

刀禅 広島同好会

体と動きを根こそぎ変える伝統の力

刀禅について

刀禅は新陰流と形意拳を中心に、伝統武術に通底する身体原理を抽出したボディワークです。

「立つ」「歩く」から始まる根源的な運動方式を、シンプルかつ精密な基準に沿って丁寧に反復練習することで根こそぎ変えて、足裏から手までを貫く自在な「身体の芯」をつくり、動作の改善をはじめ日常の諸活動や運動の基盤となる「力」を養成します。

刀禅のボディワークは動きと動きの間にある隙間を埋めて「隙間を作らない身体性」を育むため、とくに武術の熟達に格別の効果があらわれます。

広島同好会ではボディワークに付随して、新陰流を核に二刀を含む剣術と形意拳を稽古しています。

刀禅代表

小用茂夫師

空手に始まり、新陰流（転会）、形意拳（利根川謙老師）、大東流合気柔術（六方会）、陳氏太極拳などさまざまな武術を経験したのち刀禅を主宰。

刀禅の同好会

埼玉蕨、駒込、南千住、神楽坂、日吉、千葉、浦和、広島、津山、大阪、愛知ほか

刀禅の会員

剣術、空手、中国武術、柔術、剣道、合気道など、それぞれ異なるバックボーンをもったさまざまな武術・武道経験者や空手の世界大会優勝者、格闘技関係者、フィットネス・ダンスインストラクター、針灸・整体師といった人たちが集まっています。初めての方も多数。

広島同好会

活動日 日曜 13時～16時半（月3～4回程度。土曜に稽古することもあります）

活動場所 安佐南区スポーツセンター武道場（個人利用）

代表 伊達一成

連絡先 携帯（090-5697-7993）・メール kaazdate@go.enjoy.ne.jp

会費 月/2,000円（入会金不要）

服装 ふだん着（動きやすいもの）