

平成22年度 奈良工業高等専門学校公開講座

# 二軸動作を学ぼう

( - 驚異のスポーツ上達法 - )

「二軸動作」をご存知ですか? 「常歩(なみあし)」とも呼ばれています。馬がゆっくり歩くときの歩様を「常歩」といいます。「二軸動作」は「常歩」をヒントに生まれました。「常歩」は「二軸動作」のニックネームです。

スポーツ科学研究者・治療師・武道家・現役アスリート・指導者・コーチ・トレーナー・シューズ開発者など、異なる分野の方々が集うことによって「二軸動作」がつけられました。多くのスポーツ選手が取り入れ、成果をあげています。

このたび、奈良工業高等専門学校の公開講座で「二軸動作講習会」を開催することといたしました。本校一般教科准教授・木寺英史(剣道教士七段)の他、スポーツ科学の第一人者である京都大学の小田伸午教授と、多くのプロスポーツ選手を治療されている五体治療院(愛知県小牧市)の小山田良治氏を講師にお招きします。スポーツ選手・指導者・コーチ・トレーナーなど、広くスポーツに関わるの方々のご参加をお待ちしております。

## 第1日

9月24日(金) 18:00~20:00

「二軸動作と水平感覚」(講師:小山田良治・木寺英史)

## 第2日

9月25日(土) 9:00~12:00

「二軸動作で動いてみよう」(講師:小田伸午・小山田良治)

実技を行いますので運動のできる服装でお願いします。

対象者:選手・指導者・コーチ・トレーナーなど、スポーツに関わる方(定員25名)

受講料:無料

募集締切:9月10日(金)

申込み:往復はがき、または電子メールに、講座名・住所・受講者氏名(ふりがな)・年齢・電話番号をご記入の上、下記にお申込みください。なお、受講者はお申込みの先着順にて決定させていただきますので、あらかじめご了承ください。

639-1080 大和郡山市矢田町22番地 奈良工業高等専門学校 総務課総務係

TEL 0743-55-6013 FAX 0743-55-6019 E-mail s-soumu@jimu.nara-k.ac.jp

メールで申し込みの場合、数日経っても受付の連絡がなければ不着の可能性がございますので、お手数ですが、電話にて、確認の御連絡をお願いいたします。

なお、公開講座申し込みによって本校が得た個人情報は厳重に管理するとともに、本校公開講座のお知らせ以外の目的では利用いたしません。