

SPORTS | スポーツ

日本人は「4拍子文化」により、動作が4拍子ベースになちがち。ヒップホップやサンバを文化にもつ諸外国選手は8拍子・16拍子という細かいリズムを持っており、動作のリズムパターンが複雑であるため、日本人は対応できない。現在、プロ野球球団に加え、大学・高校・中学校・その他のスポーツチーム合わせ約200チームでウォーミングアップとして取り入れ、成果を挙げている。

■ 主な実施チーム・選手

- 横浜DeNAベイスターズ(プロ野球)
- トライフープ岡山(プロバスケット)
- 日本体育大学ラグビー部
- 松崎智大(ジョーキーボール日本代表)
- 有本尚紀(プロテニスプレーヤー・ベテラン世界ランキング3位)
- 佐藤政大(プロテニスプレーヤー・ベテラン日本ランキング2位)
- 本田尚也(テニス・U14日本ランク1位)
- S.C.インテルナショナルジャパン(サッカー)
- 櫻田未来(フットサル元日本代表 主将)
- 兵庫中学野球部(2018年全国優勝)
- ギラヴァンツ北九州(リズムトレーニング教室)
- 尽誠学園応援部チア 他多数

SPORTS
— スポーツ —

MEDICAL
— 医療 —

MEDICAL | 医療

整形外科分野・精神科分野のリハビリテーションで実践されている。さらに高齢者の認知症予防プログラム(リズムステップ)としても取り組みが始まっている。