

## 平成 30 年度 寒稽古を実施

日本武道館武道学園の寒稽古が、今年も日本武道館小道場で2週間にわたって実施された。1月15日から19日は柔道・剣道が、22日から26日は空手道・少林寺拳法が行われ、延べ276名の生徒が参加して心身を鍛えた。

寒稽古は午前6時半にスタート。小道場に整列し、礼をして稽古が始まると、静まり返っていた早朝の日本武道館には掛け声や気合いが響き渡った。

午前7時半、礼をして稽古は終了。稽古で汗を流した生徒たちは、爽やかな表情で学校や職場に向かって行った。

今年は、柔道は少年8名、剣道は少年6名・一般13名、少林寺拳法は少年4名・一般13名の合計44名が皆勤し、講師から皆勤賞賞状が贈られた。



柔道



剣道



少林寺拳法



空手道