



Power of Cueing

～知覚を用いた指導法 / 動きが変わるタッチとキューイング～

動きが変わると身体が変わります。クライアントに動きを伝えたり、修正をする際、触知指示(タッチなど手よるキューイング)や、口頭指示(言葉によるキューイング)は、感覚受容や神経システムの反応を引き出す大きな手助けとなります。また一人ひとり異なる身体へのキューは、それぞれのタイプによって正解は違います。たった一つの正解というものがない中、いかに個人にあった指導法を見つけていくのが大切です。

今回は小鹿有紀によるロルフイング®の多角的な動きへのアプローチ方法や、二宮幸子によるオステオパシーの観点を用いたピラティスの指導法など「個々の身体に対応できるアプローチ方法」をみつけていきます。空間や五感を意識した知覚のエクササイズとともに、タッチの利用の仕方や触り方、言葉の選び方など、実践的な指導力を養っていきます。

key point

筋膜 / 知覚 / 個人指導と団体指導 / 空間認知
触知指示(手での触り方と活用法) / 口頭指示(言葉の選択とタイミング)

【題目】 Power of Cueing ～知覚を用いた指導法/動きが変わるタッチとキューイング～

【日時】 11月24日(日曜)10:00-16:00

【場所】 seuse studio (大分県大分市都町 3-1-14-4F)

【料金】 16,000円(税込17,600円)

【講師】 小鹿有紀 yuki ojika(Rolfing® Studio 380) / 二宮幸子 sachiko ninomiya(Learning Pilates®)

【申込】 [✉ info@learning-pilates.com](mailto:info@learning-pilates.com)

※お申込み際は①ご氏名、②メールアドレス、③電話番号、④ご職業をご記載のうえご連絡ください。24時間以内に返信がない場合は、お手数ですがラーニングピラティス事務局 ☎0120-081-705 までご連絡をお願いいたします。