が 12 月 17 日（日） 高田高校で行われました。その様子を紹介します。
（10 校 70 名の剣道部員が参加しました。）

●午前の技術練習

津西高校の山下隆史先生にご指導いただきました。面をつけずに和やかな雰囲気に取り組んでいました。



体幹の強化を意識したトレーニング



体育館を全面使った送り足



全員で声を合わせて正しく素振り



稽古や試合に臨む心構えなどのアドバイス

●生徒同士の互角稽古 各学校の生徒同士が互角稽古で剣を交え、交流しました。



●午後の技術練習

白子高校の寺下 伸先生に、剣道の基本的な動作、気迫ある正しい打突を熱心にご指導いただきました。



先生のお手本を熱心に見学する参加者



稽古のポイントを確認



全員で切り返し



面打ち

●稽古 最後に先生方も参加し、全員で剣を交えました。