

極真空手 城南港支部 | 六本木・新橋・田町道場のご紹介

■一般部紹介

あなたは今までに「もっと気持ちが強ければ…」 「もっと体力があれば…」 「もっと自分自身が強ければ…」と感じ、悔しい思いをした経験はありませんか?男であればこれまでの人生の中で必ず痛感した事はあるのではないのでしょうか。

極真空手道場で同じ目的意識をもった稽古生と友に学び、充実した時間と爽快な汗をかきながら、尊敬する人やなりたい自分に近づく為の自分磨きを私達としましょう。

あなたの心と身体が強くなければ、愛する彼女や家族を守ることはできないでしょう。

極真空手の稽古で心身を鍛えることで、今まで感じる事が無かったレベルで自分に覇気や自信、集中力と忍耐力がアップした事を仕事の局面やプライベートでも確実に実感する事でしょう。

そして、あなたが近い将来直面するであろう困難も乗り越えられる強さを身につけ、何事にも前向きに挑戦する意欲が湧いてくるはずですよ。

その理由は、次の3つです。

1. 空手界でも特別な、最強の極真空手

極真空手は、これまでに数々の伝説を残してきました。

創始者 大山倍達総裁は、牛と戦い牛の角を手刀で折り“牛殺しの大山”といわれる。

試し割りでも自然石割りやビール瓶きりは、当時では衝撃的でした。

また、ニューヨーク支部のウィリーウィリアムスは、熊と戦い“熊殺しのウィリー”といわれ異種格闘技戦で、プロレスラーのアントニオ猪木とも戦っている。

現極真会館館長 松井章主は、極真空手では究極の荒行といわれている100人組手を完遂している。

第4回世界大会チャンピオンの松井館長が現役時代に同大会で決勝戦を戦ったアンディーフグは、戦う場所を変えても極真魂で見事にK-1世界チャンピオンに輝きました。

第7回世界チャンピオンのフランススコフィリヨは、K-1のデビュー戦でチャンピオンのアンディーフグを一撃でKOするなど数々の一撃KO伝説を残しました。

極真会館はどんな分野でも挑戦し超人伝説を残しています。

2. はじめは誰でも初心者です。

安心して下さい、はじめは誰でも初心者です。

いきなり特別な人間にはなれません。

数々の伝説を作った人たちも地道な稽古と努力で一歩ずつ階段を登るように強くなっていったのです。

城南港支部では基本動作をマスターするまで個別指導いたしますので安心してください。

稽古生の声

○近藤さん 会社員 30代 空手歴3年

もっと早く始めれば良かったです。

20代前半から武道や空手に興味を持ち、空手を始めようとした時期もありましたが、当時は就職したばかりで時間も無く、いずれ入門しようと思っている間に10年以上の歳月が経過してしまいました。今回入門する際に、ケガの心配や体力面などを考え30代の自分でも稽古についていけるのか悩みました。しかし、逆に今しかチャンスはないと思い入門を決意しました。現在は年齢に関係なく強くなりたい、昇級したいという欲も生まれ、最近では出来るところまで自分を鍛えるという目標を新たに掲げ日々稽古へ参加しております。六本木・新橋・田町道場は日頃の運動不足やストレスの解消、又肉体面と精神面を同時に鍛える事が可能な稽古内容です。これからも可能な限り稽古へ参加し、実力に応じて上を目指して行きたいと考えております。



