

## 2014年10月半身動作研究会活動予定

●会場などの詳細はブログをご覧ください、メールでお問合せください。

動作術の会◎半身動作研究会の「技アリ」ブログへ。「技アリ」ブログで検索)

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

※申し込みはすべて「講習会の日にちとタイトル」「申し込み者の氏名」を明記の上、Eメールでお申込みください。  
hanmidosa@gmail.com (中島章夫)



(日付の前の「★」は動作術の会、「☆」印「技アリ企画」、「□」は他団体企画)

★10月1日(水)18時45分—20時45分(18時30分受付開始)

◎動作術の会@人形町 テーマ「接触の技法」●講師：中島章夫(動作術研究者、骨盤おこしトレーナー)●会場：人形町区民館 6号和室/東京都中央区日本橋人形町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：6名程度●参加費：2000円【ひとこと】接触面から働きかけて相手を崩す方法を、その考え方と具体的な技を通して学びます。

★10月2日(木)19時—21時(18時30分受付開始)

◎動作術の会@恵比寿 テーマ「“四点不動原則”と正中面効果」●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●最寄駅：JR、メトロ日比谷線「恵比寿」●参加費：2000円【ひとこと】股関節、肩関節の四点をきちんと整え、体幹を「捻らず、歪めず、拗めず」にして、相手を正面に捉えて崩す方法を稽古します。

☆10月4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。

☆10月4日(土)18時45分—21時(受付開始18時30分)

◎技アリ企画「ロシア武術システム—インターナショナルワ

ク再入門1」●講師：北川貴英(システム公認インストラクター)●会場：文京スポーツセンター 柔道場/東京都文京区大塚3-29-2●最寄駅：メトロ丸の内線「茗荷谷」●参加費：2000円【ひとこと】昨年システム界で注目を集める「インターナショナルワーク」。その意味合いと練習法、そして練習を成立させる方法について、再確認します。

□10月5日(日)12時15分—14時45分(12時受付開始)

◎野田古武術の会@柏 テーマ「接触の動作術」●講師：中島章夫(動作術研究者、骨盤おこしトレーナー)●会場：アミュ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【ひとこと】接触時に起こる力の交流のパターンを学び、接触を通しての崩しや人を動かすための技法を稽古します。

□10月5日(日)15時15分—17時45分(15時受付開始)

◎「武の動作術—崩しのメカニズム」@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：アミュゼ柏中央近隣センター 会議室A/千葉県柏市柏6丁目2-22●最寄駅：JR常磐線、東武野田線「柏」●参加費：2500円●主催：流体の会【ひとこと】「相手の重心を移動させる=崩し」という観点から、武術における「崩し」の原理を探っていきます。自分の動作を楽しむことにも役立ちます。どなたでも参加していただけます。

□10月8日(水)9時30分—11時30分(9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：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)●最寄駅：JR常磐線、東武野田線「柏」●参加費：2500円●主催：流体の会●持ち物：ハンドタオル【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しょう。

★10月8日(水)18時45分—20時45分(18時30分受付開始)

◎動作術の会@人形町 テーマ「離陸と浮き」●講師：中島章夫(動作術研究者、骨盤おこしトレーナー)●会場：人形町区民館6号和室/東京都中央区日本橋人形町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：6名程度●参加費：2000円【ひとこと】松聲館の術理である「足裏の垂直離陸」から、足裏感覚と「離陸技法」との関係、「離陸」と「浮き」はどう違って、どういう関係にあるかを実技を通して学びます。

□10月9日(木)10時30分—12時(10時15分受付開始)

◎吉祥寺古武術の会「古武術」と「骨盤おこし」で毎日の暮らしをラクにする！●講師：中島章夫(動作術研究者、骨盤おこしトレーナー)●会場：本町コミュニティセンター 和室(長寿・長楽)/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(中島章夫)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。

□10月9日(木)14時—15時30分(13時45分受付開始)(毎月第2木曜日)

◎烏山ヨガ古武術の会@寺町 「古武術式骨盤おこしトレーニング」●講師：中島章夫(動作術研究者、骨盤おこしトレーナー)●会場：寺町通り区民集会所 1階和室/東京都世田谷区北烏山5-1-4●最寄駅：京王線「千歳烏山」、井の頭線「久我山」●参加費：1000円【ひとこと】「骨盤おこし」を中心に、楽に動くための稽古をしています。お気軽にご参加ください。

★10月9日(木)19時—21時(18時30分受付開始)

◎動作術の会@恵比寿 テーマ「皮膚接触で崩す」●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●最寄駅：JR、メトロ日比谷線「恵比寿」【ひとこと】皮膚接触で起こる反応と、それを利用して相手をコントロールする方法を稽古します。

★10月10日(金)19時—21時(18時45分受付開始)

◎動作術の会@人形町 「動作術研究会」●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：2000円【ひとこと】動作術とは何か、を明確にするための研究稽古会です。どなたでもご参加いただけます。

☆10月11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：2500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。

◇10月11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13回 ~積極落下~」●講師：中島章夫(動作術研究者、骨盤おこしトレーナー)●会場：日本橋社会教育会館 二号和室/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)●最寄駅：都営浅草線「人形町」A6出口、メトロ日比谷線「人形町」A2出口●定員：20名●参加費：2000円●主催：源運動/源武術【甲章】【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。

★10月12日(日)18時30分—20時30分(受付開始18時15分)

◎動作術の会@本郷 「杖による練法」※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。●講師：中島章夫(骨盤おこしトレーナー、動作術研究者)●会場：文京総合体育館 武道場1/東京都文京区本郷7-1-2●最寄駅：メトロ丸の内線、都営大江戸線「本郷三丁目」●主催：動作術の会(半身動作研究会)●協力：身体めぐりの会●参加費：2000円 ※会場は「身体めぐりの会」の名称で借りています。【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。

◇10月13日(月・体育の日)18時30分—20時30分(18時15分から受付開始)

◎動作術の会@人形町 「骨盤おこし・股関節の動作術」●講師：中島章夫(動作術研究者、骨盤おこしトレーナー)●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)●最寄駅：都営浅草線「人形町」A6出口、メトロ日比谷線「人形町」A2出口●定員：10名ぐらい●参加費：2000円【ひとこと】「骨盤おこしトレーニング」を中心に、使える股関節になるための様々な稽古素材を行ないます。

★10月15日(水)18時45分—20時45分(18時30分受付開始)

◎動作術の会@人形町 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：人形町区民館6階6和室/東京都中央区日本橋人形町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：6名程度●参加費：2000円【ひとこと】運動において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。