

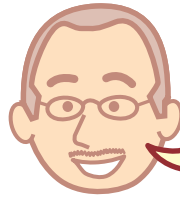
# 達人調整のここがスゴイ!!



## 1 身体がスッカリ！拘束がとれて気持ちいい



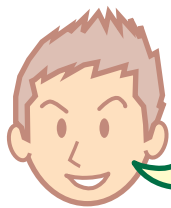
今までに味わったことがないスーッとした感じになりました。交互作用で気持ちよさが倍増する画期的な講座だと思います。



腰と背中にしつこいコリがあって、いつもそれが気になっていたのですが、それがなくなってしまいました。こんなことは初めてでした。



## 2 センター、下丹田、股関節、インナーマッスル…… 身体意識、身体能力の上達をグンと加速する



自分自身が鍛えられる。非常に実戦的にセンターとベストを活用するための講座だと思った。



身体のあちこちがまだこんなにこっていたんだと思い知らされました。そして終わる頃には、今まで自分が体験した中で最もセンターが長く伸びているのが感じられました。

## 達人調整は通常の身体調整とこんなに違う！

### 通常の身体調整

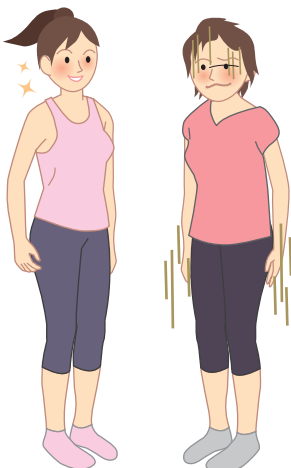
調整前



受け手  
50

施し手  
100

調整後



受け手  
80

施し手  
70

### [通常の身体調整]

通常の身体調整は、「施し手」と「受け手」の立場がハッキリ分かれている。受け手は精神的・身体的に良い方向に変わっていくが、施し手は気力体力を費やし、その分疲労してしまう。

### [達人調整]

「施し手」と「受け手」という役割を固定化せず、2つの役割を必ず交代して行う。施し手が脱力と極意の観点から自分自身を見つめながら行うことで、受け手が良くなっていくと同時に施し手も良くなる。正しく行えば、受け手がよくなる以上に施し手が良くなることも可能。

### 達人調整

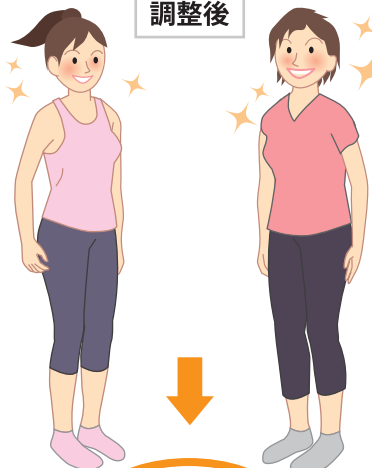
調整前



受け手  
50

施し手  
100

調整後



受け手  
100

施し手  
130

施し手と受け手を交代