



ANATOMY
TRAIN\$

身体の進化

Tom Myers & Kaori Tani

パート3: 脊椎動物の身体



Kaori & Travis & Kinetikos
そしてサポートしてくれている皆さんにありがとう

そしてご参加くださっている
皆さん「Arigato」
ご健勝をお祈りします

要素 原理原則 科学 歴史

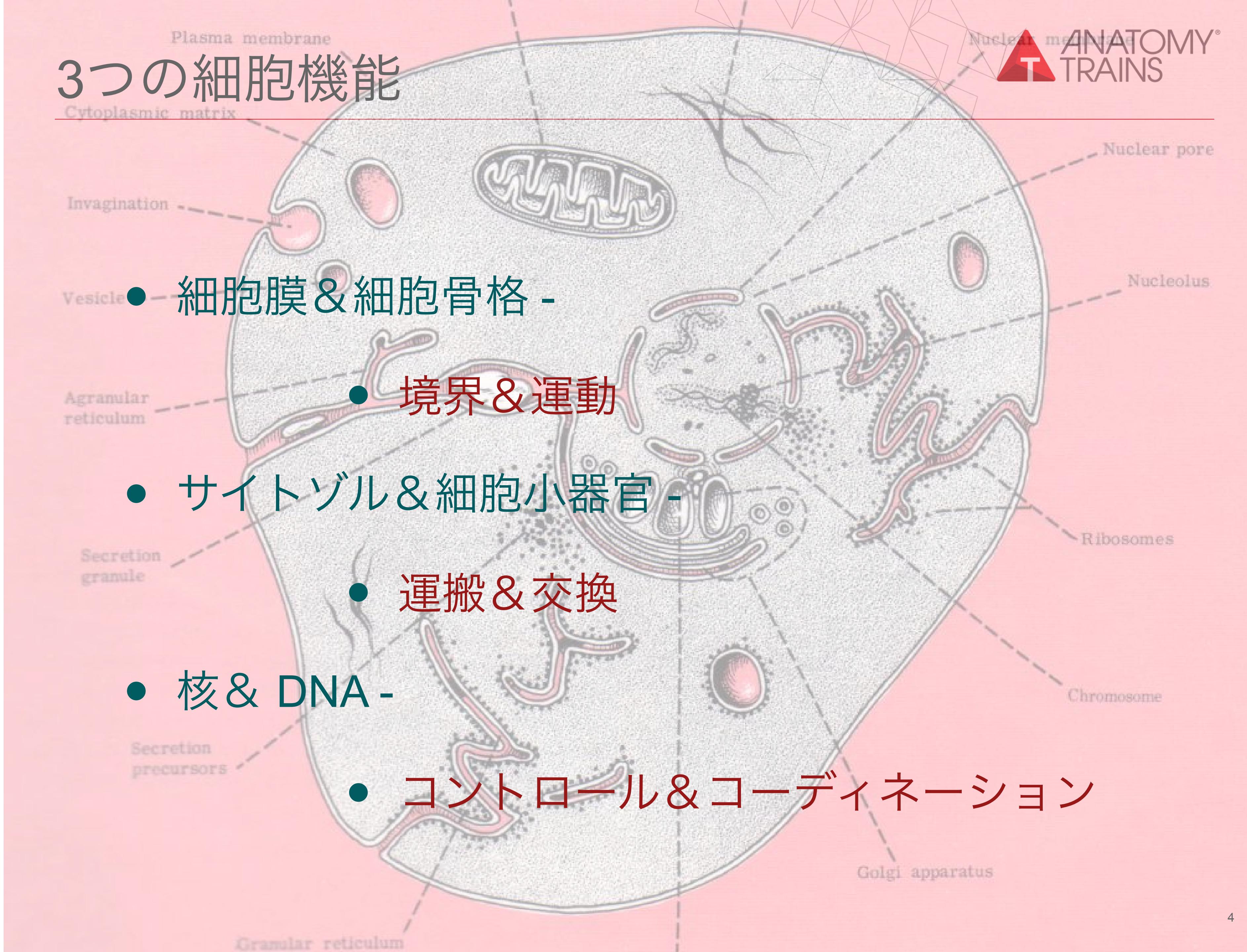
火 - エネルギー - 物理学 - ビッグバン
(放射)

