

機能的運動における筋膜の性質



商品番号 **ME246-S**

日本語同時解説版

販売価格 40,000円+税 (全8巻・分売不可)

2018年3月10日、11日の2日間に渡り、大阪での初開催となる会場で行われた、トム・マイヤーズのワークショップを収録。

日々アップデートされ続けているアナトミートレインの情報から、機能的運動における筋膜の性質について、貴重な映像資料や、トムによる徒手療法の実演を交えながら丁寧に解説。全てのトレーナー、理学療法士、ロルフアー、ムーブメント指導者、必見のDVDです。

ME246-1 86min 機能的運動における筋膜の性質【1】

- イントロダクション
- 剖出されたディープフロントラインのスライドと、御献体の解剖映像の解説
- 細胞分裂と人体の形成の過程、筋膜の関係について
- 空間の医療 ホリスティックシステム
- 神経系は体のアラーム時計である
- 循環・体液系について
- 神経筋筋膜ウェブについて：映像・スライドとともに解説
- 繊維／糊のネット：映像・スライドとともに解説
- 筋膜と筋肉について：映像スライドとともに解説

ME246-3 63min 機能的運動における筋膜の性質【3】

- 動きが筋膜を組織化する (粘性・弾性・塑性)
- 棘下筋組織の顕微鏡映像
- アナトミートレインとテンセグリティ
- アナトミートレインとは何か?
- パートナーとのストレッチで変化を感じ取る (実習)
- 脊椎のためのファンクショナルなアセスメント (実演と実習)

ME246-5 86min 機能的運動における筋膜の性質【5】

- 体の形は健康のための重要な要素である
- 何が私たちが形作るのか?
- ボディリーディング TM について
- ボディリーディング：5つのステップ
- ボディリーディング (実演)
- 首の緊張とコアへのアプローチ (実演)



ME246-7 92min 機能的運動における筋膜の性質【7】

- 歩様のダイナミクスについて
- 質疑応答
～ストレッチ後の筋膜はどのような状態になっているのか、熱と筋膜の関係、成長段階の子供の腸経筋帯について、アキレス腱のストレッチについて、テクニックの効果持続について～
- テンセグリティと歩様について (実演&実習)
- 脚のアーチのテスト (実演&実習)
- 脚の回内と回外と歩様の関係 (実演&実習)
- 膝のトラッキング (実演&実習)



実技・解説：トム・マイヤーズ
Thomas Myers

「アナトミートレイン」著者。
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ュ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, CSCS)

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、公認ロルフアー。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。

※セミナー収録のため、スライドが見えづらい箇所があります。
購入特典のハンドアウトを併せてご覧ください。



購入特典 **ハンドアウト**
(PDF形式 144ページ)

弊社通販サイト内の「特典ダウンロードセンター」より資料をダウンロードできます。

※商品記載のパスワードを入力後、手順に沿ってダウンロードしてください。

ME246-2 66min 機能的運動における筋膜の性質【2】

- ボディリーディング
～筋膜へのアプローチ (実演)～
- 脚後面の筋膜の超音波映像
- 筋膜は生きている!
～動きは情報である～
- 症状：システムに基づく考え方
- 身体構造の代償について



ME246-4 71min 機能的運動における筋膜の性質【4】

- スーパーフィシャルバックラインについて
- スーパーフィシャルフロントラインについて
- スーパーフィシャルフロントラインを伸長させるストレッチ (実習)
- ラテラルラインのボディリーディング及びストレッチ (実演と実習)
- スパイラルラインについて

ME246-6 55min 機能的運動における筋膜の性質【6】

- 骨盤へのアプローチ：
ルーフトップテクニック (実演&実習)
- 骨盤へのアプローチ：
徒手療法の実用パターン (実演&実習)



ME246-8 47min 機能的運動における筋膜の性質【8】

- 腰筋、腰椎、腰方形筋と横隔膜のコネクションについて
- 腸骨筋、腰筋、そのまわりの筋膜へのアプローチ (実演&実習)
- 腰筋と脊柱の関係性：スライドによるボディリーディング
- 脊柱のローテーションを戻すための腰筋へのアプローチ (実演&実習)

商品詳細・ご注文は通販サイトから… www.japanlaim.co.jp/ サンプルムービー配信中

JLC ジャパンライム株式会社 TEL.03(5840)9980 FAX.03(3818)6656

ジャパンライム ME246 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741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(分割可也)。

2018.12

ME246