

群馬

孀恋支部

佐藤 幸光支部長

集中力と腹式呼吸を意識して技術の向上を図る 「気楽に楽しく健康作り」 段級位試験や大会にも挑戦

「気軽にできて健康づくりに良い、お金も掛からない」ので支部を設立しました。会員数は設立時の7人から現在10人に増えました。



練習は毎週木曜の午後、会員が所有する多目的施設で5本×6Rを行い、集中力と腹式呼吸を意識しながら技術の向上を図っています。

「気楽に楽しく健康づくり」がモットー。休憩時間には世間話をしながら親睦を深めています。

支部設立から半年が経ちましたので、皆で段位級位試験や大会に参加し、次の目標に向かって楽しみながら挑戦できればと思っています。