

若獅子会開催されました

3 / 1 4 (土) 池上道場にて
「若獅子会」が開催されまし
た。
今回は年齢制限を外し身体
をガンガン動かしたい人が
集まり参加者は15名でし
た。



内容は受手、錬気法、技
を決めて数稽古(1人→
右20本、左20本)、
自由掛けを行ないまし
た。

1時間フルに動き、みん
な満足していました。

また次回が楽しみです
ね。

