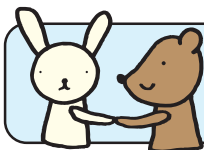


# 黒帯までの道のり



## 道場に来るのが嫌にならない継続の秘訣！

- ・道場で、何でもはなせる先生、指導員の友人を一人以上持っている。
- ・道場で、何でもはなせる同じ帯や同じ世代の友人を一人以上持っている。

## ほめられて すくすく育つ！

ドキドキの検定審査に合格すると、「よく頑張ったね！」と先生方に褒めていただき、賞状をいただきます。お子さんは級があがるたびに自信がつき、ちょっとづつ頼もしくなります。

私の家では、3ヶ月ごとの検定審査に合格すると夕食はお祝いの外食でした！



### 本練習では以下のことを特に心がけましょう！

- ①一般（高校生以上）で3年、少年部（年長～中3）で5年で黒帯認定がとれるイメージづくり。
  - ・明確な目標と正確な技術の修得を目指せば、誰でも黒帯をとることが可能です。
  - ・1回の練習の密度を上げる努力と工夫を常にしましょう。
- ②よい仲間づくり。ライバルとして切磋琢磨し、苦しいとき助け合えるのが本当の仲間。
  - ・毎週の練習への継続的な参加を心がけましょう。
  - ・毎回の練習時の形の発表の時間にその日の課題をクリアしましょう。  
→足りないところを指摘されたら、次回までに修正しておきましょう。
  - ・皆勤者、成績優秀者の公表を会としても行っていくので、関心を持っていただきたく思います。
  - ・大会、昇段昇級審査への見学や応援を推奨します。→同年代の人の刺激を受けるため。

### 練習以外でもサポートいたします！

- ①定期刊行物・HP・チラシ
  - ・毎月淳風会東郷だよりの発行。
  - ・HPを毎週更新。
  - ・3ヶ月に1回はチラシ配布。
- ②メール・雑談・子育て相談・イベント
  - ・その都度、メールでなんでも相談する。
  - ・イベントの企画、実行に参加する。
  - ・先生や仲間と雑談しましょう。
  - ・子育て相談。ひとりで悩まず相談しましょう。

## 黒帯認定は「空手の入口」

黒帯認定は「空手の入口」といわれています。黒帯から先になってはじめて空手の本当の楽しさを体験できるのです。



## 黒帯認定までのタイムスケジュール

空手の基本が身に付き、進学にも有利な「黒帯取得」を目指すのが本道場の主たる目的です。一般（高校生以上）なら3年以内、少年部（年長～中3）なら、5年以内に黒帯を取得することが可能です。

1ヶ月	2ヶ月	3ヶ月	4ヶ月	5ヶ月	6ヶ月	7ヶ月	8ヶ月	9ヶ月	10ヶ月	11ヶ月	12ヶ月	
少年部		10級			9級			8級			7級	
一般		6級			5級			4級			3級	
少年部	13ヶ月	14ヶ月	15ヶ月	16ヶ月	17ヶ月	18ヶ月	19ヶ月	20ヶ月	21ヶ月	22ヶ月	23ヶ月	24ヶ月
少年部			6級			5級			4級			3級
一般			2級			1級			初段補			
少年部	25ヶ月	26ヶ月	27ヶ月	28ヶ月	29ヶ月	30ヶ月	31ヶ月	32ヶ月	33ヶ月	34ヶ月	35ヶ月	36ヶ月
少年部			6級			5級			4級			3級
一般						初段	初段取得後2年以降に弐段審査の資格が得られます。					
少年部	37ヶ月	38ヶ月	39ヶ月	40ヶ月	41ヶ月	42ヶ月	43ヶ月	44ヶ月	45ヶ月	46ヶ月	47ヶ月	48ヶ月
少年部			2級			1級			初段補			
少年部	49ヶ月	50ヶ月	51ヶ月	52ヶ月	53ヶ月	54ヶ月	55ヶ月	56ヶ月	57ヶ月	58ヶ月	59ヶ月	60ヶ月
少年部			初段	初段取得後2年以上かつ中二以降に弐段審査の資格が得られます。								
一般												

上に示したスケジュールは会の推奨です。ご自身の予定や県連の審査日程等を参考に、あなたのペースに合わせてオリジナルタイムスケジュールを作ってみましょう。