土 - 重力 - 化学 - 惑星
(収束)

水 - 流動性 - 生物学 - 生命

風 - 拍動 - 心理学 - 目的

3つの細胞機能



全システムコミュニケーター と‘意識’セオリー

チューブ状のネットワーク & 情報

神経

バイナリー

(暗号化されたメッセージ)

秒

血管

ケミカル

(液体媒体内)

分 / 時間

纖維

メカニカル

(張力 / 圧縮)

日 / 月

戦略的

時間

感情的

物質

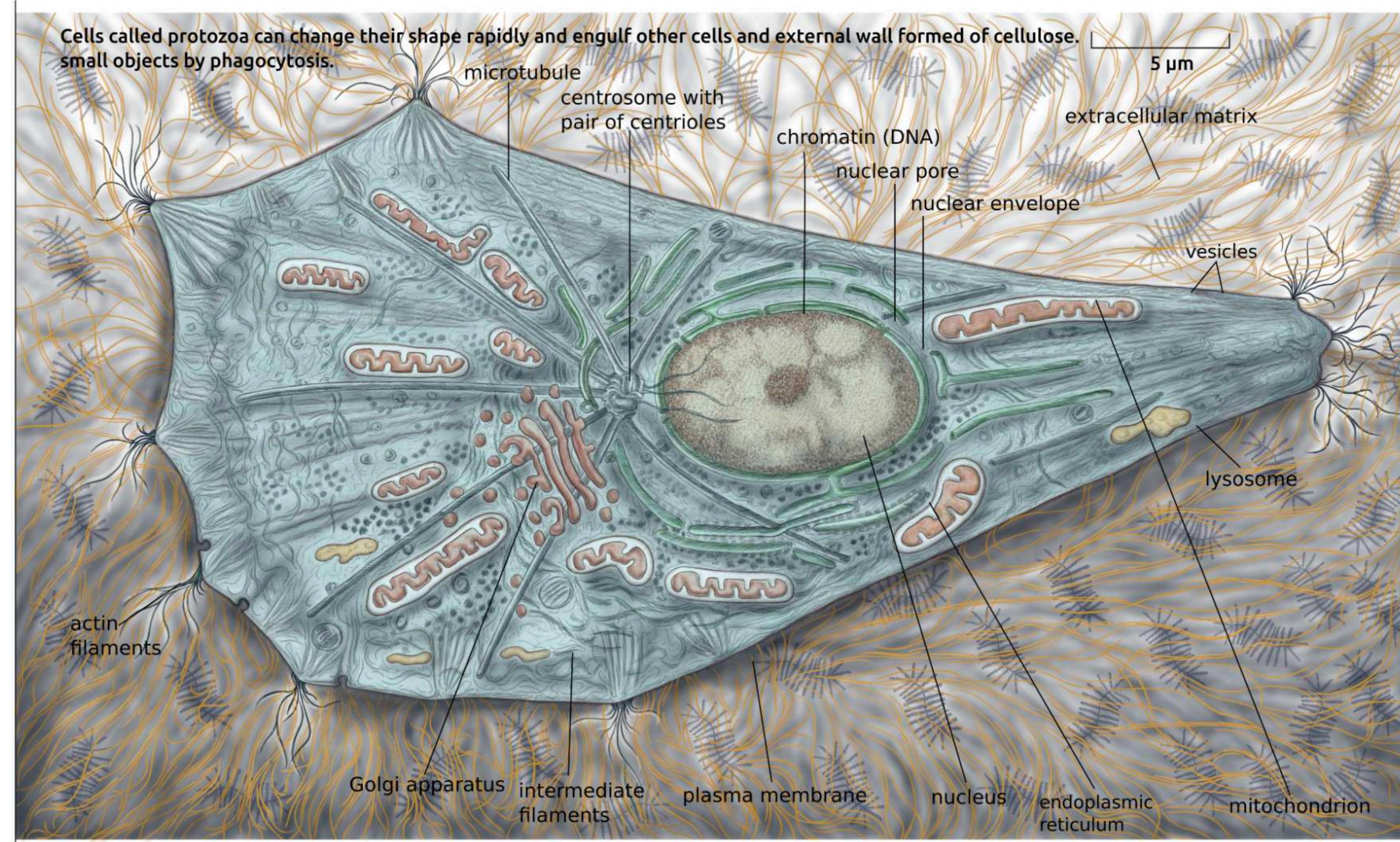
信念体系

空間

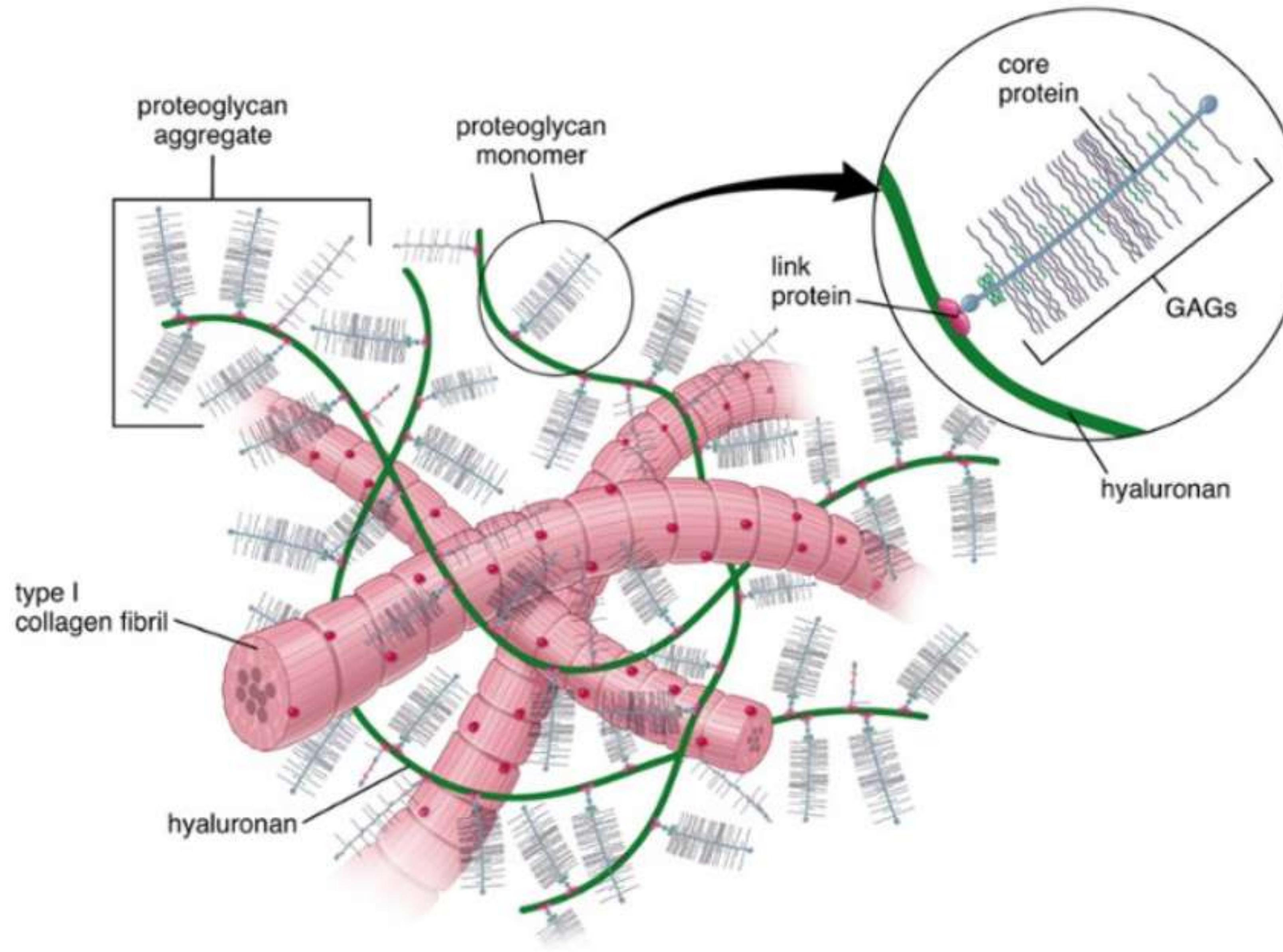


ANATOMY
TRAIN[®]

