

達人セッション最前線

シルバーウィーク

2022年 SW 集中講座 オンライン開催

2022年より集中講座はWEBサイト「究極の身体・脳・呼吸・健康をつくる高度運動科学トレーニング動画サイト」(＝「動画サイト」)で開催しています。

過去に開催した集中講座から厳選した、圧巻の【不朽の名作】をまとめて開催します。
各講座の内容については、動画サイトの各講座ページに掲載いたします。

講座一覧表 講師＝全て高岡英夫

名作 2020 秋期	下軸の王者"内転筋"を鍛える I 初級 12,000円 難易度 2~3	名作 2020 秋期	下軸の王者"内転筋"を鍛える I 中級 12,000円 難易度 4
名作 2020 秋期	ダイナミック・センター I 初級 12,000円 難易度 2~3	名作 2020 秋期	ダイナミック・センター I 中級 12,000円 難易度 4
名作 2020 秋期	サイド・センター (側軸) I 初級 12,000円 難易度 2~3	名作 2021 秋期	サイド・センター (側軸) II 中級 18,000円 難易度 4
名作 2021 夏期	ようねん ほどう 高度溶粘歩動法 I 初級 12,000円 難易度 2~3	名作 2021 夏期	かっせき 脊椎割体法 (割脊) II 中級 12,000円 難易度 4
名作 2022 GW	て さつごう 高度"手"擦合法 II 初級 18,000円 難易度 2	名作 2021 春期	ゆる筋トレ II ベース of 上半身初級 12,000円 難易度 2~3
名作 2021 春期	精密肘抜き & 膝抜き法 I 初級 12,000円 難易度 2	名作 2021 夏期	脳疲労解消力アップ II 初級 12,000円 難易度 2

※講座ナンバー(講座名の後の I, II, III等の番号)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。

お申し込みは *8月21日(日)まで

- ・お申し込み、講座料お支払い後すぐに視聴開始できます。
- ・受付期間中、いつお申し込みされてもお支払い完了日時から 40 日間視聴できます。

受付期間	開始 8月16日(火)0時00分 ~ 8月19日(金)23時59分 ↓ *受付期間を延長いたしました 終了 8月21日(日)23時59分
------	--

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。

運動科学総合研究所

SW 集中講座の紙のパンフレットはございませんのでご了承ください。