

## 極真会館増田道場夏合宿を終えて

二泊三日の合宿でのご指導ありがとうございました。

先ずは、増田師範、秋吉師範代、荻野先輩のご指導・講習会と師範代の多岐にわたるご対応に感謝申し上げます。また、共に参加した道場生の方々と一緒に有意義なひとときを過ごす事ができありがとうございました。

今回の合宿は、コロナ明け久々の合宿と言う事で、日頃の鍛錬不足もあり参加する事に不安もありましたが、参加して本当に良かったと思います。ここ10数年は、50代の頃に大きな手術と二度にわたる入院を経験した事で週一回程度の稽古に終始していました。更にコロナ禍となり道場へ通う事も厳しくなる中、オンライン稽古のお陰とリアル稽古のハイブリッドで週一回の稽古を継続していたものの、合宿での通算約10時間の稽古に自身の身体が持つか自信がありませんでした。

師範からの直々のご指導は沢山の自身の課題を改めて痛感したものの、何とか合宿をやり終えた事は大きな自信となりました。一人ではなく仲間である他の道場生の皆さんと一緒にだからやり抜く事ができたのだと考えます。

これからも自身の心身の向上と他者への尊重を肝に銘じて、拓心道、空手道のみならず社会活動全般で公私共に研鑽し続けていきたいと思っています。

最後に、本合宿の快適な空間をご提供いただいた辰野町関係者の皆様に重ねて深謝申し上げます。大自然の中、かつ休養できる空間の宿泊場所含めて快適な合宿を終える事ができました。

2023年7月26日 高田馬場道場 尾崎真二