○島田さん 大学生 20代 空手歴1年8ヶ月

今まで何かに打ち込んでことがなく、ただマンネリな生活をしていたのでなにかスポーツをやってみたくなった。

体を強くしたいという思いもあり極真空手を始めました。

体が柔らかくなり腕立て伏せなどたくさんできるなど基礎体力がつき、ゴツクになりました。

頑張った結果が自分で確認できる充実感、達成感が気持ちいいです。

道場では、様々な職種、年齢層の方と知り合えて人間関係が広がって自分にプラスになっています。

3.強くなるということ

大切な事は、“強くなりたい”という入門した時の気持ちを忘れずに継続して稽古をすることです。

“継続は、ちからなり!”といいますが、まさにそのとおりなのです。

継続し稽古するということは、自分の中の弱い自分に負けないことなのです。「勉強が 仕事が 忙しい 疲れた 今日は休もう

遅れても参加できるけど、次回の稽古に参加しよう。」 などなど。しかし、「俺は、強くなるんだ!こんなことで休んでられるか」という強い意志で乗り越えましょう。

そうです。“初志貫徹”なのです。

そして初心者の方が最初に稽古で感じる、不安、混乱、苦しさは継続し稽古することで慣れていきます。

安心して下さい。人間は環境やに慣れるんです。時間が経過し慣れが解決してくれます。

慣れていくうちに、苦しく感じなくなり逆に集中力、体力、忍耐力がついてくる事を体感するでしょう。

ご自分のペースでステージアップすればいいんですし、少しずつ自分に負荷をかけさらに強くなって下さい。

この心と身体との関係を理解し、*稽古の繰り返すことで気がつけば、あなたは特別なステージの帯を手に入れていることでしょう。

ステージがアップすればさらに心も身体も鍛えられどんどん強くなっていきます。

入門時の頃を振り返った時、最初のステージがいかに、レベルが低かったか気が付き、自分が強くなったことを実感できます。

その時、あなたなりの特別な自分を知りましょう。

例えば、半年もすると入門して間もない後輩とミットを使い、突きや蹴りの稽古であるミット打ち、蹴りこみを行った場合、素人の後輩は頼りないパンチやキックです。そしてあなたの繰り返す突きや蹴りの威力を見た後輩は驚異に感じる事でしょう。

社会人がケンカをするのは間違っていますが、もし自分や友人を守る為に素人とケンカした場合は、簡単に上段回し蹴りが入ります。他の技も面白いように自分の技が入ります。

当然です 相手は受け方もなにも知らないのですから。

でも世の中で上段回し蹴りをタイミングよく蹴る蹴り方や受け方知ってる人ってどのくらいいるんですか?

そうです、あなたの身につけた技は、世の中では特別なんです。

また、試し割りでも拳や脛を鍛えつづけることで以前割れなかった板の枚数が割れるようになり、脛でバットが折れるようになり自分の中での自信にどんどん拍車がかかり継続することの大切さを学びます。

ですが入門を考えているあなたも、極真空手有段者の指導員もみんな最初は白帯からスタートです。

最初は稽古についていくのが大変なのかもしれませんが、自分への時間と労力の投資は一生の財産になるでしょう。

継続していき気がつけば、なによりも自分の大切なものを守る強い気持ちや自分に自信が持てるようになり、何事にも努力することと挑戦する意欲が湧いてくるはずですよ。



3. 励ましあう仲間と強い精神力を身につける

稽古は、苦しい事やつらいことも現実あります。

しかし、一人では乗り越えられない壁も、道場では同じ目的意識を持った仲間と励ましあいながら乗り越えていけますので、稽古後の爽快感や充実感は何者にも代えられません。

人生の充実感を実感できるでしょう。

一つ一つの壁を乗り越えた時に、体力がつき、集中力がつき、忍耐強くなり、妥協しない挑戦する前向きな気持ちが生まれてきます。

そして、体力と精神力が強くなることで相手を思いやる気持ちができたり、物事に動じなくなり、仕事や日常生活が落ち着いて行動できるようになります。

◎極真会館東京城南港支部 稽古生の声

空手バカー代を子供のころに見て育ち、ずっと前から極真空手をやってみたいと思っていました。志田師範の道場ホームページを偶然みて、ここなら会員の私でも継続して空手ができると思い、見学後に入門しました。

空手を始めてよかったことは、きつい稽古内容もありますが、それを頑張ってやりきる事で人間としての忍耐力がつき、継続していくなかで、年齢、性別、職種、をこえたたくさんのひとと知り合いになれたことで人間に幅ができました。

積極的に自分から物事に挑戦する姿勢がついてきました。

(壮年部 36歳 会社員 空手歴1年3ヵ月)

○多田さん 会社員 30代 空手歴2年

大事な仲間や、いつかできるであろう家族や大切なものを危険な人から守り、また何かあっても臨機応変に対応できるような強い人間になりたくて入門しました。

気持ちを集中して稽古することで普段かかかないような“いい汗”が流せる。

道場に来ると自然にそれができる。

稽古で苦しい思いをしているので忍耐強くなり、心が広くなった。

そして、器も大きくなった気がする。

極真会館東京城南港支部では、一般部(中学生、高校生も含む)・女子部・壮年部は合同稽古に週に何回でも参加できます。

それだけではなく、支部道場である六本木・新橋・田町道場のどこの道場の稽古でも参加が可能です。スケジュールに合わせて時間と場所が選べます。

