

◆ゆる体操指導員の教室・指導を5時間以上受講しており、かつ、ご自身で1年以上ゆる体操のトレーニングを継続されている方が対象の講座です。

大人気!

さたでい身体シリーズ

さた
でい

高岡英夫

による、親切丁寧な
直接指導!!

集中して学ぶ

1回3.5時間、集中講座形式で
1講座を効率良く学べます。

1講座ごとに学ぶ

ご都合に合わせて、1講座ごとに
お申し込みいただけます。

会場	運動総研 本社教室	講座料 (1講座につき)	一般男性 / 女性・学生・シルバー 45,000円 / 31,500円
----	-----------	-----------------	---

2017年

さたでい大特典

5ポイント貯まると1講座が「無料受講」できる!!

“さたでいポイント”プレゼント

1講座受講につき、1ポイントプレゼントいたします(複数回参加割引適用の講座は0.5ポイント)。
※無料受講の回のポイントは加算されません。

ポイント使用期限は
2017年11月25日まで。
無料受講できる講座は
さたでい身体シリーズ
の講座に限ります。



開催日と開催教程 開催時間 **13:30~17:00 13:00~16:30** ※開催時間を変更しております。

1月21日(土) 身体意識 トップ・センター 初級 天地を通貫する雄大な一線が、颯爽と の統一感をもたらす 開催済	7月29日(土) 身体能力 拘束外足溶解法 初級 末端からの中心改善による身体 の本質的の革命が可能となる
2月4日(土) 身体能力 腰反り徹底解消法決定版!! 初級 センター形成の妨げと立ちづらさの原因 “腰反り”を目からウロコの方法で解決 開催済	8月12日(土) 身体能力 股関節鍛錬法II 初級 股関節鍛錬法の膨大なメソッド群から、必修不可欠な メソッドを多数選び出し鍛錬する
3月25日(土) 身体能力 拘束前腿解消法 初級 人類最強のブレーキ成分を巧みに消し スッキリと美しい前腿を手に入れる!! 開催済	9月30日(土) 身体意識 流舟&裏転子 初級 前方力を司る最強2大装置をあわせて鍛え、 前方力+上昇力+行動力を強大に融合
4月8日(土) 身体意識 ベスト&肩包体 初級 上半身系の身体意識のトップ1&2の 上半身系開発と精神の飛翔感を可能に! 開催済	10月14日(土) 身体能力 背骨の硬縮解消法決定版!! 初級 椎間板の柔らかさと厚みを取り戻す、背骨の健康 と高能力化のための最も基本となるメソッド
5月20日(土) 身体能力 拘束背芯溶解法 初級 吟味し尽くされた専門的方法で拘束を取り去る、 心と身体の感動体験	10月21日(土) 身体能力 徹底膝コゾ全脳開発 初級 膝コゾの本格版である“下腿膝擦法”で、脳の多 様な領域を徹底的に開発する!!
6月10日(土) 身体能力 リアストレッチ&リアスクワット 初級 史上最強の転子・仙骨・裏転子の鍛錬法=リア・ トレーニングの完成版	11月25日(土) 身体能力 徹底足ネバ全脳開発 初級 史上最高の全身の統合&分析開発法にして高岡 英夫が毎日実行する多機能メソッドを学ぶ!!

時間が通常と
異なりますので
ご注意ください。
14:30~18:00

【複数回参加割引について】 お申込みされる講座と同一の高岡英夫指導講座を、2014年1月以降に休日料金で受講して
いる方は、講座料が60%割引となります。

講座中にトレーニング器具「ゆるゆる棒」を使用します。事前にお買い求め下さい。
(通信販売のみ。定価6,300円+代引き送料別途)。詳しくは4ページをご覧ください。
ゆるゆる棒を使用する講座へ初参加の方に限り無料で1回のみ貸し出しいたします。

*講座の最初の30分間ウォームアップを行います。
(例: 13:00~16:30の講座では13:00~13:30が
ウォームアップ時間です)
ウォームアップは無料のサービスです。