

健康・武道

にちぼうオススメ本

武道



瞬撃の哲理

沖繩空手の学び方

横山和正 著 A5 319頁
本体価格 2,200円

米国に渡り活躍、その圧倒的な突きの速さで"瞬撃手"の異名を持つ空手家・横山和正が、型をはじめ突き、蹴り、武器術など沖繩空手の基本から見直し、「空手に成る」ために必要な原理を解き明かします。

5月
新刊

武道



佐藤聖二遺稿集

太気拳・意拳研究ノート

佐藤聖二 著 四六 495頁
本体価格 2,600円

享年53。最後までひたむきに武術を追い求め、その道統を次代に伝えるために遺した言葉の数々。本書は著者が生前、ブログ「太気拳(意拳)拳学研究会」に残した内容を、研究成果として書籍にまとめたものです。

健康



カラダの中の隣人

ミトコンドリア“腸”健康法

長沼敬憲 著 四六 206頁
本体価格 1,400円

生物はミトコンドリアの働きによって飛躍的に進化できた。細胞小器官の一つで、細胞のエネルギー生成を担う彼らを理解し、活性化させることが健康でいられるカギとなる。健康に生きることの根本を見直す一冊です。

健康



DVD付き ヒモトレ入門

小関勲 著 A5 63頁
本体価格 1,600円

本書は、ヒモトレの基本はもちろん、美容家・佐伯千恵、書道家・武田双鳳、武術研究者・甲野善紀ほか、医学博士、治療家、養護学校教諭がそれぞれの立場からその魅力と効果を語った。「ヒモエクササイズ」「ヒモ巻き」の基本の動作が分かるDVD付き(約40分)。

注文書

★ISBNは下5桁を表示しております。頭に978-4-8170-を付してご使用ください。★本体価格には消費税は含まれておりません。

健康

武道

売筋	ISBN	書名	本体価格	判型	在庫	注文	売筋	ISBN	書名	本体価格	判型	在庫	注文
	7043-2	ミトコンドリア“腸”健康法	1,400	四六			5月	6023-5	沖繩空手の学び方	2,200	A5		
	7044-9	龍村式指ヨガ 脳と体のセルフケア	1,400	A5				6022-8	太気拳・意拳研究ノート	2,600	四六		
	7042-5	DVD付き ヒモトレ入門	1,600	A5				6020-4	ケンカ十段と呼ばれた男	2,400	四六		
	7041-8	龍村式 指ヨガ健康法【新装ワイド版】	1,200	A5				6019-8	空手道入門【新装増補版】	3,000	B5		
	7040-1	ヒモトレ革命	1,500	四六				6018-1	大東流合気柔術を解く	2,000	A5		
	7039-5	すこやかヨガ	1,500	B5変				6017-4	キャッチアス キャッチキョウ入門	3,600	B5		
	7038-8	ヒモトレ【新装改訂版】	1,000	四六				6016-7	柳生心眼流【増補改訂版】	3,600	B5		
	7037-1	システム感情片付け術	1,400	四六				6014-3	ケトルベルマニユアル	2,000	A5		
	7036-4	舌を見る動かす食べるで健康になる	1,200	四六				6013-6	土佐英信流居合	4,500	B5		
	7035-7	ロコモ予防ヨガ体操	1,200	四六				6012-9	太気拳【新装増補版】	2,500	B5		
	7033-3	龍村式 耳ヨガ健康法	1,200	四六				6011-2	システム・フットワーク	1,600	A5		
	7032-6	トコちゃんヨガ体操	1,400	A5				6010-5	神技の系譜	2,500	四六		
	7030-2	顔体操	1,200	四六				6009-9	謎の拳法を求めて【新装増補版】	1,600	A5		
	7031-9	趾でカラダが変わる	1,400	四六				6008-2	本部流御殿武術入門	3,600	B5		
	7029-6	骨ゆらし健康法	1,400	四六				6007-5	システム・ストライク	1,600	A5		
	7028-9	眼ヨガ	1,200	四六				6005-1	バイタル柔道・投技編【新装改訂版】	2,500	B5		
	7025-8	マウピョティックに学ぶ暮らしの知恵	2,000	A5				6006-8	バイタル柔道・寝技編【新装改訂版】	2,500	B5		
	7024-1	月のリズムで美しくなる	1,500	四六									
	7021-0	家庭薬膳 FOUR SEASONS	2,000	B5変									
	7016-6	月のリズムセラピー	1,500	四六									
	7007-4	恋する女神になるヨガ	1,500	A5									
	小計							小計					

※ 書名・本体価格は2018年6月現在のものです。

【取引条件】注文・返品条件付

お取り扱い店(番線)

備考・通信欄