

「弓道教室」のご紹介

ストレス発散に、そして真剣に楽しく練習しています。



弓道は、他の武道とは異なり、相手は人ではなく「的」となります。決められた距離から和弓で矢を射ることにより的に当(あ)て、その的中率や得点を競う、礼儀と作法を重んじ、精神の統一を重視する日本の伝統的スポーツです。

競技には「近的競技」と「遠的競技」があり、教室では射位（弓を引く位置）からの的までの距離が28mで、中(あたり)の数を競う「近的競技」を行っています。

静かな張り詰めた空気の中、矢が的を射抜く瞬間に弓道の醍醐味がありますが、矢を的に命中させるためには、矢を射る自身の心身の充実が前提となります。心の安定、正しい姿勢、整った呼吸が求められ、稽古を重ね、プレッシャーに打ち勝つ強い精神力を養うことができます。

当館では、初心者向けの①入門教室と、経験者向けの②錬成教室を開設していますので、興味のある方はぜひご参加ください。

講座名	定員	対 象	曜 日	時 間	開催予定日（第IV期）				講 師
					1月	2月	3月	4月	
弓道教室	20名	中学生以上	火	①18:20～19:40	16・23・30	20	5・12・26	2	大谷 直樹 南都 明彦
				②19:40～21:00					

講師プロフィール



大谷 直樹(おおたに なおき)

弓道錬士5段
日本スポーツ協会 弓道指導員



南都 明彦(なんと あきひこ)

弓道錬士5段