平成28年度一般社団法人東日本実業団空手道連盟

第2回形セミナー

日時:平成29年1月29日(日)

場所:千代田区立スポーツセンター

平成29年1月29日(日)、千代田区立スポーツセンターにおいて第2回形セミナーが開催されました。今回のセミナーは午前中に第1指定形、午後に第2指定形と、各流派4つの指定形を実施致しました。技術面においては特に「立ち方」に重点をおき基本でもある①足の位置②爪先の方向③膝の曲げ方④重心について講習致しました。





【セミナー前の事前打合せ】



【セミナー開始式:理事長挨拶】



【受講者の皆さん】

【準備体操の様子】













【セミナーの様子】