

# BAB ジャパン 広沢成山先生関連書籍

新刊「正しい脱力講座(仮)」7月下旬発売!!

書籍、DVD でロングセラーを記録する広沢成山先生。

続々重版出来の既刊2冊も合わせた展開をお願いします!!

やわら  
柔術の動き方

書籍

## 「肩の力」を抜く!

簡単だけどムズかしい? “脱力”できれば、フシギと強い!

筋肉に力を込めるより効率的で、“涼しい顔”のまま絶大な力を相手に作用できる方法があった! 柔術は、人との関わりの中で最高にリラックスする方法。日常動作や生き方にも通じる方法をわかりやすく教える!

第7刷 好評発売中!  
「月刊秘伝」人気連載を書籍化!  
主に武道における脱力を紹介!



●広沢成山 著 ●四六判 ●220 頁 ●本体 1,500 円 ISBN978-4-8142-0144-0

脱力のプロが書いた!

書籍

## 「動き」の新発見

読んだ瞬間から、動きが変わる!“目からウロコ”の身体操作の知恵

誰もがまだ、自分の身体を知らない。40 歳になっても 80 歳になっても、新しい気づきがあります。人生 100 年が最高に面白くなる、ワクワク体験をし続けよう! スポーツ・武道はもちろん、すべての日常動作と人生の質も UP します。身体の可能性を引き出すヒントが満載の一冊です!

第3刷 好評発売中!  
武道だけでなく、スポーツ、日常生活  
全般の脱力、リラックス法を紹介



●広沢成山 著 ●四六判 ●208 頁 ●本体 1,400 円 ISBN978-4-8142-0373-4

書店帳合  
推薦本申込書  
BAB ジャパン

注文扱い  
商品名/注文数  
発売

「肩の力」を抜く!

「動き」の新発見

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