

2019

3/21

(木・祝)

① 11:00—13:00

② 14:00—16:00

各15名様
限定

講師

木野正人

(元CHA-CHA)

正しい体幹の作り方 ワークショップ

プロのアスリートにも正しいフォームを指導する木野正人さんによるワークショップです。2018年9月の特別講座が好評につき、ご要望にお応えして開催します。

「痩せても体形が変わらないのは重心が変わっていないから」

「食事で身体が変わってしまうんです」

長年ダンスで培った経験に、マクロビオティックの陰陽を取り入れた木野さんオリジナルの理論に基づき、ストレッチなどの軽い運動により姿勢を整えて、正しい体幹を作っていきます。

今回は、一人一人により細やかな指導できるよう少人数制となります。

お申込みはお早めに。



ストレッチの様子

一人一人の状態を
チェックします



参加費

当協会会員
一般

5,500円(税込)
6,000円(税込)

会場

日本CI協会

東急田園都市線
池尻大橋駅より徒歩3分

- ・講座は2回とも同内容です。ご参加はお一人様につきどちらか、とさせていただきます。
- ・当日はストレッチができる服装でお越しください。簡易な着替えスペースはあります。

<プロフィール>

1986年に17歳でジャニーズ事務所に入り、少年隊や田原俊彦のバックダンサーを務め、1988年にアイドルグループ「CHA-CHA」でレコードデビュー。1990年にアメリカへダンス留学し、2007年にマイケル来日の際に開かれたマイケル・ジャクソンVIPパーティーでパフォーマンスを披露し、マイケル本人から称賛される。

田原俊彦の振付やステージングを担当する他、フォームメカニズムのオリジナル理論によりプロ野球選手やJリーガー、プロゴルファー等を指導され、歌と踊りで構成するソロパフォーマンスライブ開催など、現在も一流のパフォーマンスを披露。

ご予約のうえ、下記口座へ受講料をお振込みください。

原則、郵便局でのお支払をお願いしております。会員の方は、郵便局用の赤枠の払込用紙をご利用ください。(手数料がかかりません)

郵便振替口座:00100-3-194125 加入者名:日本CI協会 通信欄に日付と講座名を明記ください。

お問合せ&お申し込み