



道統少林寺流錬心館空手道
河 南 支 部 だ よ り
vol.28 2025.8.1



体温を超える気温☀️ ありえない暑さが続きます
歯を食いしばり、根性だけではとても太刀打ちできません。

短時間(15分程度)集中、休憩のサイクルで練習を行っています。

大阪府連大会 基本の部 12名(その内河南支部が7名) 2回戦からは
必ず河南支部同士の対戦となります。初戦突破して、1,2,3フィニッシュを
決めましょう! (誰が相手でも、普段の基本をすることが一番大切です)

組手の部には濱口(父)さんが出場します。みんなで応援しよう!!

【練習日程】

日		時 間	場 所	備 考
8月2日	(土)	9-12	レインボーホール C	場所注意!
8月9日	(土)	9-12	レインボーホール C	場所注意!
8月16日	(土)	お休み		
8月21日	(木)	19-21	レインボーホール	
8月23日	(土)	9-12	レインボーホール C	場所注意!
8月28日	(木)	お休み	レインボーホール	※希望者本部練習参加可です
8月30日	(土)	9-12	ぶくホール	ぶくぶくドーム再開!
9月4日	(木)	18-21	レインボーホール	
9月6日	(土)	9-12	ぶくホール	仮審査予定
9月11日	(木)	19-21	レインボーホール	
9月13日	(土)	9-12	ぶくホール	大会、昇級審査練習
9月18日	(木)	19-21	レインボーホール	
9月20日	(土)	18-21	ぶくぶくアリーナ	1/4J-ト 時間注意!
9月23日	(火)	第5回大阪府連大会	豊中武道館ひびき	
9月25日	(木)	19-21	レインボーホール	
9月27日	(土)	9-12	ぶくホール	令和7年度第2回昇級審査

☆第5回大阪府空手道選手権大会

日時: 令和7年9月23日(祝)

場所: 武道館ひびき 豊中市服部西町4-13-2

【演武】

河南支部が基本、前進後退を披露することとなりました。大会に出場しない門下生も
参加できます。みんなの前でする演武はまたとない良い経験です。絵日記に画けるよ〜

☆9/27(土) 令和7年度第2回昇級審査を予定しています。(13→27に変更)

※9/6(土) 仮審査予定です。仮審査合格者に「審査票」を手渡します。

錬心館 宗家訓

一臓一腑の麻痺は直ちにその生命に
かわかることを念慮し 心修を以って
秘拳を磨き たとえ一撃二撃を
受くると雖も莞爾として泰然自若たれ

道統少林寺流錬心館空手道
河内地区本部 河南支部
支部長 野村 桂太
090-2111-6950

