

2014年5月半身動作研究会活動「後半」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)

★5月1日(木)19時—21時(18時30分受付開始)

◎技アリの動作術@恵比寿 テーマ「釣り合い反射で崩す」●講師：中島章夫 (動作術研究者、骨盤おこしトレーナー)●会場：抱一籠道場/東京都渋谷区恵比寿西2-11-4 B1●最寄り駅：JR、メトロ日比谷線「恵比寿」●参加費：2000円【ひとこと】人と人が接触すると、「押し合う」「引き合う」など接触面を通して「二人」で釣り合いをとろうとするのが自然です。その「釣り合い反射」を利用して崩す方法を学びます。

□5月2日(金)12時30分—14時30分(12時15分受付開始)

◎中島章夫の「骨盤おこし動作術セミナー」@柏●講師：中島章夫 (骨盤おこしトレーナー、動作術研究者)●会場：アミューゼ柏中央近隣センター 和室2/千葉県柏市柏6丁目2-22●最寄り駅：JR常磐線、東武野田線「柏」●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。※動きやすい服装でご参加ください。【ひとこと】構造動作トレーニングで、痛みのない姿勢、痛みを起さない動作を学びませんか。

★5月3日(土・憲法記念日)9時30分—11時15分(9時15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」●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●最寄り駅：メトロ丸の内線、都営大江戸線「本郷三丁目」●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

時間をご一緒にしましょう。

★5月3日(土・憲法記念日)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—システムを自分のものにする練習法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2/東京都文京区本郷7-1-2●最寄り駅：メトロ丸の内線、都営大江戸線「本郷三丁目」●参加費：2000円【ひとこと】限られたヒントをいかに活用していくか。発想力と応用力を高めるシステムの学習法を体験してみてください。

□5月4日(日)13時15分—15時45分(13時受付開始)

◎野田古武術の会@柏 テーマ「俯瞰する意識をつくる」●講師：中島章夫 (動作術研究者、骨盤おこしトレーナー)●会場：柏中央公民館 和室1+2/千葉県柏市柏5丁目8番12号(教育福祉会館内)●最寄り駅：JR常磐線、東武野田線「柏」●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。●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。

★5月7日(水)19時—21時(18時30分受付開始)

◎技アリの動作術@和真 テーマ「正中面で崩す」●講師：中島章夫 (動作術研究者、骨盤おこしトレーナー)●会場：和真クリニック/東京都江東区佐賀1丁目11-1●最寄り駅：メトロ半蔵門線「水天宮」、メトロ日比谷線「茅場町」、メトロ東西線、都営大江戸線「門前仲町」●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。

★5月8日(木)19時—21時(18時30分受付開始)

◎技アリの動作術@恵比寿 テーマ「歩くと走る」●講師：中島章夫 (動作術研究者、骨盤おこしトレーナー)●会場：抱一籠道場/東京都渋谷区恵比寿西2-11-4 B1●最寄り駅：JR、メトロ日比谷線「恵比寿」●参加費：2000円【ひとこと】趾(あしゆび)と接地の仕方を見直を中心に、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。

□5月9日(金)10時30分—12時(10時受付開始)

◎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 (動作術研究者、骨盤おこしトレーナー)●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【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。

★5月10日(土)9時30分—11時15分(9時15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」●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●最寄り駅：メトロ丸の内線、都営大江戸線「本郷三丁目」●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にしましょう。

★5月10日(土)10時—11時30分(9時45分受付開始)

◎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形町2-14-5●最寄り駅：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。

★5月10日(土)18時30分—20時30分(18時受付開始)

◎技アリの身体になる@京橋 テーマ「杖による練法」●講師：中島章夫 (動作術研究者、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●最寄り駅：メトロ有楽町線「銀座一丁目」または「新富町」、都営浅草線「宝町」●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杖を使った稽古を紹介します。

★5月14日(水)19時—21時(18時30分受付開始)

◎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 (動作術研究者、骨盤おこしトレーナー)●会場：和真クリニック/東京都江東区佐賀1丁目11-1●最寄り駅：メトロ半蔵門線「水天宮」、メトロ日比谷線「茅場町」、メトロ東西線、都営大江戸線「門前仲町」●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。

★5月15日(木)19時—21時(18時30分受付開始)

◎技アリの動作術@恵比寿 テーマ「離陸をかける」●講師：中島章夫 (動作術研究者、骨盤おこしトレーナー)●会場：抱一籠道場/東京都渋谷区恵比寿西2-11-4 B1●最寄り駅：JR、メトロ日比谷線「恵比寿」●参加費：2000円【ひとこと】松聲館の技法である「足裏の垂直離陸」から原理を抽出し、術理としたものが半身動作研究会の「離陸をかける」です。接触面を通しての離陸のかけかたと、杖などの道具を介して相手に離陸をかける方法も検討します。

★5月16日(金)18時15分—20時45分(18時受付開始)

◎「ひづめの会—『牧神の蹄』練習会」●会場：りらいぶサロン(内)人形町稽古場/東京都中央区人形町一丁目19-9 古暮ビル4F●最寄り駅：メトロ日比谷線、都営浅草線「人形町」●定員：8名程度●参加費：牧神の蹄所有者は500円/体験とレクチャー希望者は1000円【ひとこと】構造動作トレーニングの趾(あしゆび)鍛錬グッズ「牧神の蹄」の練習をします。

★5月17日(土)18時15分—20時45分(18時受付開始)

◎技アリ企画「韓氏意拳入門—もっともあたらしい韓氏意拳」●講師：駒井雅和/日本韓氏意拳学会中級教練●会場：りらいぶサロン(内)人形町稽古場/東京都中央区人形町一丁目19-9 古暮ビル4F●最寄り駅：メトロ日比谷線、都営浅草線「人形町」●定員：8名程度新川1丁目26番1号●参加費：3000円【ひとこと】ゴールデンウィークに行われた韓老師来日講習会の情報をいち早くお届けします!