

合気道は柔道と関連している事がありました。それは受け身  
です。でもちよと受け身の仕方が違っていました。最初は投げら  
れたのが痛い不安だったけどやり始めると全然いたくありませんで  
した。準備運動をしているとけがはしにくいと思いました。

道場に入るときに座札をしてそこから体操などをしました。  
おなかから力を入れると自然に押し返して自分が力を抜くと  
相手はこけてやっと投げられた実感がしました。手を使わないと  
できない技しかなかった。体をふわふわさせるとやりやすいと言  
われたけどマツをなかなかつかめなくて相手の入に何度を教えて  
もらいました。他に手をひねる技があったけどその技が痛くて痛くて  
たまらなかったです。楽しいは手を伸ばさずからできたらいので手を  
伸ばすと体がふわふわして気持ちよかったです。

相手に投げられた時は痛かったです。合気道の体験が終わって開放  
感がありました。

また機会があればまた合気道をしたと思います。

今日のご指導をありがとうございました。

朝日中学校 2年5組  
赤崎真史