

岡田准一 MC の武道番組  
『明鏡止水』(NHK BS)  
出演!

<収録内容>

第1章「意識の練り」編

相手の意思を察知するための稽古法①

相手の意思を察知するための稽古法②

第2章「身体の捌き」編

右手と左手の操作を学ぶ

両手の操作と腰のキレを学ぶ(二人相手)

「手の内」の気配を消す稽古法

「運足」と股関節を緩ませる稽古法

多人数相手における意識を学ぶ稽古法



日野晃!

達人式「刀を抜く」ための稽古法

# 居合稽古で磨く!

## 身体の捌き、意識の練り

日野晃 1948 生まれ。'90 年代、武道の本質的な在り方や稽古法の探求を目的に日野武道研究所を設立。現在、東京・大阪などの国内、フランスを拠点とした海外で武道ワークショップを行っている。さらに医療従事者向けセミナー「明鏡塾」も開講。著書『考えるな、体にきけ』、DVD『武道の解答』『達人セミナー』等多数。

収録時間 80 分 価格◎5,000 円 + 税  
指導 / 監修◎日野晃 (日野武道研究所)

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

FAXでのご注文はこちらへ→ ☎ 0120-190-162 書店様FAX用注文専用フリーダイヤル  
E-mailでのご注文はこちらへ→ [shoten@bab2.co.jp](mailto:shoten@bab2.co.jp) 書店様注文専用メールアドレス

新刊  
書店  
帳合  
申込書

注文 扱い	商品 名	DVD	達人式「刀を抜く」ための稽古法
		枚	日野晃 居合稽古で磨く!
		収録時間◎80分 価格◎5,000円+税 ISBN978-4-8142-0390-1 C2875	
発売	株式会社	BABジャパン	〒151-0073 東京都渋谷区笹塚1-30-11 TEL 03-3469-0135 FAX 03-3469-0162