

# J T A オンライン・テコンドー試験的始動！

責任者 辻 陽介 (三段、愛知大府クラブ長)

2021年1月31日、日本テコンドー協会（以下、J T A）定例1月理事会において  
河明生理事長提案議題の「J T A オンライン・テコンドー」つき議論され、試験的に始動することで合意し、  
その責任者として 辻 陽介を任命することが満場一致で可決されました。

DME / オンラインテコンドー ～おうちでテコンドー～



## おうちでできるテコンドーを始めます！

大府テコンドークラブがある愛知県でも2021年1月13日に緊急事態宣言が発令されました。  
2020年4月の愛知県独自の緊急事態宣言が発令した際はクラブが休講になり、有志のみで公園でのトレーニングを実施していました。  
今回もいつ休講になりクラブの練習生が稽古ができなくなってしまうか分からない状況です。  
実際、他のクラブでは休講や時間短縮になってしまっている所もあります。  
少しでもモチベーションの維持や運動不足にならない生活習慣を維持してもらうべく、オンラインでのテコンドー教室を当面の間、実施することにしました。

大府クラブだけでなく他のクラブの練習生は勿論、普段自粛ばかりで運動不足やコロナ太りに悩む方やストレス解消したい一般の方も分け隔てなく、行っていきたいと思います



## クラス紹介・時間

### ①ビギナークラス

平日 18:00～19:00

◆テコンドー未経験の方や体力の少ない小学生などにおススメ！◆

テコンドーの基本的な蹴り技の動作を一つずつ解説し、習得していきます。  
一人ひとりのレベルに合わせて教えていきます。  
ゆっくりと行う動作が多いですが、それが体幹やバランス感覚、柔軟性の向上には適しています。  
ゆっくりじっくりと基礎の技を練習したい方向けです。  
こちらはバーチャルスパーリング等ありません。

### ②ベーシッククラス

平日 20:00～21:00

◆ビギナークラスに参加したことがある方や中学生、身体をたくさん動かしたい方におススメ！◆  
ライトクラスで学んだ動きをベースに突き、蹴り、ディフェンスの動作をまず反復練習します。  
毎回3種類のコンビネーションを練習し、最後はバーチャルスパーリングやその日ごとに異なる筋トレを行います。  
こちらはたくさん身体を動かします。はじめは上手に動けなくても問題ありません。  
楽しく身体を動かしましょう！

### ③アドバンスクラス(coming soon)

中級者以上向けかつ飛び跳ねる環境でコース受講が可能な方向けです。  
ベーシッククラスの動きに加え飛び蹴りや後ろ回し蹴りなどをを行います。



本年度より、試験的に J T A 内部で実施され（下記①）、長所・短所を精査した上で漸次改善改良します。  
対象者は、

① J T A 門人・会員（参加費無料。自宅等での練習による怪我や破損等は自己責任となります）

改善改良後に

② J T A 会員であったが、引っ越しや転勤等で最寄りに J T A 道場がなく止む無く断念した準会員

③ 一人のクラブ長の私欲と勘違い等により J T A をしぶしぶ退会した元会員

④ 一般

となります。

河 明生 理事長談（理事会での発言抜粋）

「私は 1 5 年以上も前からインターネットを利用した日本跆拳道の指導を思案し、  
漢字アドレス「ネット道場.J P」等を獲得した。

かつて百貨店全盛時代、三越、高島屋、大丸等のブランド力や信用の高い老舗百貨店がインターネットを活用した販売を強力に推進していれば今日の凋落は回避できたと考えていたからである。

その隙をついたのが日本では楽天であり、世界的にはアマゾンである。

これを打撃系武道に当てはめると、立派な常設道場を構え会員を獲得してきた団体が、  
疫病禍による外出自粛、感染リスクと三密回避、家賃等の固定費の支払いで厳しい状況にあるが、  
自団体の長年にわたる道場運営ノウハウを捨て去ることは百貨店同様、難しいとみなせる。

他方、J T A は身軽で機動力がある。

J T A の武道コンテンツに関していうと、

① 蹴りの体系美を誇る独自の蹴武の型 1 4 を有し、

② 手技と足技の体系美を有する独自の約束組手を有し、

③ 文武両道等の「J T A 七大精神」という教育と呼べる精神美を有していることから

他者を凌駕していると自負している。

ゆえに、インターネットを利用した日本跆拳道の指導が組織発展の鍵となると考えてきた。

日本で成功できるのであれば、世界への普及も夢ではないとも考えてきた。

しかし、まったく具体化できず、上記アドレスの使用料を 1 5 年間支払ってきた。

昨年末、辻 陽介がオンライン・テコンドーをインターネット上で始めたことを知り、とても嬉しかった。

なぜなら、私が考えてきたことを愛弟子が自主的に開始したからである。

また、このような J T A にとって有益な事業を率先垂範する弟子が登場することを待ち望んでいたからである。

J T A の歴史は 3 0 年。

私の代で少なくとも 5 0 年は行くだろうが、その先の J T A の未来は若い人材にかかっている。

「国家百年の大計」を参考にするとするならば、

「J T A 7 5 年」の布石として J T A オンライン・テコンドーは重要であり、辻に期待したい」