



実用書(武道・格闘技)ご担当者様
BAB ジャパン 新刊DVDのご案内 8月下旬発売

武道・武術専門誌
『秘伝』9月号(8/12 発売)
DVDの関連記事掲載!

真説

「ムリして動かしてきたカラダ」から
「自然に動く身体」になる!

ナンバ歩き

収録時間◎121分 価格◎5,000円+税

昨年海外向けにストリーミング販売し、大好評を博したタイトルが待望のDVD化。合気道八段、書道十段、ナンバ術協会特別師範、和儀師範と日本の伝統文化と身体操法を長年探求し続けるW・リード師による<ナンバ歩き>に基づく日常生活に密着した“いますぐ実践できる”身体技法とその習得方法を丁寧に解説。日本伝統文化を深堀りした先にあった超効率的な身体運用で、「ムリして動かしてきたカラダ」から「自然に動く身体」を取り戻す。

【収録内容】

- ナンバ歩きの基本
- 身体のリセットとバランス・柔軟性の向上
- ナンバ・フローの動き
- 緊張を解きほぐすエクササイズ
- 装具で身体のパワーと知恵にアクセスする
- 足袋と足半(あしなか)で歩く

指導・監修◎ウィリアム・リード William Reed

1952年生まれ。アーラム大学(米国)で日本語と日本文化を学び、在学中に早稲田大学に留学。ミズーリ大学大学院で教育学などを専攻し修士課程を修了。元山梨学院大学国際リベラルアーツ学部(ICLA)教授で、現在は同学部の客員教授および順天堂大学にて教鞭を執る。ナンバ術協会特別師範、唯心会合気道八段、和儀師範、全日本教育書道連盟十段など多彩な資格を有し、これらの知見をもとにした研究・実践・指導には定評がある。またDVD『本当のナンバ歩き』『ナンバ体術入門』(BAB ジャパン)に出演するほか、企業での講演、TVやドキュメンタリーのナビゲーター、様々なYoutubeチャンネルに登場し、日本文化と身体技法の魅力を国内外に向けて広く発信している。

【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@bab2.co.jp 書店様注文専用メールアドレス



新刊申込書

書店帳合

注文扱い

商品名

DVD

枚

「ムリして動かしてきたカラダ」から
「自然に動く身体」になる!
「真説」ナンバ歩き

収録時間◎121分 価格◎5,000円+税 ISBN978-4-8142-0738-1 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

既刊申込書

書店帳合

注文扱い

商品名

DVD

枚

超効率歩法を護身に活かす!
ナンバ体術入門

収録時間◎77分 価格◎5,000円+税 ISBN978-4-8142-0513-4 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