

2022年より集中講座はWEBサイト「究極の身体・脳・呼吸・身体をつくる 高度運動科学トレーニング動画サイト」(＝「動画サイト」)上で開催いたします。同サイト上の講座を受講するにはサイト利用規約にご同意いただき、会員登録をさせていただくことが必要です。

会員登録には入会金・会費などの費用は一切かかりません。

## 2022年春期集中講座

「究極の身体・脳・呼吸・健康をつくる 高度運動科学トレーニング動画サイト」でオンライン講座として開催いたします。

お申込・受講・お支払が動画サイト上でできます

究極の身体・脳・呼吸・健康をつくる  
高度運動科学トレーニング動画サイト

<https://doug.undoukagakusouken.co.jp/>

入会金・年会費無料  
会員登録受付中  
無料動画公開中



### お申込・支払方法

お申込・お支払は動画サイト上で、お客様ご自身で行っていただく方式となります。お支払いはクレジットカード支払いとコンビニ支払いが選べます。

※電話/ファクスでのお申し込み・お問い合わせは承れませんのでご了承ください。

### 動画サイトのご利用方法

画面操作・動画視聴方法等のサポートは、動画サイト上での説明の掲載およびメールでのサポートのみとなります。

※運動総研コールセンターでの電話でのサポートはございませんのでご了承ください。

### 講座料

女性・学生・シルバー料金を廃止し共通料金といたしました。  
講座の初公開時からの経過月数に応じて、講座料が決まります。

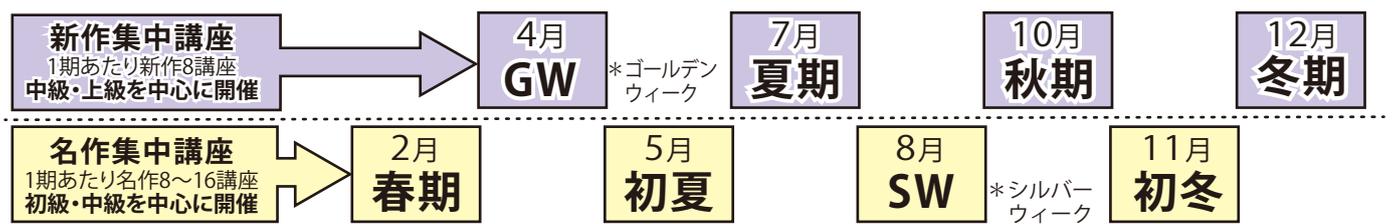
### 難易度

講座の難易度を下記の5段階で表しています。

難易度	解説
★☆☆☆☆1 【初級】	初めての方にも学びやすく、同種の講座を既習しているベテランの方にも良い復習となる難度と内容。
★★☆☆☆2 【初級・中級】	初めての方にも取り組み可能で、ベテランの方にも大いに刺激と学びのある難度と内容。中級の基礎レベルに相当。
★★★☆☆3 【中級】	現在発表されている中級の平均難度。世界トップアスリートの本質力レベルに相当。ベテランの方ががっぷり四つに組みトレーニングするのに最適。
★★★★☆4 【中級・上級】	現在数点発表されている中級の高難度。上級の基礎レベルに相当。
★★★★★5 【上級】	上級の平均難度。

### 2022年集中講座の構成と開催時期

年間5期制から下記の構成に変更いたしました。○月の表記はおよその開催時期です。



運動総研コールセンター 電話03-3817-0390 (日曜・木曜定休 13:00～18:00 ※短縮営業中)

本パンフレット掲載の文章・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。©2022 Hideo Takaoka 運動科学総合研究所