
★4月20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
「接触の技法」●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。

★4月21日(土) 18時30分—20時30分
(18時受付開始)

◎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●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1丁目1番17号(日本橋
小学校等複合施設7～9階)／電話：
03-3669-2102●定員：20名※杖を持参く
ださい。貸し出し用もありますので問い
合わせください。●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」など杖の型と袋竹刀などを使っ
た練法を紹介します。

★4月22日(日) 16時—18時(15時30
分受付開始)

◎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14回●講師：渡辺(北川)文(シ
ステム公認インストラクター)●会場：文
京区スポーツセンター 剣道場／東京都文
京区大塚3-29-2／電話03-3944-2271●定
員：20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～へく超えてみませんか？

★4月22日(日) 18時45分—21時(18
時30分受付開始)

◎技アリ企画「ロシア武術システム
チェーン&シャベル2」●講師：北川貴英(シ
ステム公認インストラクター)●会場：文
京区スポーツセンター 剣道場／東京都文
京区大塚3-29-2／電話03-3944-2271●参
加費：2000円【ひとこと】チェーンはそ
の重さと柔らかさから、シャベルはその形
状と威圧感から非常に多くの事を教えてく
れます。第2回：シャベル。

★4月24日(火) 19時—21時(18時30
分受付開始)

◎【特別稽古】半身動作研究会@水天宮
ワンテーマ「体幹の技法」●講師：中島章
夫●会場：水天宮、門前仲町、茅場町各駅
から10分ほどの会場※申し込んだ方に詳
細をお知らせします。●定員：3名限定●参
加費：2000円【ひとこと】動けるからだ
のための「体幹」のつくり方と、体幹を使っ
た技法の稽古をします。

★4月25日(水) 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
「股関節を使う」●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】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。

★4月26日(木)

◎音楽家講座特別企画【企画A】対談『現在・
過去・未来を語る～甲野善紀×中島章夫～』
／【企画B】東日本大震災義援金支援チャ
リティ『第49回 音楽家講座』●時間：【企
画A】17時—19時(16時30分受付開始)
／【企画B】19時30分—21時30分(9
時10分受付開始)●出演：【企画A】甲
野善紀×中島章夫(司会・進行：白川真理)
／●講師：【企画B】甲野善紀●会場：横浜
市鶴見区民文化センター・サルビアホール
(音楽ホール)●主催：白川真理●参加費：
Aのみ2000円、Bのみ3500円、AB通し
5000円●申し込み：こちらをご参照くだ
さい。

<http://www.shouseikan.com/yotei.htm#music>
【ひとこと】(企画A)今を生きる武術
家・甲野善紀氏と、その技の軌跡を30年
前より追いつけてきた中島章夫氏の対談。
最新の技の気付き、如何にして甲野氏が現
在に至ったか、また今後の展望など。(企
画B)音楽、楽器演奏、パフォーマー等、
芸術関係者対象の講座ですが、一般の参加
も受け付け。

★4月28日(土) 18時15分—20時45分
(18時00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」●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：新川区民館 1+2号室／東
京都中央区新川一丁目26番1号／電話
03-3551-7000●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。

★4月29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・股割りチャレ
ンジセミナー」●講師：中村考宏●会場：新
川区民館 1+2号室／東京都中央区新川一
丁目26番1号／電話03-3551-7000●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。

★4月30日(月) 14時—15時30分(13
時30分受付開始)

◎技アリ企画「構造動作・股割り More★
チャレンジ」●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：日本橋社会教育会館 第一
和室／東京都中央区日本橋人形町1丁目1
番17号(日本橋小学校等複合施設7～9階)
／電話：03-3669-2102●定員：15名(股
割りチャレンジセミナー参加経験者のみ)
●参加費：3000円【ひとこと】股割りチャ
レンジセミナー参加経験者で、さらに股割
りを追求したい人の「特訓」セミナー。