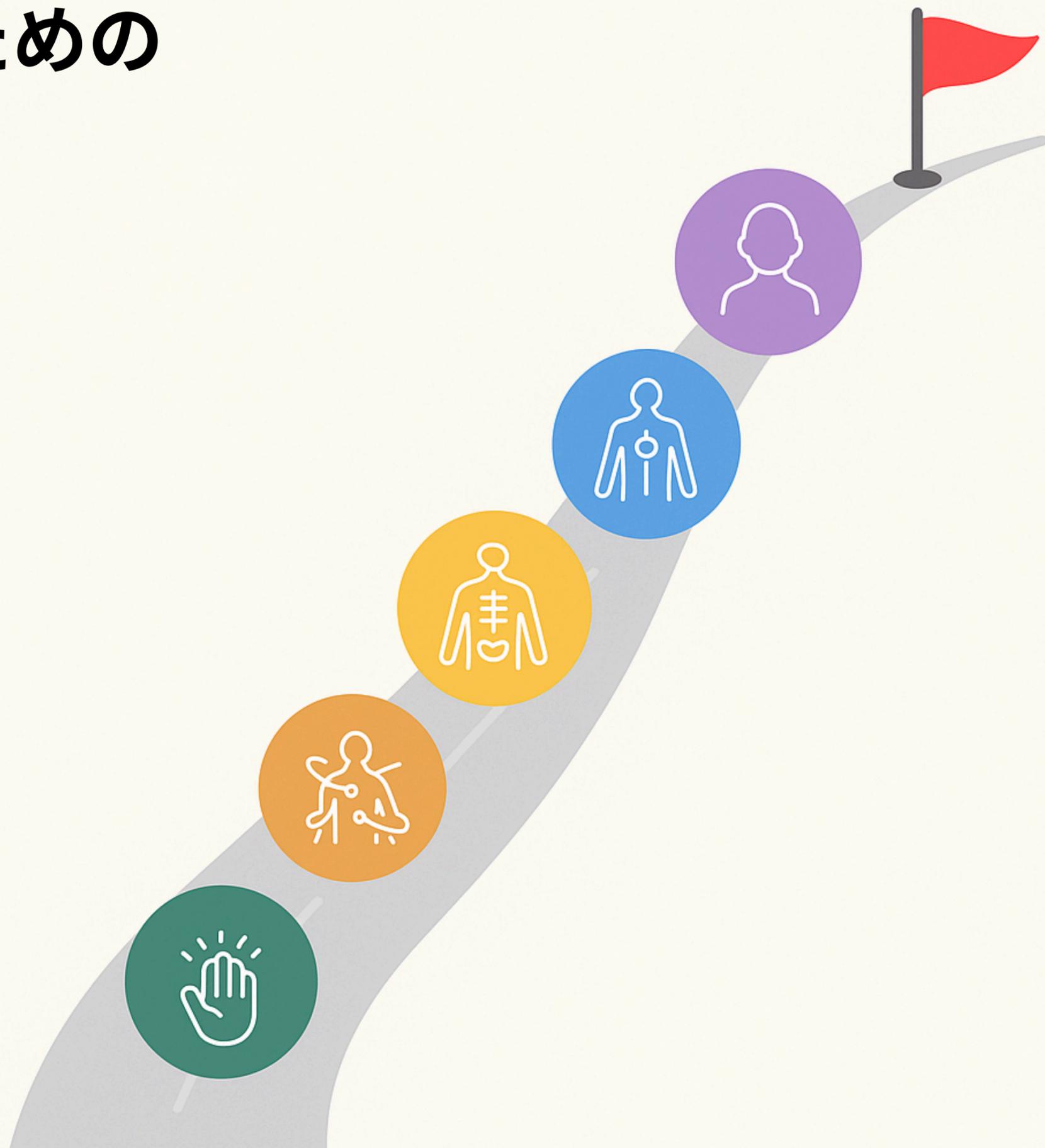
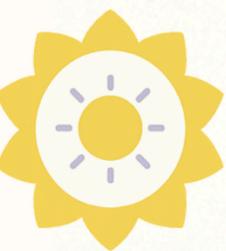


オステオパシー初学者のための 学びの地図

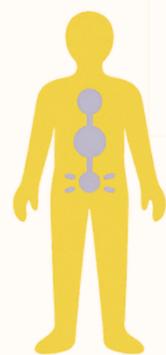




ステップ4：応用と深まり



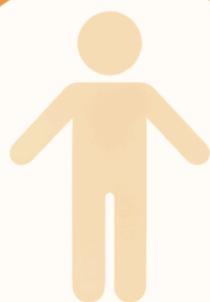
ステップ3：体系的に整える



ステップ2：つながりを感じる



ステップ1：からだの基礎地図を持つ



スタート：「感じる手」を育てる





スタート：「感じる手」を育てる

- 触診の基礎感覚トレーニング
- 5グラム圧・周辺視
- 「何も感じない」を怖がらず、受け取る練習

※ 「初心者でも“手が変わる”触診のコツ」参照



ステップ1：からだの基礎地図を持つ

- 骨・関節・筋肉
- 神経や血管の基本ルート
- “身体の地図”を手に入れる

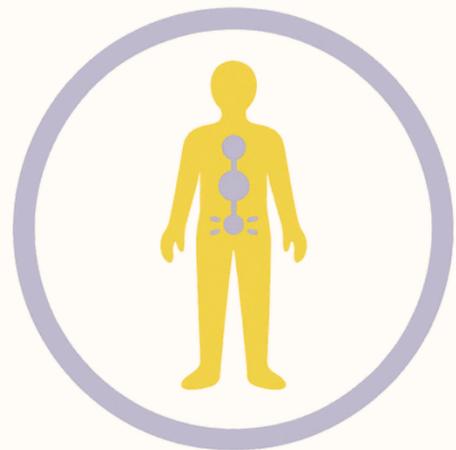




ステップ2：つながりを感じる

- 脊柱と内臓の関係
- 呼吸と胸郭
- 上下肢と重力線
 - ☞ 部分と全体をつながり学ぶ

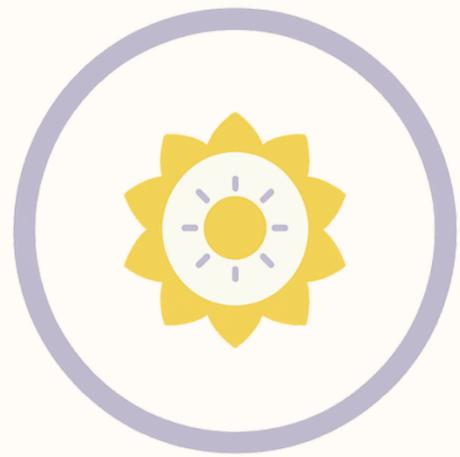




ステップ3：体系的に整える

- 脊柱・胸郭・四肢の調整
- 内臓（胸腔・腹腔）
- 血管・神経まで全身を網羅





ステップ4：応用と深まり

- キネシオロジー、経絡ライン
- 感情・トラウマと身体
- チャクラ・エネルギー応用

