# 達人シッション最前線

# 2021年冬期 集中講座【貸出DVD方式】

# 時代が動く! 2022 年上級講座 発進へ向けて!

#### **貸出DVD講座一覧表** 講師=全て高岡英夫

が上級準備講座です。

第1回発送分 発送予定日=12月22日(水)頃	
<b>名作</b> 2020春	寝臥位センター中級15分つき トップ・センター I-1 中級 棒上軸乗芯/片脚緩腰乗芯法/ウナ踵乗芯法/軸タンブリング
<b>名作</b>	トップ・センター II 中級
2020冬	軸タン3大メソッド+1:仙骨ほどゆる法/膝玉芯法/全美銀玉化法/二天突吊法
<b>名作</b>	スーパーウォーク歩道 III 初級
2021夏	姿勢軸A3とパワー系推進力操作法の基礎
<b>名作</b> 2020春	寝臥位センター錬成法 I 中級 りゅう かんしゅう はいます かんしゅう かんしゅう かんしゅう かんしゅう かんしゅう かんしゅう かんしゅう かんしゅう はいます はいます はいます はいません はいません はいません しゅう
<b>名作</b>	細胞正常力アップ総合講座 I 中級
2020春	海洋親和法中級/DNA二重らせん構造DS図/異常細胞星洗死滅法
<b>名作</b> 2021GW	究極の手首をつくる 高度手首溶解法 I 初級 手首扇振回軸統合開発法/中心周縁開発法/中手骨・手根骨擦通法
<b>名作</b>	精密肘抜き&膝抜き法 I 初級
2021春	上腕骨回軸肘抜法/机面密平接肘抜き法/机座膝下揺緩抜法
<b>名作</b> 2021春	拘束前腿解消法 I 初級 ハイテク足パタ・踵クル・爪先クル/自然膝屈体前腿溶抜法/抜歩法2法
<b>名作</b>	脳疲労解消力アップ II 初級
2021夏	天清水杯揺洗法/前頭重垂軸通精法/後脳口路通精法

<b>第2回発送分</b> 発送予定日=12月29日(水)頃	
<b>名作</b>	トップ・センター III 中級
2021春	軸タン制覇第2弾=掃滑揚法による下軸膝玉一致法
<b>名作</b>	スーパーウォーク歩道 II 中級
2020夏	モーター軸強靭化/腕振り技法の深奥化
<b>名作</b>	スーパーウォーク歩道 III 中級
2020秋	錬足軸/環境センター法/姿勢軸/前後立ち進垂線
<b>名作</b>	細胞正常力アップ総合講座 II 中級
2020夏	息ゆる/海洋親和法/iPS細胞の身体意識図
<b>名作</b>	細胞正常力アップ総合講座 IV 中級
2021春	銀河洗手功法/異常細胞銀河星洗死減法/銀河DS図
<b>名作</b>	鈍い股関節クッキリ覚醒法 I 初級
2021GW	長座片脚股関節引押・回軸法/踵クル大転子握指通覚醒法
名作 2021GW	上半身の覇王 <b>肩包体&amp;肩包面 I 初級</b> 肩肋回緩法/肩包面前切法・円滑法・横切法
<b>名作</b> 2021夏	こうどようねんほどうほう 高度溶粘歩動法 I 初級 溶粘質的深化法/三組織分化法/地芯乗法による十二段分化法
<b>名作</b> 2021春	<b>股関節鍛錬法 I 中級</b> 「東子教養」  「東子教養」  「東子教養」  「東子教養」  「東子教養」  「東子教会が、大学教養」  「東子教養」  「東子教会が、大学教養」  「東子教会が、大学教養」  「東子教会が、大学教養」  「東子教会が、大学教養」  「東子教養」  「東子教会が、大学教養」  「東子教養」  「東京教養」  「東京教養」 「東京教養」 「東京教養」 「東京教養」 「東京教養」 「東京教養」 「東京教養」 「東京教養」 「東京教養」 「東京教養」 「東京教養」 「東京教養」 「東京教養」 「東京教養」 「東京教養」 「東京教養」 「

課目は表記を一部省略しています。詳細は講座内容予告ページをご覧ください。

※講座ナンバーは、受講推奨順序や難易度ではありません。どの順番でも受講できます。詳しくは5ページをお読みください。

## ■冬期集中講座 お申し込み受付・返却について

「貸出DVD規則」をお読みいただき、「誓約書兼申込用紙」にてファクスまたは郵送で受付期間内にお申し込み下さい。お電話ではお申し込みできませんのでご注意ください。お申し込み後にご請求書をお送りいたします。

お申し込み受付期間:2021年11月24日(水)13時 ~ 12月8日(水)18時まで

※受付期間後のお申し込みは承れませんのでご注意ください。

講座料支払期限:2021年12月21日(火)

DVD発送予定 : 第1回 12月22日(水) 頃発送 / 第2回 12月29日(水) 頃発送

DVD返却期限 :2022年2月5日(土) 18時必着

## 【冬期集中講座専用ファクス 03-6800-6599】

\*専用ファクス番号への送信がエラーとなる場合は、通常のファクス番号 03-3817-7724 へお送りください。

新型コロナウイルスによる健康被害や、感染防止対策等による様々な被害を受けている皆さまに改めてお見舞いを申し上げます。 運動総研は運動科学トレーニングの映像講座を通じ、皆さまが健康に、力強く、毎日を生きるための方法提供に努めます。