

2014年3月半身動作研究会活動予定

●お問い合わせ・お申し込みは

hanmidosa@gmail.com (中島) まで。

※会場は借りているだけなので、稽古内容などの問合せは絶対にしないでください。

※ブログもご参照ください。

(「技アリブログ」で検索)

半身動作研究会の「技アリ」ブログ

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



(日付の前の「☆」印はカルチャー教室、「◇」は他団体企画)

★3月1日(土) 10時—11時30分(9時45分受け付け開始)

◎技アリ企画「心身を守る—女性のための体こなし術 初級」●講師：真弓(武術・心身療法研究者、全日本空手道連盟三段、EFTプラクティショナー)●会場：人形町区民館6階 5+6和室

／東京都中央区日本橋人町 2-14-5●最寄駅：／東京メトロ日比谷線人形町駅下車 A1 番出口 徒歩 3分／東京メトロ半蔵門線水天宮前駅下車 7番出口 徒歩 1分●定員：10名(女性限定)●参加費：2000円【ひとこと】護身や介護、日常の動作に役立つ基礎的な動きを、女性だけのリラックスできる空間で指導します。

★3月1日(土) 18時15分—20時15分(18時受け付け開始)

◎技アリ企画「ロシア武術システム—感受性の向上 1」●講師：北川貴英(システム公認インストラクター)●会場：文京総合体育館 武道場 1／東京都文京区本郷 7-1-2●参加費：2000円【ひとこと】3月は「感受性の向上」をテーマに、目に見えない技術が分るための身体作りを行ないます。

◇3月2日(日) 13時15分—15時45分(13時受け付け開始)

◎野田古武術の会@柏 テーマ「深部感覚を鍛える」●講師：中島章夫(動作術研究家、骨盤おこしトレーナー)●会場：柏中央公民館和室 1／千葉県柏市柏 5丁目 8番 12号(教育福祉会館内)●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】腕と脚を体幹にきちんと繋げ、先端部へ速やかに運動を伝えて相手を崩す方法を学びます。

★3月5日(水) 19時—21時(18時30分受け付け開始)

◎技アリの動作術@和真 テーマ「正中面で崩す」●講師：中島章夫●会場：和真クリニック／東京都江東区佐賀 1丁目 11-1●定員：4名程度●参加費：2000円【ひとこと】松聲館の術理である「正中面」の感覚の効果と作り方を稽古します。

★3月6日(木) 19時—21時(18時30分受け付け開始)

◎技アリの動作術@恵比寿 テーマ「歩くと走る」●講師：中島章夫●会場：抱一籠道場／東京都渋谷区恵比寿西 2-11-4 B1●参加費：2000円【ひとこと】趾(あしゆび)と接地の仕方の見直しを中心に、動作術としての歩くこと、走ること、そして立つこととその効果を稽古します。

◇3月7日(金) 13時15分—14時45分(13時受け付け開始)

◎中島章夫の「骨盤おこし動作術セミナー」@柏 ●講師：中島章夫●会場：アミュゼ柏中央近隣センター 和室 1／千葉県柏市柏 6丁目 2—22●参加費：2000円●主催：流体の会●持ち物：ハンドタオル●申し込み：ryutainokai@gmail.com「流体の会」まで。【ひとこと】構造動作トレーニングで、痛みのない姿勢、痛みを起こさない動作を学びませんか。

★3月8日(土) 9時30分—11時15分(9時15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」●講師：渡辺(北川)文(システム公認インストラクター)●会場：文京総合体育館 武道場 2／東京都文京区本郷 7-1-2●定員：20名ぐらい(女性限定)●参加費：2000円【ひとこと】愉快で自由なシステムのドリルがあなたを待っています。呼吸とともに身体を動かして爽快な時間をご一緒しましょう。

◇3月8日(土) 18時30分—20時30分(18時15分から受付開始)

◎特別講座「甲野善紀の術理史 第10回～体内波(たいないは)～」●講師：中島章夫●会場：月島社会教育会館 第二和室／東京都中央区月島 4丁目 1番 1号(月島区民センター 4階)●定員：20名●参加費：2000円●主催：源運動／源武術【甲章】<http://hojos.blog135.fc2.com/>●申し込み：houjoushunkoku@gmail.com 方条瞬刻(ほうじょうともり)まで【ひとこと】「教えない」を標榜する師の元で長年稽古してきた講師の経験を通じ、「学び」の秘密に迫ります。

★3月9日(日) 18時30分—20時30分(18時15分受け付け開始)

◎技アリの身体になる@月島 テーマ「杖による練法」●講師：中島章夫●会場：月島社会教育会館 第二和室／東京都中央区月島 4丁目 1番 1号(月島区民センター 4階、5階)●定員：10名※杖をご持参ください。※杖の貸し出しを希望する方は、申込み時に「杖貸し出し希望」とお書きください。●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」など杖の型の練法の他、半身動作研究会の杖を使った稽古を紹介します。

★3月12日(水) 19時—21時(18時30分受け付け開始)

◎技アリの動作術@和真 テーマ「俯瞰する意識を作る」●講師：中島章夫●会場：和真クリニック／東京都江東区佐賀 1丁目 11-1●定員：4名程度●参加費：2000円【ひとこと】運動においてももっともやっかいなのは意識の過剰な介入です。からだを操作したがる意識に的確な役割を担わせることで、動作と技の質を飛躍させることができます。

★3月13日(木) 19時—21時(18時30分受け付け開始)

◎技アリの動作術@恵比寿 テーマ「俯瞰する意識を作る」●講師：中島章夫●会場：抱一籠道場／東京都渋谷区恵比寿西 2-11-4 B1●参加費：2000円【ひとこと】運動においてももっともやっかいな

のは意識の過剰な介入です。からだを操作したがる意識に的確な役割を担わせることで、動作と技の質を飛躍させることができます。

◇3月14日(金) 10時30分—12時(10時受け付け開始)

◎吉祥寺古武術の会「古武術」と「骨盤起こし」で毎日の暮らしラクラク!●講師：中島章夫●会場：本町コミュニティセンター 和室／東京都武蔵野市吉祥寺本町 1丁目 22番 2号●参加費：2000円●申し込み：hanmidosa@gmail.com(半身動作研究会)にお申し込みください。こちらから主催者に知らせます。【ひとこと】構造動作トレーニングを中心に、楽な姿勢と動作を稽古します。

★3月15日(土) 18時45分—21時(18時30分受け付け開始)

◎技アリ企画「ロシア武術システム—感受性の向上 2」●講師：北川貴英(システム公認インストラクター)●会場：江戸川橋体育館 剣道場／東京都文京区小日向 1-7-4●参加費：2000円【ひとこと】3月は「感受性の向上」をテーマに、目に見えない技術が分るための身体作りを行ないます。

★3月16日(日) 9時30分—11時15分(9時15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」●講師：渡辺(北川)文(システム公認インストラクター)●会場：文京総合体育館 スポーツ多目的室／東京都文京区本郷 7-1-2●定員：20名ぐらい(女性限定)●参加費：2000円【ひとこと】愉快で自由なシステムのドリルがあなたを待っています。呼吸とともに身体を動かして爽快な時間をご一緒しましょう。

★3月16日(日) 10時—11時30分(9時45分受け付け開始)

◎技アリ企画「心身を守る—女性のための体こなし術 中級」●講師：真弓(武術・心身療法研究者、全日本空手道連盟三段、EFTプラクティショナー)●会場：人形町区民館6階 5+6和室／東京都中央区日本橋人町 2-14-5●最寄駅：／東京メトロ日比谷線人形町駅下車