

KIZUカイロプラクティックグループ代表 木津直昭

臨床30周年記念講演

座り姿勢の原則

人生の半分を占める「座り姿勢」その原則を解き明かす！

24時間 - 睡眠時間 - 動いている時間 = 座っている時間

上の式に当てはめると、人は日に15時間座っていることも珍しくありません。30年の臨床を通して、座りは様々な障害の温床になっていることが解りました。

「座りの原則」は老若男女問わず習得でき、日常の様々な座りのシチュエーションに応用できます。そして、腰痛や肩こりの改善、予防になると確信しています。



お陰様で臨床を始めてから30年を迎える事が出来ました。感謝の気持ちを込めて、この間で得た知識技術を皆様にお伝えしたいと思っています。

木津直昭 略歴

東京都文京区出身 1962年生まれ

KIZUカイロプラクティックグループ代表院長

豪州マードック大学卒（健康科学士）

日本カイロプラクターズ協会 正会員

グラストンテクニック認定クリニシャン

マットピラティスインストラクター（BESJ）

1986年に日本カイロプラクティックセンター銀座にて臨床を開始。1992年、東京・日本橋で開院。以来20年以上にわたりグループ全体で約25万人以上の患者が来院している。

雑誌、新聞、テレビなどにも多数出演し健康情報を発信。

2015年には、座る、歩く、走るなどあらゆる姿勢を研究する学会「行動姿勢研究会」設立。

著書「血管を強くする歩き方」東洋経済新報社、「その痛み不調は座り方を変えれば消える！」PHP出版など多数。

開催日時

平成28年 6月 26日 日曜日

10:00~11:30 (9:30受付開始)

10:00~10:35 座り姿勢の原則（座学）

10:40~11:20 座りシチュエーション別実践

11:20~11:30 質疑応答

■定員 : 200名

■参加費 : 一般 5,000円
高校生以下 3,000円 (小学生以上)

■場所 : 学士会館

■住所 : 東京都千代田区神田錦町3-28

※お車でお越しの方は無料駐車場が15台分ございます（先着順）

お問い合わせ : 30周年実行委員会（担当：松本）

TEL03-3272-1939