

筑波合気道クラブ

ただいま生徒募集中!!

「すっきりと立つ」ことの再定義

朝活しませんか？

みなさん、こんにちは。筑波合気道クラブ代表の曾我真と申します。こんな時代にもう一度、自分の身体的・心理的中心軸を見直すべく、朝から合気道の稽古をしませんか。

- 稽古場所：ティーワン テニススクール内 (つくば市梅園 2-17-8)
- 設備：シャワー / 更衣室ございます。
- 稽古日：金・土曜日午前 6 時～7 時半
- 入会金：3,000 円
- 月費用：4,000 円(月 4 回稽古) 6,000 円(月 5 回以上稽古)
- 年齢制限：10 才からご入会可能です。
- 体験稽古：500 円で体験稽古ができます。

詳しいお問い合わせはこちらまで。
代表 曾我 真 (携帯 080 - 3405 - 0886)
HP : aiki.dosanite.com
email : sogam@dosanite.co.jp

唐突ですが、みなさんは二本足でしっかり立っていますか？

当たり前だ。二本足で立てなくて、どうして歩ける、とお答えになるかも知れません。でも、今感じている自分の身体は、実はもっともっと高性能で、使えるものなのかも知れませんよ。



合気道の稽古には、この隠された身体の潜在能力をぐっと引き出すためのメソッドが散りばめられています。

パソコンに喩えて言うならば、アプリケーションをひとつ覚えよう、というご提案ではありません。

試合の無い合気道の

稽古が目指しているもの、それは言うなれば、

『身体のOSを丸ごとバージョンアップさせる』

ような試みなのです。普通に立って、歩く。これだけの行為の中にも、再点検すべき点がいくつもあります。重心の移動を末端から蹴って行うのと、身体を中心から行うのでは、動きそのものは小さくても、結果としてのパフォーマンスに大きな影響を及ぼします。

思いのままに、なりそうでならない自分の身体。誰にも奪われないこの資源を最大限有効活用してみませんか。

Dear English-speaking residents of Tsukuba

We have commenced English email correspondence service for English-speaking residents of Tsukuba who may wish to learn more about our Aikido training.

This service is especially suitable for those who could read Japanese well enough to understand from our website what we practice, but could not fully understand the Japanese description of how we are actually practicing through what kind of method.

Please note this service is provided in email only. Please send us email and we will be happy to reply!

Makoto Soga, Representative of TAC
email : sogam@dosanite.co.jp

“稽古を積んで興味が深まった時、生き活きと呼吸する生き物として、素直に清々しい喜びが湧き上がる。そんな武道が合気道です。”

-筑波・守谷合気道クラブ師範

溝口守宏 (みぞくち もりひろ) 合気道 六段



『錦織圭をベスト8に導いた3つの鍵』その急成長には、三つの鍵が存在する。ひとつは、精神面だ。中略。ふたつ目は、サーブ。中略。そして最後にフィジカル。体幹と臀部の鍛錬である。体幹が強くなればバランスも良くなり、臀部の筋力は左右に振られても、崩れることなく強いショットを打つのに不可欠だ。

内田暁 sportiva 2012/1/24

