

## 稽古始め

稽古始めでした。

ひさしぶりの体育館は、

冬で足がかじかんでいたせいもあってか

打ち込んだ勢いで、ずるっと、すべる、すべる。

でも、これは、体捌きや重心移動がうまくないのも一つの原因。