

勉強会 (秋田) Report Vol. 5

◇KAATSU JAPAN 主催勉強会 (秋田)

日時：2013年11月17日(日) 11:00~16:00

場所：秋田市民交流プラザ 4F (秋田県秋田市東通仲町 4-1)

協力：豊田成昭 (スペシャルインストラクター)

これまで勉強会は東京や大阪、名古屋など大都市での開催が多かったのですが、今回は「秋田と言えば豊田さん」と言われるほどの主(ぬし)でもある豊田成昭さんにご尽力いただき、東北、秋田にて初めて開催することができました。

まずは、KAATSU JAPANの清水による、ベルトの特性・巻き位置・巻き方の説明。これは基本中の基本になりますので、資格者全員の共通認識とするため再確認の意味も含め、毎回の勉強会に欠かせない内容です。さらには、ベルトの装着(装着圧)に時間をかけないようにするため、だいたい何 mmHgの装着圧がかかっているか、感覚で分かるようになるまで練習を積むことの大切さについても触れました。

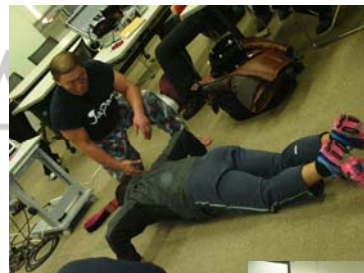


次に、軽食を食べながらのランチセミナー形式で佐藤先生による特別講演をしていただきました。アメリカでのKAATSU最新事情を中心に予防医療の重要性、そこでのKAATSUの存在意義、方向性等についてオフレコ話も交え、興味深いお話しをしていただきました。

午後は、豊田さんによる講義。豊田さん自身、昨年の6月に大動脈解離を発症されましたが奇跡的に手術もせず生還。その後の検査でも解離の痕跡すら残っておらず、毎日の加圧トレーニングのおかげで血管の柔軟性が増し奇跡的に自然に戻ったのだろうと推察されています。そんな豊田さんの加圧トレーニングとの出会いから、ご自身の日々の中での取り入れ方、施術する上でのポイントなど、笑いあり、驚きあり(衝撃あり!!!)、そしてまた笑いありの貴重な経験談を秋田弁たっぷりにお聞かせいただきました。

①筋肉の重要性(筋肉は自分で造る=健康は自分で造る。)②パンプアップさせること。③自分自身でとことんまで実体験してみること。(これが自信につながる。)④回数ではなくスロー&呼吸&正しいフォームであること、等々。

周囲の反対を押し切り、劇症肝炎や大動脈解離を経て、『俺は加圧で生きていく』と決心された豊田さんから発せられる言葉や実技は、やはり腰が据わっていて、とても引き込まれる内容・時間になりました。



最後は、KAATSU JAPANの長沼によるウェルエイジングベルトについての説明。このベルトは単に安価なベルトをバラまくためではなく、もっと身近に加圧トレーニングに接してもらおうと発売されたものです。そこに資格者の皆様の『施術・指導』があってはじめて、お客様が求められる効果もたらされるのです。

次回、KAATSU JAPAN 主催勉強会は、

・12月1日(日) 福岡
で予定されています。