

～からだの“ちょうどいい塩梅”を知る～ 第9回 小関勲先生講習会

「ヒモトレ」って聞いたことがありますか？

体の色々な所にヒモをゆるく巻くと痛みが和らいだり、体が動かしやすくなったりするという、聞いただけではちょっと信じがたいものなのですが、世界で活躍するトップアスリートから、芸能界、医師、看護師、理学療法士や介護士、養護学校の先生など幅広い分野の方々がその有効性を認め、多に活用されている方法なのです。そのような事例が多く報告されるようになり、日本経済新聞や日本歯科新聞をはじめ雑誌やTVなど多くのメディアでも紹介されるようになってきています。6年前ほどから小関先生と共同研究をさせて頂いて来た私自身も整体施術や子供の運動指導の中で、お医者さんも驚くほどの変化を目の当たりにしてきました。今回はその「ヒモトレ」を考案された小関勲先生から直接ご指導いただける貴重な機会です。ヒモトレを取り入れている方はもちろんのこと、ヒモトレを知らない方でも学びやすいように、「ヒモトレ」のベースにある小関先生独自のバランス理論から学べる内容となっております。ご自身の健康やご家族の体のためにとと思われる方はもとより、お仕事に活かされる専門家の方々のご参加を心よりお待ちしております。

ヒモトレ関連・紹介本の一部

バランスからだ塾 安田政之



11/23
THU

14:30～17:30 「0からはじめるバランス&ヒモトレ」

講師

バランストレーナー・ヒモトレ考案者
小関 勲先生



山形県出身、小関アスリートバランス研究所代表。1999年から始めた「ポニーバランスボード」の制作・販売をきっかけに、多くのアスリートと接する中で、持てる能力を十分に発揮される前提条件としての「バランス」の重要性に気づき指導活動を始め、その独自の身体観と指導法はプロアマ問わず多くのアスリートから厚い信頼を得て、現在は全国各地で指導・講習を行っている。数年前からはスポーツに限らず、医療・介護・養護学校・スポーツ施設・音楽・ビジネスなどの現場でも小関式バランス&ヒモトレが応用活用され、非常に多くの目を見逃さぬ効果が報告されている。著書・新聞、雑誌、TV出演、多数。東海大学医学部客員研究員・共同研究員、元オリンピック強化委員、日本矯正歯科学会中級教員

会場

YASUTA バランスからだ塾
広島市安佐南区東野1-18-21

参加費

6,000円

問合せ

082-299-6898(安田)
info@yasuta2005.com



※参加希望者数により、会場が変更になる場合もございます