



実用書 (武道・トレーニング) ご担当者様  
BAB ジャパン 新刊 DVD 案内 11 月中旬発売予定

武道武術専門誌『月刊秘伝』  
12月号 (11/14 発売)  
で本 DVD の関連記事掲載

五輪金メダリスト・小平奈緒選手※も指導 ※'18 平昌 スピードスケート：オリンピック新記録

注目の体育大学教授が贈る、動きを劇的に変える授業！

# 高橋佳三教授の 達人のカラダ作り

あらゆる  
武道・運動  
に効く



## 種目を越える、必須動作の身につけ方

体を使いこなすには、全ての基礎となる必須動作がある！この DVD では、あらゆる運動に役立つトレーニングを高橋佳三先生が丁寧に解説。目的とレベルに合わせた練習メニューと、シンプルで効果的な強化法で、誰でも無理なく、体と動きを鍛えていけます。

予定収録時間◎60分 予価◎5,500円 (10%税込)

### 収録内容

■前屈 ■開脚 ■膝の抜き ■肩甲骨の動き ■足指の動き ■股関節のたたみ、他

指導監修◎高橋佳三 たかはしけいぞう

専門分野は、スポーツバイオメカニクス。甲野善紀氏から古武術、光岡英稔氏より中国武術・韓氏意拳を学ぶ。著書『古武術でカラダがみるみる蘇る』（宝島社）、『古武術 for SPORTS』（スキージャーナル）、他。



### 関連既刊 DVD

武術式「姿勢と動き」の見直し方  
**カラダの強化書**

指導監修◎高橋佳三  
58分 価格 5,500円 (10%税込)

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

FAXでのご注文→ ☎ 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→ [shoten@bab.co.jp](mailto: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!)

新刊申込書	書店帳合	注文扱い	商品名	DVD 高橋佳三教授の 【達人のカラダ作り】 枚
			発売	株式会社 <b>BAB</b> 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
				予定収録時間◎60分 予価◎5,500円(10%税込) ISBN978-4-8142-0434-2

既刊申込書	書店帳合	注文扱い	商品名	書籍 武術式「姿勢と動き」の見直し方 【カラダの強化書】 冊
			発売	株式会社 <b>BAB</b> 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
				収録時間◎58分 価格◎5,500円(10%税込) ISBN978-4-8142-0292-8