

2026年4月15日

# 常設講座 新規掲載講座のご案内

2026年4月15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4講座が加わりました!!

常設講座は、過去に開催した集中講座から厳選した講座で、サイト上に常設していますので、いつでもお申し込みができます。多彩な100以上の講座の中から好きな講座を選んでご受講いただけます。

講師=全て高岡英夫 ●は動画サイト上のカテゴリ名 \*全て税込価格

## ● 足・脚・股関節系

【2023年7月公開】	<b>拘束外腿溶解法 I 初級</b> ゆる系外腿溶解法&側腿溶解法&腓骨膝角解法	難易度 1-3	18,000円
-------------	----------------------------------------------	------------	---------



普段教室のレッスンなどで取り上げられているゆる体操にこれほどの目的があったとは思いませんでした。創始者からの解説はまた格別なものがあります。

## ● 歩・走運動系

【2023年4月公開】	<b>高度溶粘歩動法 I 中級</b> 全身溶粘深化法 × 擦揺振伸回緩解法の深層統合法	難易度 2-4	18,000円
-------------	-------------------------------------------------	------------	---------



これほど高度な内容が入っているんだ!とビックリしながら楽しくできました。身体のパーツパーツがすごくゆるんで、今までの人生で最高に動きが良くなりました。

## ● 身体意識 センター・軸系

【2023年4月公開】	<b>トップ・センターⅢ-1 上級</b> 緩重垂吊落通軸法&軸タン乗来突吊法	難易度 3-5	27,000円
-------------	--------------------------------------------	------------	---------



軸タンブリングのリズムが心地よく、また「膝裏の空間」のリードのタイミングが的確ではっとさせられました。最後の軸タンブリングに行くまでのメソッドが深かった。

## ● 生きる根本力系

【2023年4月公開】	<b>地球と遊び、豊かに深くゆるむ 地球ゆる I 初級</b> 公転・自転・海洋・大気のゆる	難易度 1-3	18,000円
-------------	---------------------------------------------------	------------	---------



子供のように楽しかった、というのが本当の実感。子供のころやっていたああいふ運動が地球の運動とつながっている、それが地球ゆるなんだ、というところにまず感動!

▶ 視聴期間はお申し込み(決済完了)後40日間です

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/>

本パンフレット掲載の文章・図面・写真等の全ての情報には運動科学総合研究所の著作権が成立しています。当研究所の許諾なく本パンフレット掲載情報を転載・複製・模倣・映像化・音声化及びデジタルデータ化することは法律により禁じられています。 ©2026 Hideo Takaoka 運動科学総合研究所

常設講座のご案内 2026年4月15日発行 差出人:運動科学総合研究所 〒113-0033 東京都文京区本郷3-23-14 ショウエイビル10F