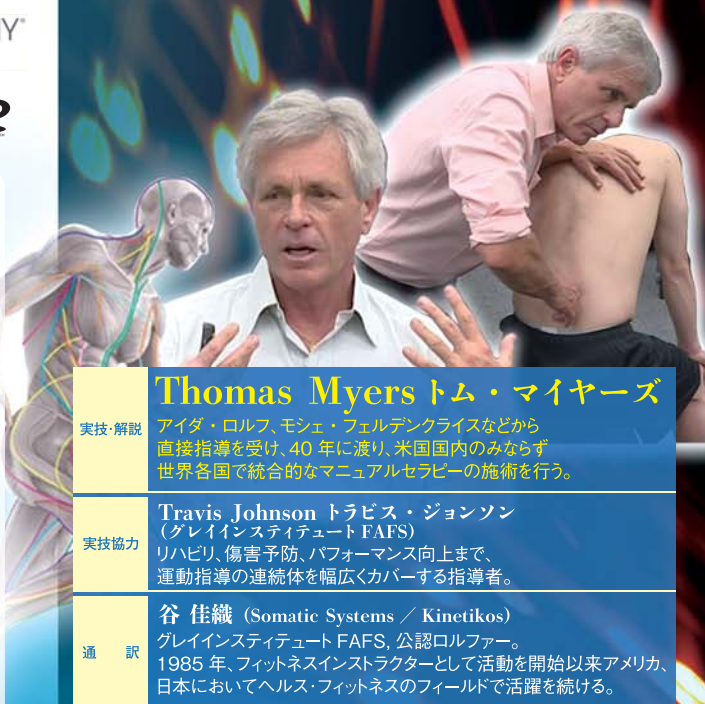


「筋膜ネットワークのトレーニング」&「背骨のテンセグリティ」

トム・マイヤーズ Anatomy Trains セミナー2015

商品番号 / ME179-1S
全8巻・特価 45,000円+税(送料別)
日本語通訳版



実技・解説	Thomas Myers トム・マイヤーズ アイダ・ロルフ、モシェ・フェルデンクライスなどから直接指導を受け、40年に渡り、米国国内のみならず世界各国で統合的なマニユアルセラピーの施術を行う。
実技協力	Travis Johnson トラビス・ジョンソン (グレインスティテュート FAFS) リハビリ、傷害予防、パフォーマンス向上まで、運動指導の連続体を幅広くカバーする指導者。
通訳	谷佳織 (Somatic Systems / Kinetikos) グレインスティテュート FAFS、公認ロルファー。 1985年、フィットネスインストラクターとして活動を開始以来アメリカ、日本においてヘルス・フィットネスのフィールドで活躍を続ける。

アナトミートレインの最新理論と筋膜のトレーニング!

このDVDは2015年4月に東京で行われたトム・マイヤーズのワークショップを収録したもので、筋膜に関するアップデートされた最新の情報を提供しています。今回は、「筋膜ネットワークのトレーニング」と「背骨のテンセグリティ」の2つのコースを設け、講義および実習を行っています。

「筋膜ネットワークのトレーニング」のコースでは、筋膜ネットワークの弾性を強化するための動きのトレーニングを実践的に紹介し、「背骨のテンセグリティ」のコースでは、アナトミートレインのシステムに基づいた背骨とその周辺組織に関する、解剖学、ボディリーディング、そして筋膜リリースのテクニックを紹介しています。

アナトミートレインの最新理論と筋膜のトレーニング、徒手療法のテクニックを実感しながら学ぶ事が出来る Anatomy Trains セミナー2015、全ての治療家やトレーナーの皆さんに是非ご覧いただきたい内容です。

ME179-A 「筋膜ネットワークのトレーニング」

全4巻・Aセット (ME179-A1~A4) 24,000円+税(分売不可・送料別)

筋膜に関するアップデートされた最新の情報を数々のビデオ、スライド等を駆使して解説し、多面的で多様性の高い筋膜ネットワークの弾性を強化するための動きのトレーニングの実技を紹介している。

[ME179-A1] 「筋膜ネットワークのトレーニング ー 1」 (157分)

