

Spiral Approach

～身体と動きのスパイラル～

2021.7.31 sat 10:00-13:00

オンラインワークショップ

人の身体の構造はスパイラル(螺旋)で出来ています。歩行をはじめ、屈曲、伸展、側屈、回旋など、全ての動きにスパイラルの要素があります。今回のWSでは、実際の動きを通して、筋膜や骨の構造なども考察していきます。どのような動きが理想的なのか、その為にどのようなアプローチが必要なのかをお伝えしていきます。

スパイラルが存在することで、動きの中に自然に生まれる対側性をみつけていきましょう。

【日時】 2021年7月31日(土曜)10:00-13:00

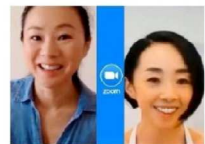
【形式】 Zoom オンラインセミナー ※3週間の録画視聴付

【講師】 小鹿有紀、二宮幸子

【対象】 運動指導に携わる方

【料金】 9,350円(税込)

【申込】 info@seuse.net / 0120-081-705



Yuki & Sachiko コラボWS
録画視聴有

①氏名、②電話番号、③メールアドレス、④職業をご記載うえメールでお申込ください。

メールの返信は48時間以内にしております。返信をご確認できない場合はメール不具合の可能性があります。

お手数ですが ☎0120-081-705 までお電話にてご連絡をお願いいたします。