

身体意識上級道場 *

道場 17 年目 *身体意識の徹底鍛錬に取り組む道場。現在はセンターの奥深く多様なそして効果超テキメンの鍛錬法を圧倒的な深さで追究中。

上級レベルのセンターを素足で、ゆるゆる棒で、壁角で、そしてサッカーボールで、圧倒的アイディアと超絶実技指導で育成してくれる、超々人類最高内容の道場!! ボールを使ったセンタートレは、体幹から足の強化と若返りにも最高のメソッドです。から、どなたも御参加を!!! 2023年は壁角球芯・交叉球軸の上級テク、寝臥位センターからの軸タン・傾斜球軸開発、それらを受けてのOIBCの多面的開発に進みます!!!! ※ゆるゆる棒、サッカーボールを使用します。

身体能力上級道場 *

道場 17 年目 *股関節、肩甲骨、背骨、仙骨、ハムストリング等の身体能力の達人化を目指す道場。現在リアスクワットの深化に地球一の面白さ&厳密さに挑戦中。

天才にしか不可能な"本物のリアスクワット"が、どうですか? ウナ支持のベースは当然として、リアスクの絶技である"立伸角度法"に立派に挑戦できるまでに進化してきましたでしょう!"裏擦通転子法"が太腿にマスカリを立て、バックセンターが更に立ち上がってきたでしょう!!! もちろん既習の最高級のゆる筋トレも「毎月の重点筋トレ」と題し、各月一つずつ上級レベルで進めていきます!!!!

更に2023年は継続進化系としてリアスクのウナ支持系を100回、プラス立伸角度系を80回、合計180回を新たな目標に、丁寧な調整系の補助技法を織り込みつつ突き進みましょう!!!

ゆる体操能力開発上級道場 *

道場 19 年目 *ゆる体操が「人類究極の体操法」であることを実感できる道場。ここでしか学べないパーツ体操の融合指導で超楽しく圧倒的上達を。

2022年は初の上級道場として、ゆる体操の中でも、タイトルのノンビリムードとは真逆の、難攻不落にしてその内容の深さと豊かさにおいて最高峰の一つに数えられる「波チャップン」と完全ガッブリ四つに組んでの一年となりました。「波チャップン」の攻略のためにハイテク脇フワ、肩包面割切法、吊下肋骨法、壁角脊椎通し、溶粘歩動法、さらにスライサーまでを総動員しての、まさに上級道場らしい多角的な学習トレーニングとなりました!! 2023年は期別とし、1～4月で「猛獣腕振溶粘歩動」を一応の完成まで持っていき、5～7月で「いるかクネ」と「足ネバ」の連関トレ、8～9月で「魚クネ」と「微細いるか」の連関トレ、10～12月と年明け1～3月をかけて「チャップリン」の汲めども尽きぬ奥深い世界をトレーニングしていきましょう!!!

スーパーウォーク歩道上級道場 *

道場 7 年目 *武道・茶道に続く21世紀の人間錬成道「歩道」の最先端道場。ますます楽しくトルネード上達進化中。

2022年は歩道の上級道場らしい、歩きの本質が中心から周辺、周辺から中心へと循環しトルネード状に上達進化していく、高度でセンシティブでダイナミックな一年となりました! 晩秋を迎えてのフォアフット軸・ヒール軸の構造的トレーニングには取り組みのオモシロさと深さに、感動の声が何人もの方から寄せられました。それを受けての2023年は、ヒール軸とフォアフット軸の連関かつ連動トレ、ヒール軸とリード軸垂腕垂脚の連関トレ、ドライブ軸とパワークロスと進むことで、大なる歩道人生を楽しんでいただきたいと思います!!

*上4つの上級道場について、講座の内容または進行について予告なしに若干の変更があり得ることを、ご了解いただくようお願いいたします。

極意上級 第二教程 + 第三教程

上級開始 24 年目

毎月毎月全く別内容のトップオブトップレベルの極意が、余りに鮮やかで切れ味スーパースパーツと登場する、身体意識の発見・解明者高岡英夫を象徴する「極意上級講座」です。2022年は12回すべてが感動の嵐だったでしょう。23年は「裏転子」と「走法」で更にその先へと進みます!!

極意上級徹習会 C + D

上徹開始 23 年目

余りにレベルが高すぎてステキすぎる極意上級の各内容を、最高のメソッドにターゲットを絞り込んでタ〜ップリ半年をかけて、分かりすぎるほど身につくまで指導してくれる「徹底習練会」です!とにかく師範は優しく丁寧に凄まじくしてきてくれま〜す!! 2023年はC「ベストと四足」、D「フルクラムシフトとジンプレイド」の超絶鍛錬です!!!

呼吸の達人上級徹習会 G + H

13 年目 ※Fの開催は順延いたしました

2022年前半は「向弛緩性(筋)収縮」と一面手法による「九面割法」の恐ろしいほどの決定的効果に感動を、そして後半は「拘束背芯」を構成する背骨一個一個が呼吸でズレ動き、肩ユツタリ回しでズレ動く感動を得ていただきました。「全方向均等軸呼吸」がこの背骨一個一個の完全なズレ動きで真に成立する具体的実証を自身の身体で得た経験は、極相論では天の川銀河スケールの宇宙意識相当です。さて来年2023年は初開催となるG「クオリティとインターナル」、H「センスとタイム」です。いかなる展開になるか、お楽しみにしてください!!!

宇天気功上級徹習会 G + H

13 年目 ※Fの開催は順延いたしました

2022年は圧倒的な「天の川銀河中心功法」とその「相対方位」の圧巻の展開とともに突き進み、上達街道を邁進し続けた一年といって過言ではないでしょう。そして銀河の中心を得るには圧倒かつ圧巻の「手」が必須不可欠とも、お分かりいただけたことでしょう。さて来年2023年は初開催となるG「気功ゆると地球ゆる」、H「全身感功と層映功」です。いかなる展開になるか、お楽しみにしてください!!!