

指導者会 練功十八法（前段）研修会を開催

2月17日（日）に、奈良県文化会館 小ホールにて、標記研修会を約120名の参加のもと実施いたしました。当日は、研修部岸本師範の解説のもと、壇上に井上師範、泉原師範、仲西師範の3名が各型の実技模範を示すため上り、途中2回の休憩を挟んで、13:30～16:00まで、18の型を6型ずつ3組に分けて解説したうえで実際に全員が実技を繰り返して確認する方法で練習しました。練功十八法（前段）は、各教室でもストレッチとして利用しているところが多いためか、質問も活発にあり、活気ある研修会となりました。

途中の休憩時間にも、それまでのところの疑問点を講師に確認する姿も見られるなど参加者の関心の高さが伺えました。



まず初めにみんなで一度やってみましょう

初めに要点を説明します



一緒に確認しましょう



休憩時間も質問と確認が・・・



練功はストレッチです、しっかり伸ばして