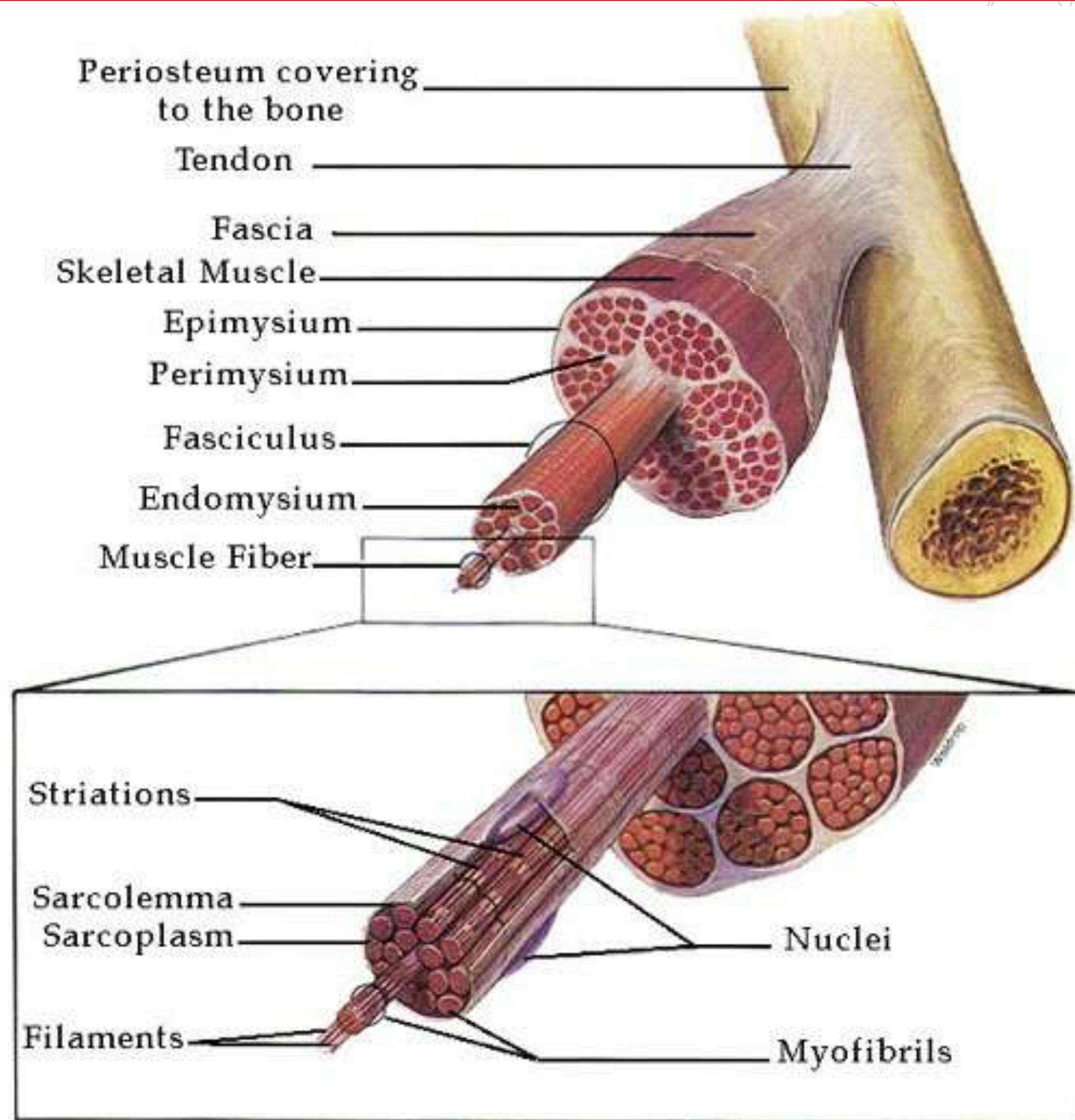
状況の中の細胞



筋膜の構成要素



筋筋膜

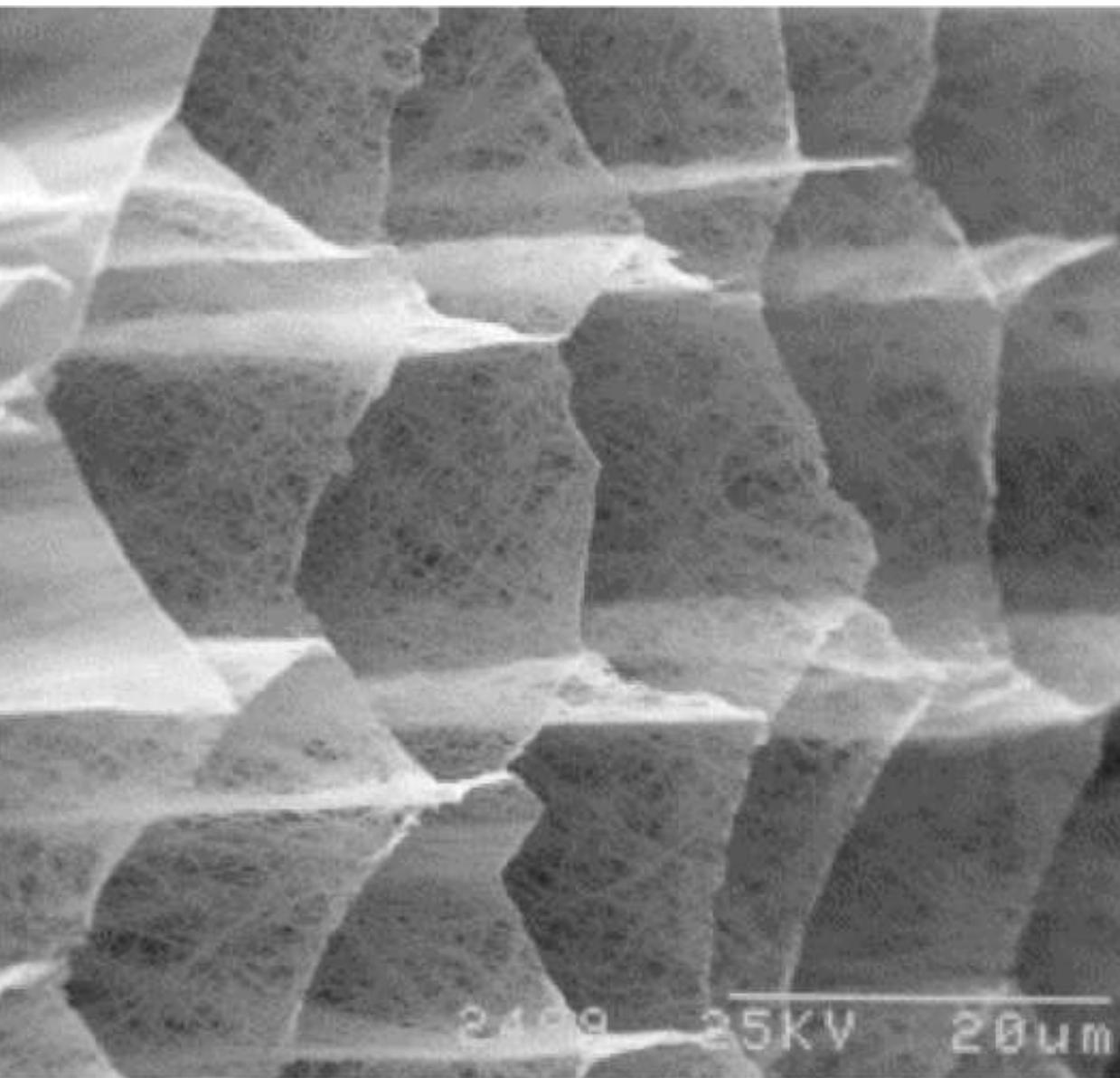


厳密な意味での筋筋膜

筋周膜



筋内膜



筋外膜



”筋筋膜ネットは身体のコモーションシステムの全ての構成要素を一体化させる媒体である。”

筋膜系についての 主なポイント： “生きている！”



