

解剖学講座概要：全 11 回

1. 体幹：頭頸部・脊柱
2. 体幹：胸部・腹部
3. 体幹：骨盤帯・骨盤腔
4. 下肢帯：股関節
5. 下肢帯：膝関節
6. 下肢帯：足部
7. 上肢帯：頸部-肩甲帯
8. 上肢帯：肩甲上腕関節-手部
9. 呼吸器（外呼吸）
10. 運動エネルギー（内呼吸）
11. 感覚器・疼痛

身体のホームポジション講座概要：全 6 回

自己調整力を引き出すためのボディワーク。

全 6 回のなかでカバーする予定の内容です

- 筋骨格系（筋膜）への手技の基礎
- 頭蓋仙骨療法（クラニオセラピー）の基礎
- 内臓ワークの基礎
- ムーブメントワークの基礎
- ト라우マセラピー（心理療法）の基礎
- 組織の自動運動性（自己調整力）を捉えるための手技
- 施術者として安定的な立ち位置を保つための方法

実践練習会概要：全 6 回

上記 2 講座を受け、解剖学講座の復習、ホームポジション講座の実践練習。及び、呼吸・這う・しゃがむ・歩くなどの基礎的ムーブメント向上について、学んだことをどのように活かすか研究します。