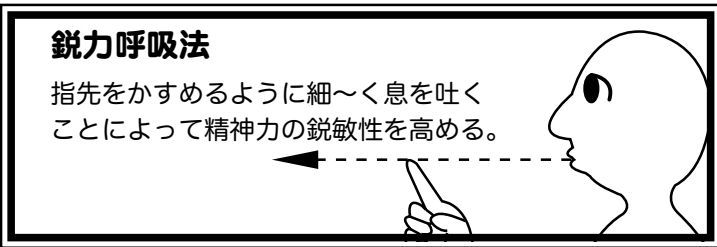


**著書数 100 冊を超える、身体科学の大家
高岡英夫がついに完成させた、
あらゆる目的に対応する完璧な呼吸法!**

武術専門誌
『月刊秘伝』
12月号 (11/12 発売)
にて本書の関連
記事掲載予定!

すべては呼吸で解決できる! (仮) 高岡英夫の呼吸五輪書



《さまざまな呼吸法の目的の例》

- 股関節強化呼吸法…股関節の動きを良くして全身を連動させる。
- 疲労回復呼吸法…筋肉から内臓までくまなく疲労回復させる。
- 局面呼吸法…“いざという時”に最大の力を発揮できるようになる。

目次	1 地の巻	総合呼吸法概論
	2 水の巻	第一教程 (ベーシックな呼吸力要請)
	3 火の巻	第二教程 (目的に応じた各種呼吸法)
	4 風の巻	第三教程 (常識を超える身体性の獲得)
	5 空の巻	呼吸の“頂上” (高度な4つの呼吸法)

この本は歴史になる!

**84 の呼吸法、350 ページ!
空前絶後の呼吸法書籍、完成!!**

スポーツ、武術で
向上したい人に!
健康、免疫力 Up
を求める人に!

武術雑誌
『月刊秘伝』
人気連載
待望の
書籍化!

著者 © 高岡英夫 たかおか ひでお
運動科学総合研究所所長・NPO法人日本ゆるの協会理事長・同推進委員
東大、同大学院教育学研究科卒。東大大学院時代に西洋科学から東洋哲学にわたる幅広い知見をもとに「運動科学」を創始し、スポーツ・武道各分野、音楽、教育、医療、助産、ビジネス、料理から科学的研究まで、あらゆる分野に応用領域を広げ、成果を上げている。
著書は100冊を超える。ビデオ、DVD多数。

■著者：高岡英夫 ■判型：A 5 判 (並製) ■予定頁数：350 頁 ■予価：本体 2,000 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・5F 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)
☆重版、新刊、パブ etc. 弊社の出版情報をご希望の方も上記アドレスへご連絡ください(空メールでOK!)

新刊	書店帳合	書籍名	すべては呼吸で解決できる! 高岡英夫の呼吸五輪書 (仮)		11月下旬 発売予定
		注文数	■著者：高岡英夫 ■判型：A 5 判 (並製) ■予定頁数：300 頁 ■予価：本体 2,000 円 + 税		
		発行	ISBN978-4-8142-0437-3 C2075 ¥2000E 株式会社 BAB ジャパン 〒151-0073 東京都渋谷区笹塚 1-30-11 4・5F TEL:03-3469-0135 FAX:03-3469-0162		

関連書籍	書店帳合	書籍名	「身体意識」から観る天才学	
		注文数	■著者：高岡英夫 ■判型：四六判 (並製) ■頁数：250 頁 ■定価：本体 1,700 円 + 税	
		発行	ISBN978-4-86220-765-4 C2075 ¥1700E 株式会社 BAB ジャパン 〒151-0073 東京都渋谷区笹塚 1-30-11 4・5F TEL:03-3469-0135 FAX:03-3469-0162	