- ◎筋膜に関するリサーチから ◎Kinesthetic Literacy運動感覚を読み取り書き込む能力
- ◎症状とは ◎Structural Compensation(構造的代償の経路) ◎セグメンタルローリング

[ME179-A2] 「筋膜ネットワークのトレーニング ー 2」 (152分)

- ◎筋膜のトレーニングについて ◎筋膜の要素(細胞、水分、線維、基質)
- ◎モビリティを高めるためのトレーニング ◎健康な負荷は筋膜構造のリモデリングを誘導

[ME179-A3] 「筋膜ネットワークのトレーニング ー 3」 (156分)

- ◎筋膜にある細胞について(筋線維芽細胞) ◎筋膜組織の性質
- ◎弾性に関するトレーニング実技 ◎弾性リコイルの動き

[ME179-A4] 「筋膜ネットワークのトレーニング ー 4」 (165分)

- ◎ボディリーディング:歩行(実習) ◎筋膜の神経学
- ◎ストレッチ/筋筋膜ローディングの要素



ME179-B 「背骨のテンセグリティ」~構造とバランスのための筋膜リリース~

全4巻・Bセット (ME179-B1~B4) 24,000円+税(分売不可・送料別)

背骨とその周辺に関する解剖学、ボディリーディング、そして、脊柱のベンド(彎曲)とローテーション(回旋)のための軟部組織へのアプローチを紹介。このコースでは、背骨を筋筋膜の海に浮かぶテンセグリティのトラス構造として捉え、背骨を自由に動かしバランスを整えるためのアセスメントとテクニックを学ぶことができる。

[ME179-B1] 「背骨のテンセグリティ ー 1」 (135分)

- ◎背骨の解剖学 ◎背骨のテンセグリティの概念
- ◎脊柱起立筋の触診 ◎背骨へのテクニック

[ME179-B2] 「背骨のテンセグリティ ー 2」 (110分)

- ◎背骨の前後方向への彎曲(前弯と後弯)のためのテクニック
- ◎側屈:背骨の側方への彎曲(側弯)のためのテクニック
- ◎仙骨のバランスを整えるテクニック

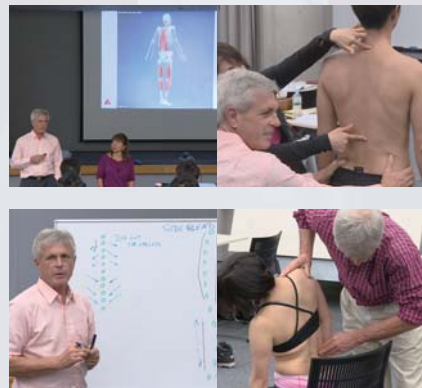
[ME179-B3] 「背骨のテンセグリティ ー 3」 (121分)

- ◎回旋に関わる筋群 ◎回旋のアセスメント(スタティックテスト・ダイナミックテスト)
- ◎回旋のテクニック(腹臥位、座位)

[ME179-B4] 「背骨のテンセグリティ ー 4」 (125分)

- ◎頸椎の構造と機能 ◎僧帽筋、板状筋、半棘筋のリリース ◎後頭下筋のリリース
- ◎大腰筋と背骨との関係

日々更新される筋膜に関する最新の情報を学ぶ!



トレーナー、理学療法士、ロルファー、ムーブメント指導者必見!

ご注文はジャパンタイム通販サイトから... www.japanlaim.co.jp/ サンプルムービー配信中

JLC ジャパンタイム株式会社 TEL.03(5840)9980 FAX.03(3818)6656
〒113-0033 東京都文京区本郷 5-25-14 本郷竹下ビル4F

ジャパンタイム リハビリ 検索

【お申込み・お支払い方法】◎ご希望の商品番号を指定し、電話かハガキ、FAX、もしくはDVD通販サイトにてお申込みください。受注確認後3~6営業日後でお届けします。
◎送料は1回につき500円+税。◎到着日指定で「代金引換(手数料無料)」の宅配便でお送りします。◎カード(VISA、MASTER、AMEX、他)もご利用できます(分割可)。