

軸で乗る

～4スタンス理論×5ポイント理論～



リアル開催限定！！懇親会も開催！
実際に足をお運びいただき効果を実感ください！

話題の4スタンス理論から解く！！

皆さんついにこの方がセミナー講師にやって参りました。ヒトの身体特性を4種類に分類する4スタンス理論をはじめとした『総合身体理論』を創案した廣戸聡一様のご講演が決定いたしました。最近ではテレビ番組にもご出演されており、その他著書、指導、セミナー等でも幅広い分野でご活躍されております！

今まで『軸』を意識して走れ、『軸』をしっかり使え！と言われてたり聞いた経験はございませんか。・・・あなたの思っている『軸』って本当にありますか？体の使い方も人のタイプによって異なり、トレーニングや普段の動作でもそれは異なります。このように乗れ、このように鍛えろ！と言われて成果が出なかったときはありませんか？教えられたことに疑問を持ったことはありませんか？そんなあなたのお悩みがこのセミナーでお悩みが解決出来るかもしれません。定員に達し次第お申し込みを締め切らせていただきます。この機会に是非ご参加くださいませ。

開催日

1.30 火

講演：18:00～19:30

懇親会：19:40～20:40

●参加費

リアル参加 2,000円(税込)

懇親会+1,000円(税込)

立ち見席 2000円(税込)

※本セミナーはリアル限定です。

講師

廣戸 聡一氏



一般社団法人REASH PROJECT代表/廣戸道場主宰
中部大学客員教授『骨理学』研究・指導
日本オリンピック委員会（JOC）強化スタッフ
日本プロ野球千葉ロッテマリーンズアドバイザー契約等
日常生活の動作からスポーツ競技、文化芸能における身体動作、コンディショニング、介護、リハビリテーション、栄養摂取まで総合的に指導。整体施療家として一般クライアントからプロアスリートまで30万人超をケア。
過去には某有名競輪選手のリハビリやトレーニングも指導経験あり。ヒトの身体特性を4種類に分類する『4スタンス理論』を含む、動作における軸、個別別身体特性などを体系化した総合身体理論『レッシュ理論 (REASH Theory)』を提唱。プロフェッショナル競技団体への総括的フィジカル・アドバイザー契約および個々のアスリートへのパーソナルトレーニング契約を展開している。
その他書籍出版やテレビ番組出演に加えセミナー講師等幅広く活躍されている。

プログラム



18:00 講演内容

『4スタンス理論とは』

●ヒトの身体特性

参加者の中から代表して数名をモデルとして診断いただきながらご説明いただきます。上記4タイプの体別に体の動かし方をご説明いただきます。同じ人間でもタイプが違うことで、普段の体の動かし方が変わります。

●自転車に乗る際のタイプの活かし方

自分のタイプをどう乗り方に活かすかご説明いただきます。

『本当の軸とは』

自転車乗車時の正しい『軸』を知ってみませんか？皆さんが抱える問題や、疲労回復、パフォーマンス向上に繋がるかもしれません。

19:20 質疑応答 & アンケート

19:40 懇親会スタート

20:40 終了予定

ギャラリー

講師のご登壇写真



チケット販売サービス「PassMarket」にてお申込みください

お申込み
お問合せ : abe@jifu.jp

日本自転車普及協会 🔍

【主催】一般財団法人日本自転車普及協会



お申し込み