

NPO法人ヘルスアンドスポーツサポート

設立 平成17年1月6日

会員数 約200人

設立趣旨

この法人は、国内外を問わず、広く一般市民を対象として、行方・呼吸法・整体法の普及と啓発、スキー・スノーボードを通じた生涯スポーツの普及、生活環境向上のアドバイスを通じて、人々の健康的な生活の増進に寄与することを目的とする。

活動内容

【整体法講習会】

ジェームス式健康法の整体法は、体のゆがみを直すことで、新陳代謝を活発にし人間本来が持つ自然治癒力を高めていく健康法です。また整体法後、積極的に水分を補給することで体内の血液と消化の流れをスムーズにし、相乗効果をもたらします。

H&SSでは少しでも多くの方が健康になるお手伝いがしたいという思いから年2回、整体師育成の場として講習会を開催しています。



2008年9月 整体法講習会

【歩行法講習会】

歩行は、日常生活に欠かすことのできない基本的な運動です。

ジェームス式健康法の歩行法は、全身の筋肉が本来の動きとリズム、バランスを取り戻すことを狙いとしています。独特の身体を捻った動きが、普段使っていない筋肉を動かし、新陳代謝が活発になり、自然治癒力を高めていく健康法です。

H&SSでは年2回の歩行法を開催しています。



2008年11月
歩行法講習会

鳥取の方はこちらまで!!

住所 〒680-0921

鳥取市古海70

氏名 西根 雄司

電話 (0857)24-6009

【全国講習会・コンサルティング】

近年、私たちの生活は便利で豊かなものへと大きな発展を遂げました。しかしその反面、私達を取巻く環境も大きく変化し、その結果身体のバランスを崩して変調をきたす人が増えています。

そこでH&SSではジェームス・スコット理事長が講師となって、経済、社会、家庭、教育など様々な観点から、と身体の健康づくりを中心に年4回全国で講習会・コンサルティングを開催しています。



2008年4月
鳥取地区講習会・コンサルティング

【リハビリスキー・スノーボード講習】

リハビリという名前から、ハンディキャップのある方へのスキー、スノーボードだと思われる人も少なくないと思いますが、このリハビリスキー、スノーボードはハンディキャップのある人だけでなく、普段あまり身体を動かさない方々に安全で楽しく、長く続けていける生涯スポーツとしてのスキー、スノーボードを目指しています。

日常とは違う白銀の世界でリフレッシュしてみませんか。

国内、海外を問わず毎年11月～3月頃を開催しています。



2008年12月
リハビリスキー&スノーボード講習会



2006年3月
リハビリスキー&スノーボード合宿

代表者	理事長	スコット ジェームス
問い合わせ	住所	〒160-0002 東京都新宿区坂町26-205
	電話	(03)3225-2886
	FAX	(03)3225-2887
	Eメール	inquiry@healhandsports.org
	URL	http://www.healhandsports.org