

2023年11月11日

常設講座 新規掲載講座のご案内

- ▶ 高度運動科学トレーニング動画サイトに掲載しています
- ▶ 過去に開催した集中講座の中から厳選した講座です
- ▶ いつでもご受講いただけます
- ▶ 視聴期間はお申し込み(決済完了)後40日間です

・2023年11月11日に「高度運動科学トレーニング動画サイト」の常設講座として、新たに下記の6講座が加わりました。

講師=全て高岡英夫 ●は動画サイト上のカテゴリ名

● 足・脚・股関節系

【2021年4月公開】	鈍い股関節クッキリ覚醒法 I 初級 長座片脚系開発2法&立位大転子握指通覚醒法	難易度 2	9,000円
-------------	---	----------	--------

● 手・腕・肩甲骨系

【2021年4月公開】	腕遣いの王者"甲腕回旋力" I 中級 甲振動腕法&甲腕回旋擦法	難易度 3~4	9,000円
-------------	---	------------	--------

● 全身系

【2021年7月公開】	高度長座腕支法 I 中級 床面長座・壁面長座腕支法&机面腕支法	難易度 3~4	9,000円
-------------	---	------------	--------

● 身体意識センター・軸系

【2021年7月公開】	トップ・センター IV 中級 突抜吊法全行程と被感意識操作法	難易度 3	9,000円
-------------	--	----------	--------

【2021年9月公開】	ダイナミック・センター II 中級 軸体幹連関動法&軸刻踏動法	難易度 3~4	9,000円
-------------	---	------------	--------

● ゆる筋トレ系

【2021年7月公開】	ゆる筋トレ VI 上半身裏筋系(りきんけい) 初級 長座肩甲上下法&長座腕支三段回法&エルボーウォール法	難易度 2~3	9,000円
-------------	--	------------	--------

*全て税込価格です。

講座内容・申込等の詳細は動画サイトにてご確認ください。

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 <https://douga.undoukagakusouken.co.jp/>

