

Podcast 石原明の **経営のヒント+** プラス**特別ゲスト版**「石原明の経営のヒント+プラス特別ゲスト版」第12弾、配信決定!バランストレーナー **小関 勲** 氏 × **石原明**

リスナーの皆様より毎回大好評いただいている大人気の特別企画「石原明の経営のヒント+特別ゲスト版」第12弾は、小関アスリートバランス研究所の小関 勲氏をお招きして、心とカラダのバランスメソッドについて語った特別インタビューです!

ココロのバランスボード

**前編**「ココロのバランスボード——
カラダが楽になったら、心も楽になる。」**後編**「部分の集合体が全体にはならない——
だから全体を知ることから始める。」**小関 勲 (こせき いさお) プロフィール**

1973年山形県生まれ。1999年から始めた「ボディバランスボード」の製作・販売をきっかけに多くのオリンピック選手、プロスポーツ選手らに接する中で、バランストレーニングの可能性を再確認。独自のバランスボードや指導理論を開発し、現在はトップアスリートたちから厚い信頼を得るとともに、医学・健康の分野にも活動の舞台を広げている。講演、講習会活動も幅広く行い、医学的にバランスが身体にどのような影響を与えているかという研究も継続して、情報を発信している。

著書:

『小関式 心とカラダのバランス・メソッド』(学研パブリッシング、2013年)

『締めるとカラダは動き出す! ヒモトレ』(日貿出版社、2014年)

著書

2014年2月12日発売

特別ゲスト版の
配信方法が
変わりました

ご覧のポッドキャストにて配信

または

「石原明.com」よりダウンロード

▶<http://www.ishihara-akira.com/hint/list.html>**前編**2014年
2月18日(火)配信**後編**2014年
2月25日(火)配信