

2023年8月

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8月1日、8月12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10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 2月公開	拘束前腿解消法Ⅰ初級 難易度 2~3 ハイテック足バタ&踵クル&爪先クル&自然膝屈体前腿浴法	9,000円
---------------	--	--------

● 歩・走運動系

2022年 10月公開	スーパーウォーク歩道進化論入門 難易度 1~5 四足直立二足進化法&直立軸&移動軸&作動軸	12,000円
----------------	---	---------

2021年 2月公開	スーパーウォーク歩道Ⅳ中級 難易度 3 環境センター中径法&モーター軸分割一本法	9,000円
---------------	--	--------

● 全身系

2021年 2月公開	精密肘抜き&膝抜き法Ⅰ初級 難易度 2 上腕骨回転法&机面密着接法&机座膝下揺緩法	9,000円
---------------	---	--------

● 身体意識センター・軸系

2021年 2月公開	トップ・センターⅢ中級 難易度 4 掃滑場法による下軸膝玉一致法	9,000円
---------------	--	--------

● 身体意識上半身系

2021年 4月公開	上半身の霸王 肩包体&肩包面Ⅰ初級 難易度 2 肩肋回緩法&肩包面円滑法&肩包面横切法	9,000円
---------------	---	--------

2021年 2月公開	肋骨多次元巨大関節状態意識 ベストⅠ初級 難易度 2 サイクル順・逆法&ローター順・逆法&パルト順・逆法	9,000円
---------------	--	--------

● ゆる筋トレ系

2021年 2月公開	ゆる筋トレⅡベース of 上半身初級 難易度 2~3 前側腰擦り筋トレ&エルボープッシュ&前四足吊下体幹三段回法	9,000円
---------------	--	--------

● 生きる根本力系

2020年 7月公開	脳疲労解消力アップⅠ初級 難易度 2 眼脳立盃手溶緩法&上脳天清水洗浄法&脳頸深部揺解法	9,000円
---------------	--	--------

2021年 7月公開	脳疲労解消力アップⅡ初級 難易度 2 天清水杯法&前頭重垂軸4法&後脳口路3法	9,000円
---------------	---	--------

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/>