

2011年6月半身動作研究会カレンダー

●お問い合わせ・お申し込みは
半身動作研究会

hanmidosa@gmail.com (中島) まで。

※ブログもご参照ください。

半身動作研究会の「技アリ」ブログ

<http://hanmidosa-waza-ari.cocolog-nift.com/blog/>

★6月1日(水) 18時30分—20時30分 (18時受け付け開始)

◎半身動作研究会@築地 ワンテーマ
「離陸をかける」●講師：中島章夫(武術稽古法研究家、骨盤おこしトレーナー)
●会場：築地社会教育会館 第一和室／東京都中央区築地4丁目15番1号／電話03-3542-4801・03-3542-4802●定員：10名●参加費：2000円【ひとこと】松聲館の技法を支えている「足裏の垂直離陸」を中心に、離陸をかけるという術理を稽古します。

★6月2日(木) 19時—21時 (18時30分受け付け開始)

◎半身動作研究会@恵比寿 ワンテーマ
「皮膚を操作する」●講師：中島章夫(武術稽古法研究家、骨盤おこしトレーナー)
●会場：抱一龕道場／東京都渋谷区恵比寿西2-11-4B●参加費：2000円【ひとこと】皮膚の接点圧力のコントロールによって、相手を崩す方法を学びます。

★6月3日(金) 18時30分—20時30分 (18時受け付け開始)

◎半身動作研究会@明石町 ワンテーマ
「骨盤おこしトレーニング」●講師：中島章夫(武術稽古法研究家、骨盤おこしトレーナー)●会場：明石町区民館 6号和室／東京都中央区明石町14番2号／

電話03-3546-9125●定員：10名●参加費：2000円【ひとこと】「骨盤おこし運動」と「胸割り運動」で、日常動作からスポーツ、武道・武術の動作を改善します。「四股座り」「股割り」などの股関節トレーニングも紹介します。

★6月4日(土) 18時15分—20時30分 (18時受け付け開始)

◎技アリ企画「ロシア武術システム～システム・ストライク1」●講師：北川貴英(システム公認インストラクター)●会場：京橋プラザ区民館 多目的ホール／東京都中央区銀座一丁目25番3号／電話03-3561-5163●定員：30名ぐらい●参加費：2000円【ひとこと】破壊力だけではない、活殺自在で精妙無比なシステム・ストライクの世界をぜひ味わってみてください。一回目は「ストライクの受け方」。

★6月5日(日) 12時45分—14時45分 (12時30分受け付け開始)

◎技アリ企画「呼吸をして自分になる—現代を生きる女性のためのシステムクラス」第四回●講師：渡辺(北川)文(システム公認インストラクター)●会場：●会場：文京体育館 剣道場／東京都文京区湯島4-7-13／電話03-3814-4271●定員：30名ぐらい(女性限定)●参加費：2000円【ひとこと】「呼吸をしてリラックス」することで「強く」なれます。不安を感じたときは呼吸も止まり、身体もストップしています。呼吸をしていれば身体は動いています。日々のなかで、自らの限界を、かる～く超えてみませんか？

★6月5日(日) 18時30分—20時30分

(18時受け付け開始)

◎半身動作研究会@京橋 ワンテーマ
「杖による練法」●講師：中島章夫(武術稽古法研究家、骨盤おこしトレーナー)
●会場：京橋プラザ区民館 多目的ホール／東京都中央区銀座一丁目25番3号／電話03-3561-5163●定員：20名●参加費：2000円【ひとこと】杖は動きを練るのに適しています。「巴」「追い杖」「影抜き」などの型と、杖を使う稽古素材を稽古します。

★6月6日(月) 18時30分—20時30分 (18時受け付け開始)

◎半身動作研究会@明石町 ワンテーマ
「重心の移動で崩す」●講師：中島章夫(武術稽古法研究家、骨盤おこしトレーナー)
●会場：明石町区民館 7号和室／東京都中央区明石町14番2号／電話03-3546-9125●定員：10名●参加費：2000円【ひとこと】「重心移動」という切り口から、ナンバ歩き、井桁崩しなどを解説し稽古します。

★6月8日(水) 18時30分—20時30分 (18時受け付け開始)

◎半身動作研究会@月島 ワンテーマ
「皮膚を操作する」●講師：中島章夫(武術稽古法研究家、骨盤おこしトレーナー)
●会場：月島社会教育会館 第二和室／東京都中央区月島四丁目1番1号(月島区民センター4階、5階)／電話番号03-3531-6367●定員：10名●参加費：2000円【ひとこと】皮膚の接点圧力のコントロールによって、相手を崩す方法を学びます。

★6月9日(木) 19時—21時 (18時30分受け付け開始)

◎半身動作研究会@恵比寿 ワンテーマ
「半身動作の基礎」●講師：中島章夫(武術稽古法研究家、骨盤おこしトレーナー)
●会場：抱一龕道場／東京都渋谷区恵比寿西2-11-4B

●参加費：2000円【ひとこと】体幹部の「四点不動」と「胸割り」による崩しの効果を検証します。

★6月11日(土) 18時30分—20時30分 (18時受け付け開始)

◎半身動作研究会@明石町 ワンテーマ
「半身動作の基礎」
●講師：中島章夫(武術稽古法研究家、骨盤おこしトレーナー)
●会場：明石町区民館 7号和室／東京都中央区明石町14番2号／電話03-3546-9125●定員：10名●参加費：2000円【ひとこと】体幹部の「四点不動」と「胸割り」による崩しの効果を検証します。

★6月12日(日) 13時15分—15時45分 (13時受け付け開始)

◎半身動作研究会@柏 テーマ「皮膚を操作する」●講師：中島章夫(武術稽古法研究家、骨盤おこしトレーナー)●会場：柏中央公民館 和室1 和室2千葉県柏市柏5丁目8-12(教育福祉会館内)／電話04-7164-1811●参加費：2500円●主催：野田古武術の会●申し込み：kikitsu2@gmail.com(ききつ)まで。【ひとこと】皮膚の接点圧力のコントロールによって、相手を崩す方法を学びます。最新の「骨浮かせ」で皮膚に浮きかけ稽古もします。