

高岡英夫の最新刊2冊 近日刊行

背骨が通れば、 パフォーマンスは上がる！ (仮題)

著 者：高岡英夫
出版社：カンゼン
発売日：2021年5月中旬
価 格：1,800円＋税（予価）

第1章 背骨とは脊椎動物の証

第2章 背骨こそ運動上達の巨大でしなやかな柱

第3章 天才だけが背骨を使って軸を作れる本当のメカニズム

第4章 四肢同調性と連動はすべて背骨が決める

第5章 割脊 背骨を割って使う世界



人類ウォーキングの完成形 スーパーウォーク歩道 (仮題) ～スポーツパフォーマンスが爆発的に向上する～

著 者：高岡英夫
出版社：ベースボール・マガジン社
発売日：未定（近日刊行）
価 格：未定

序章 運動進化の法則がもたらす"人類理想の歩き"

Lesson1 軸と背骨から劇的に変わる

Lesson2 肩と股関節を使える関節に変える

Lesson3 姿勢軸アタック1、2で猛獣の腕脚使いに挑む

Lesson4 モーター軸でパワーダイナミズムの中心を作る

Lesson5 裏転子(デン筋+ハムス)と肩甲骨を最強の出力装置に!!

Lesson6 姿勢軸アタック3で猛獣のメカニズムを身につける

Lesson7 リード軸で最速、最効率の移動力をつける

Lesson8 フォアフット軸で足に羽根をつける

Lesson9 ドライブ軸で最強の軸をつくる

いずれの書籍も、タイトル・内容などは変更となる可能性があります。詳細情報が確定しましたら運動総研Webサイトで詳細をお知らせいたしますので、楽しみにお待ちください。詳細発表までの間、運動総研コールセンター、書店等へのお問い合わせはご遠慮ください。 書籍は運動総研コールセンターでは販売いたしませんので、ご購入希望の場合は書店でのご購入をお願いいたします。

本チラシ掲載の文章・図面・写真等の全ての情報には運動科学総合研究所の著作権が成立しています。当研究所の許諾なく本パンフレット掲載情報を転載・複製・模倣・映像化・音声化及びデジタルデータ化することは法律により禁じられています。 ©2021 Hideo Takaoka 運動科学総合研究所