

レッスン4

Gracie University (グレイシーユニバーシティ以下GU) の意義

GUのオンラインの動画は、生徒やインストラクターが技の詳細を学ぶために存在します。

- ・ 技のポイントが知れて有効性が高い

↓逆に言えば、

インストラクターは、ただ技の詳細だけを教えると、そのポイントはもうオンライン動画で伝えられています。

ではインストラクターの存在は、



1時間のリアルなクラスで、
その日、その場所でしか味わえない

経験を伝える存在となります。





その経験には
どんなものがありますか？

3つあります

- ・ インストラクターと生徒の交流
- ・ アシスタント（BG）と生徒の交流
- ・ 生徒間の交流



この3つの**交流**で、
素晴らしい**経験**ができて、
楽しいクラスの時間を過ごし、また
やりたい気持ち
(=モチベーション) を生みます。

ただし、この3つの交流が
うまく働かない場合は、
クラスの価値を感じることは
できません。



クラスの価値がなければ、
価値のないものに時間や労力を注ぐこ
とはなくなります。

3つの交流があって、良い経験になる
かどうかは、

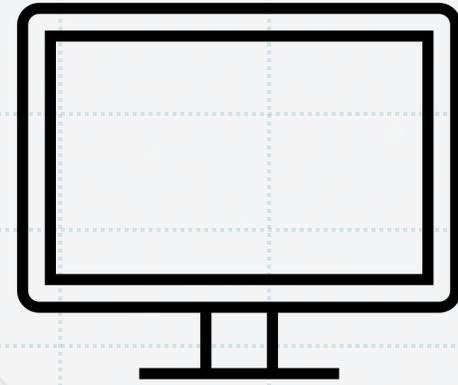
インストラクターとアシスタント（BG）



によって決まります。

オンラインのみの生徒に必要な条件は、

能力
忍耐力



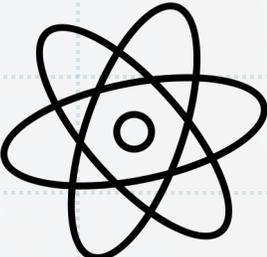
これからが必要になります。

道場に通って、リアルのクラスに参加
することは、オンラインのみに比べると
と能力・忍耐力はなくて済みます。

道場でインストラクターやアシスタントのリードがあれば、



誰でも柔術を学べて
楽しむことができます

インストラクターの
ミッション（使命）は、

技の詳細を教えながら、
家やオンラインだけでは
味わえない**経験**を与えることです。

レッスン5

グレイシーカレンダーについて

GCの各クラスは2つのセクションに分かれています

立技（スタンディングテクニク）
寝技（グラウンドテクニク）

1つのサイクルは、23のクラスがあり、

スタンディングテクニックは、
1サイクルの中に、2回登場します。
(スタンディングアームロックは1回のみ)

その理由は、反射神経が少なく、代用できる技
がたくさんあるからです。

各レッスンを最低2回受けるとRDクラスを受けることができます。

テストを受ける生徒にお薦めすることは、

各レッスンを3回以上と、RDクラスを10回以上受けることです。

ただ必須条件ではありません。

