

*いずれも1月～12月の全12回講座です。

高岡英夫

呼吸の達人上級 第一教程＋第二教程

創始者による上級13年ぶりの開催

2023年上徹の前半は「クオリティとインターナル」、後半は「センスとタイム」という、敢えて言うまでもなく人類呼吸法史上のミッシングリンクというより完全な欠落領域である4大領域を、深く深く豊穡に絡め合いつつ、新たな次元で生成構築を進める、大作業に徹した一年でした。この4大領域をこの順で攻めるからこそ到達できる「全方向均等軸呼吸中立息」からの「肺胞波流」に続く「垂呼吸空間」の成立が空時変換を「タイム」にもたらず経験も、「ストレンクス」の宇宙性を知らせるものとなりました。2024年は13年ぶり、久々の創始者による上級第一・第二教程の登場です。「極意上級」が汲めども尽きぬ深く新たな世界をすべての講座にわたり展開し続けていることは、「呼吸の達人」でも全く同じ理由で「上級」が開講されねばならないことを教えてくれます。では13年間の「上徹」で鍛えあげられた創始者の新時代の幕開けとなる「ベース」「コントロール」・・・「セル」「スリープ」・・・「ストレンクス」・・・「センス」を壮麗かつ静謐にお楽しみください!!!

宇天気功上級徹習会 I+J

14年目

2023年は宇天気功の歴史にとって画期的な年となりました。それは言わずもがなの「地球ゆる」の登場です。まあっ、楽しめたことでしょう。地球がこの地球として存在すること、その地球に生まれ生きていること・・・が、どれほどか素晴らしい「ゆる」をその本質において私たち全員に保証してくれているかを!!

2024年はその「地球ゆる」の良き衝撃のさめる間もなくの、なんと「天の川銀河ゆる」そして「血管ゆる」の2大領域の登場です。この偉大なる極相論的展開について、敢えて何事かを語るのは止めましょう。さあっ、想像されてください、24年の「宇天気功上徹」の更なる深き感動のマクロ～ミクロ宇宙エクスペローリングを!!!

* ピアノ弾き語りと日本舞踊で運動科学メソッドの効果を完全実証、後天的天才の道を颯爽と突き進むNidoさんによる指導!

歌ゆる

17年目

ピアノ弾き語り歌手のNidoさん直接指導。ゆる体操のそれぞれのパーツ体操に最適な歌を組み合わせました。歌いながらゆる体操を行うことで、歌もゆる体操も、楽しみながら二段も三段も上達できます。

歌唱によりゆる体操を深め、ゆる体操により歌唱力を深め、その相乗効果により人間の本質力を開発する画期的トレーニングです。

呼吸の達人 初中級第二教程＋第三教程

*呼吸の達人初中級は過去の指導映像(2021年1月～12月開催)で開催いたします。

総合呼吸法をはじめののに最適の、Nidoさん指導講座です。初めての方もやさしく学べ、中級の鍛錬もバッチリできるオトクな講座。「初中級」では、初級と中級の内容を合わせてご指導します。

呼吸の達人 第二教程:スリープ・マッスル・ストレンクス・フェイス・クオリティ・センス

// 第三教程:ピアース・トライアングル・ドループ・インターナル・メンブラン・リア

*参考図書: 高岡英夫の「総合呼吸法」呼吸五輪書(高岡英夫著、BABジャパン刊)

宇天気功 初中級第二教程＋第三教程

初中級開始10年目

宇天気功をはじめののに最適の、Nidoさん指導講座です。初めての方もやさしく学べ、中級の鍛錬もバッチリできるオトクな講座。「初中級」では、初級と中級の内容を合わせてご指導します。

宇天気功 第二教程:層映功・玉功・首肩仰天功・正功・丹功・温髓功

// 第三教程:液寝功・液立功・創玉功一法・玉芯創功・星周天功法・銀河細胞功

Nidoさん