
★8月17日(水) 18時30分—20時30分
(18時受付開始)

◎半身動作研究会@新川 ワンテーマ「趾(あしゆび)トレーニング」●会場:新川区民館 1号室/東京都中央区新川一丁目26番1号/電話03-3551-7000●定員:10名●参加費:2000円【ひとこと】立つ、歩く、走るの基本となる足裏の実力を高めるべく、趾の役割と使い方を学びます。趾トレーニングブロック(当会で用意)による鍛錬も行います。

★8月18日(木) 19時—21時(18時30分受付開始)

◎半身動作研究会@恵比寿 ワンテーマ「前腕に体幹の力を伝える」●講師:中島章夫●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】前腕を体幹の力を相手に伝えるための優れた道具にする方法と、実際の使い方をご紹介します。

★8月19日(金) 18時30分—20時30分
(18時受付開始)

◎半身動作研究会@明石町 ワンテーマ「皮膚を操作する」●講師:中島章夫●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】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。

★8月20日(土) 15時00分—17時00分
(14時30分受付開始)

◎半身動作研究会@新川 ワンテーマ「体幹をつくる」●講師:中島章夫●会場:新川区民館 4号室/東京都中央区新川一丁目26番1号/電話03-3551-7000●定員:10名●参加費:2000円【ひとこと】本当に動けるからだのための「体幹」のつくり方を解説し稽古します。

★8月20日(土) 18時30分—20時30分
(18時受付開始)

◎半身動作研究会@新川 ワンテーマ「股関節を使う」●講師:中島章夫●会場:新川区民館 4号室/東京都中央区新川一丁目26番1号/電話03-3551-7000●定員:10名●参加費:2000円【ひとこと】股関節と、骨盤、趾(あしゆび)、胸割り、腕、指とをつないで、さらに活性化するための稽古をします。

★8月21日(日) 18時15分—20時30分
(18時受付開始)

◎技アリ企画「ロシア武術システム〜ジョイントコントロール2」●講師:北川貴英●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●参加費:2000円【ひとこと】今月のテーマは「関節技」です。マーシャルアーツとコンディショニングの両方に役立つジョイントコントロールのテクニックをぜひ体験してみてください。

★8月24日(水) 18時30分—20時30分
(18時受付開始)

◎半身動作研究会@新川 ワンテーマ「股関節を畳む」●講師:中島章夫●会場:新川区民館 1号室/東京都中央区新川一丁目26番1号/電話03-3551-7000●定員:10名●参加費:2000円【ひとこと】骨盤おこしトレーニングから股関節を畳むことで生まれる効果まで。

★8月25日(木)

◎半身動作研究会@恵比寿はありません。

★8月27日(土) 13時30分—15時30分
(13時受付開始)

◎特別講座「技で振り返る松聲館の歴史」第七回〜1996年/新・井桁術理から〜●講師:中島章夫●会場:築地社会教育会館 第一洋室/東京都中央区築地4丁目15番1号/電話03-3542-4801・03-3542-4802●参加費:2000円●定員:20名●主催:武術企画・甲章研究室●申し込み:hujoushunkoku@gmail.com 方条瞬刻(ほうじょうともりのり)まで【ひとこと】甲章研究室企画の第六弾。松聲館・甲野善紀先生の技の歴史を辿ります。今回は「新・井桁術理」「納刀の手之内」「卵殻の手之内」など、裏話を交えつつ学ぶ予定です。※詳しくは

<http://hojos.blog135.fc2.com/blog-entry-77.html>

★8月27日(土) 18時15分—20時45分

(18時受付開始)

◎技アリ企画「構造動作・股割りチャレンジセミナー」●講師:中村考宏/治療士(えにし治療院院長/スポーツ&股割り研究所所長)●会場:築地社会教育会館 第三和室/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:25名●参加費:3000円【ひとこと】キング・オブ・構造動作トレーニングである「股割り」。補助トレーニング、準備動作、効果的な股割りのやり方まで。

★8月28日(日) 14時—16時30分(13時30分受付開始)

◎技アリ企画「構造動作・基礎トレーニングセミナー —骨盤おこし、胸割り、趾トレ—」●講師:中村考宏/治療士●会場:日本橋社会教育会館 第1洋室/東京都中央区日本橋人形町一丁目1番17号(日本橋小学校等複合施設7階)/電話番号03-3669-2102●定員:25名●参加費:3000円【ひとこと】立つ、歩く、走る、座るなど動作と姿勢(骨格)とを連動させた、構造動作トレーニングを行ないます。姿勢や動作でいま抱えている課題、問題など、講師への質問も大歓迎。どなたでも参加していただけます。