

BAB ジャパン【新刊 BOOK】 2019年5月上旬 発売予定!

実用書 (トレーニング・健康) 関連書籍ご担当者様

武術専門誌
『月刊秘伝』
5月号 (4/13 発売)
にて本書の関連
記事掲載予定!

誰でも体と動きの質を高められる、とてつもなく簡単なメソッド!

皮絡調整術と 無意識領域の運動

平 直行 著

触れるだけで カラダの奥が 動き出す!

 (仮)

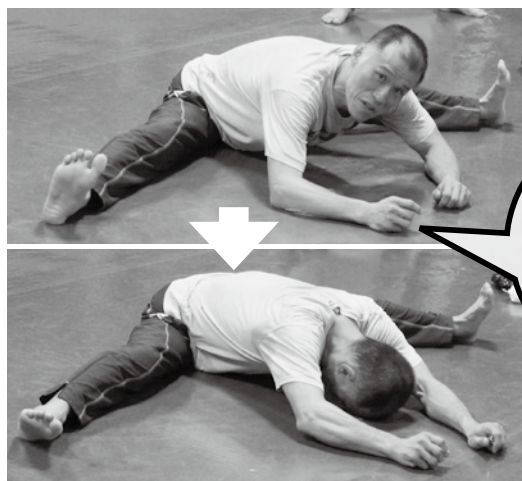
体を動かす指令には、意識的な指令系統と無意識下の指令系統の2つがあります。熱いものに触れたら自然に手を引っ込める運動が起こる「反射」は後者の代表格です。

そして無意識下の指令系統は、皮膚刺激によって起こり、それまで動いていなかった体の奥底を覚醒させて動くようにしてくれます。

本書でご紹介するのは、皮膚刺激を上手く活用して体をより効率的に動くようにする、まったく新しいメソッドです。例えば、ビー玉を握って軽く動かしながら開脚前屈をしていくと、信じられないほど体が倒れていきます。

あなたは“皮膚刺激”のスイッチを押し忘れていませんか?

皮膚刺激で“第2の神経系統”が発動!



ビー玉で手の平を刺激しながら開脚前屈すると...

固まっていた体の奥がどんどん動き出す!

目次

- 人の動きは2つの指令
- 皮膚刺激のやり方と無意識的運動の引き出し方
- 無意識的運動による柔軟性の向上
- 無意識的運動による力の拡大
- 無意識的運動からの武術の解釈 ほか

平 直行 (たいら なおゆき)

総合格闘技草創期にプロのリングで活躍。漫画『グランプラー刃牙』の主人公、範馬刃牙のモデルとしても知られる。著書:『平直行のリアルファイト柔術』(徳間書店)、『めざめよカラダ! 骨絡調整術』『カラダのすべてが動き出す! 筋絡調整術』(BAB ジャパン)、『古武術で奥から目覚める 骨絡調整術 DVD』『高機能ボディになる!』(BAB ジャパン)

■著者: 平 直行 ■判型: 四六判(並製) ■予定頁数: 200 頁 ■予価: 本体 1,400 円+税

株式会社 BAB ジャパン 〒151-0073 東京都渋谷区笹塚 1-30-11 4・5 F TEL 03-3469-0135

【書店様向けホームページ】 <http://www.bab.co.jp/shop.html>

FAX での注文はこちらへ ☎ 0120-190-162 (書店様 FAX 用注文専用フリーダイヤル)

E-mail での注文はこちらへ shoten@bab.co.jp (書店様注文専用メールアドレス)

新刊申込書	書籍名	皮絡調整術と無意識領域の運動 触れるだけでカラダの奥が動き出す! (仮)		5月上旬 発売予定
	注文数	■著者: 平 直行 ■判型: 四六判(並製) ■予定頁数: 200 頁 ■予価: 本体 1,400 円+税		
	発行	ISBN978-4-8142-0204-1 C2075 ¥1400E		
	発行	株式会社 BAB ジャパン 〒151-0073 東京都渋谷区笹塚 1-30-11 4・5 F TEL:03-3469-0135 FAX:03-3469-0162		