- ・筋膜は上から下まで、誕生から死まで一つであり、すべての細胞を繋げる
- ・筋膜は力を全体的に伝達し適合する：テンセグリティー
- ・筋膜は秒単位から月単位まで様々な方法で反応をする
- ・筋膜はすべての形式の身体トレーニングにおいて重要である

身体の感受性の多くは筋膜性：内蔵、筋筋膜、皮膚において
怪我のほとんどは筋膜性：特にしつこい怪我

70,000,000,000個の細胞

- 基礎的なデザインの統合性の疑問：
- すべての細胞をいかにして適切な関係性に維持しているのか？
- 細胞を糊でまとめているのか、それとも織り込んでいるのか？
- 進化の答えは：
- **両方！**
- 細胞外基質 (ECM) は、コロイド状の糊の中にある織り込まれた纖維である。
- 筋膜システムは私たちの

‘メタ膜’

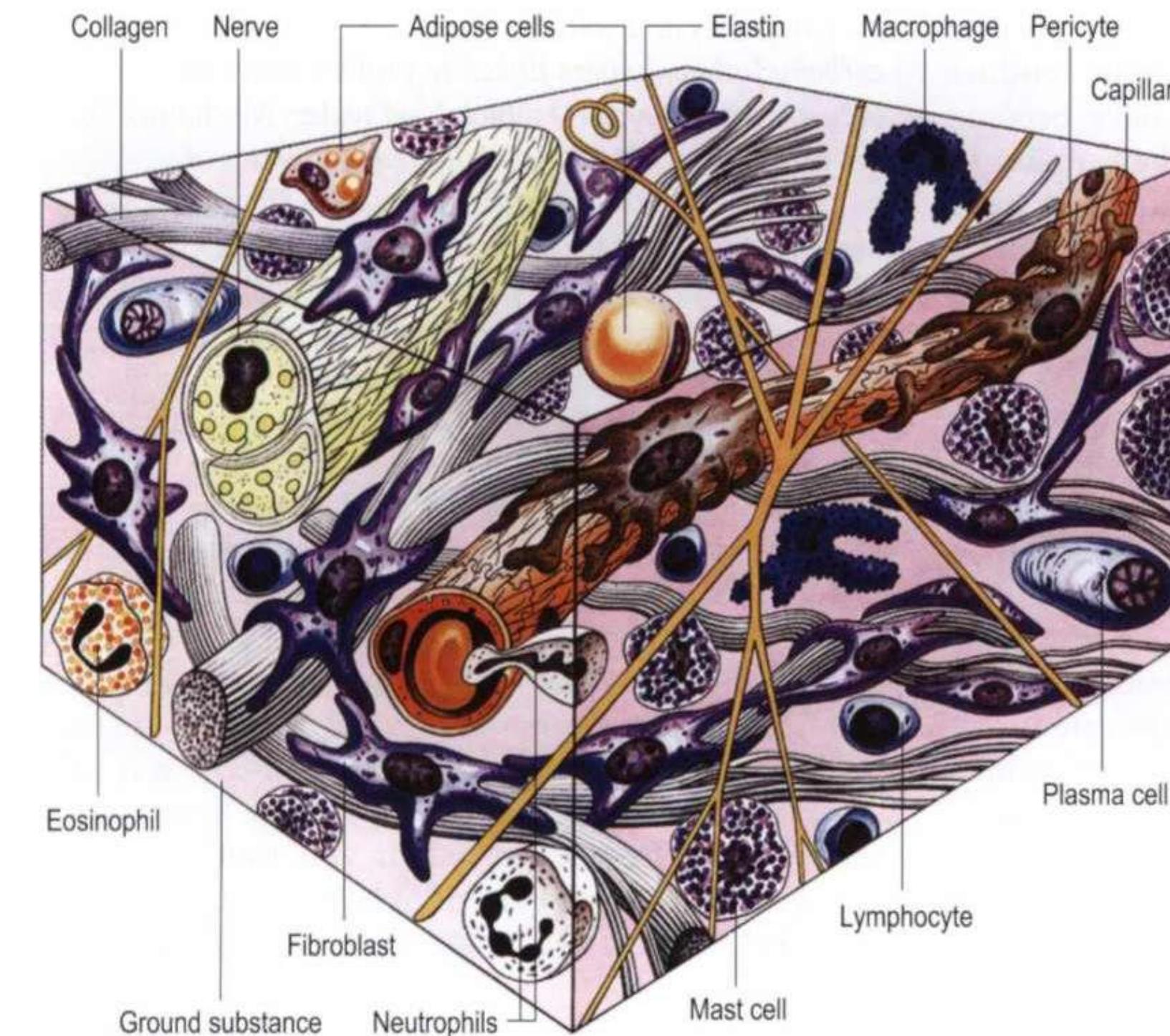
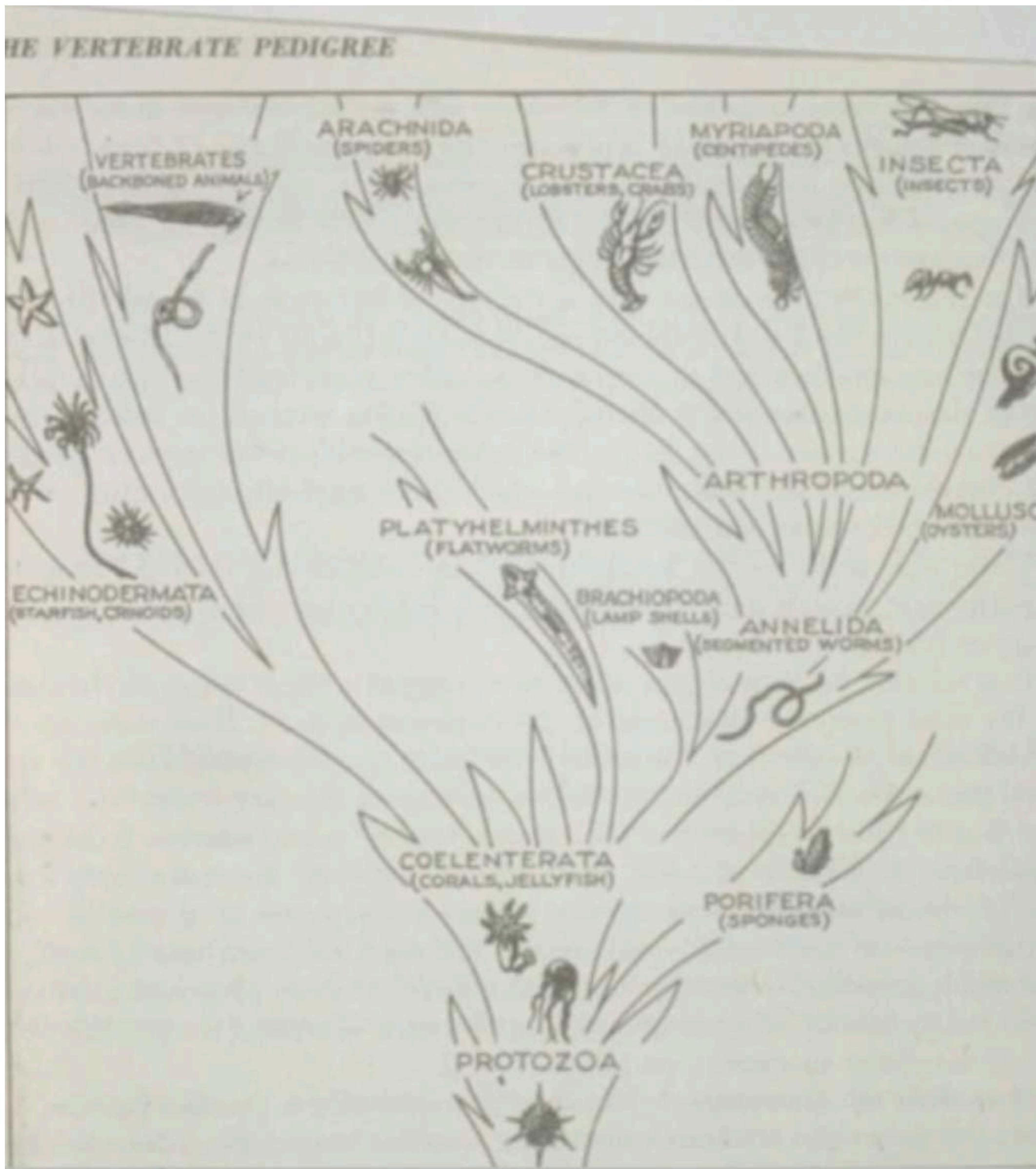
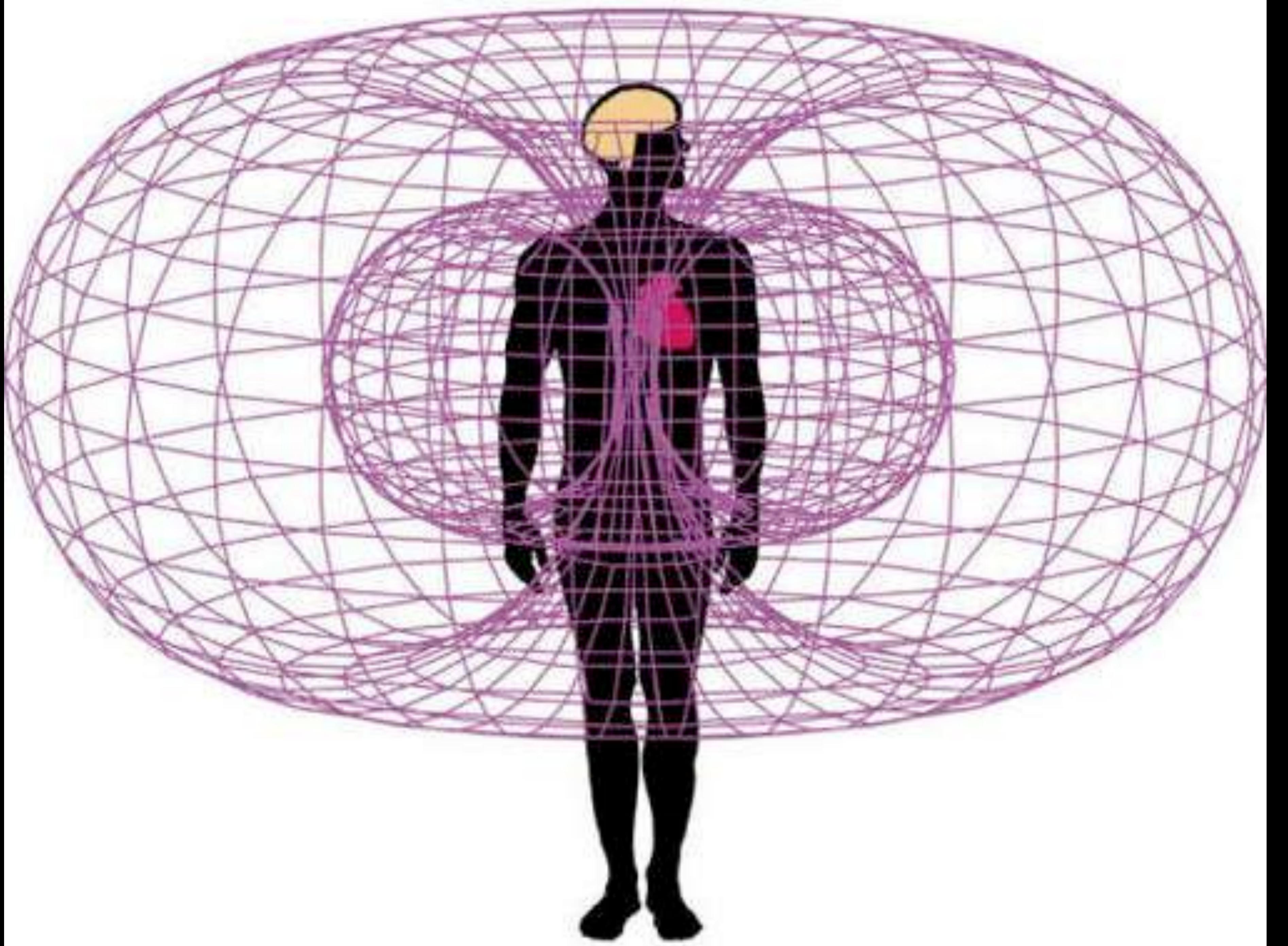


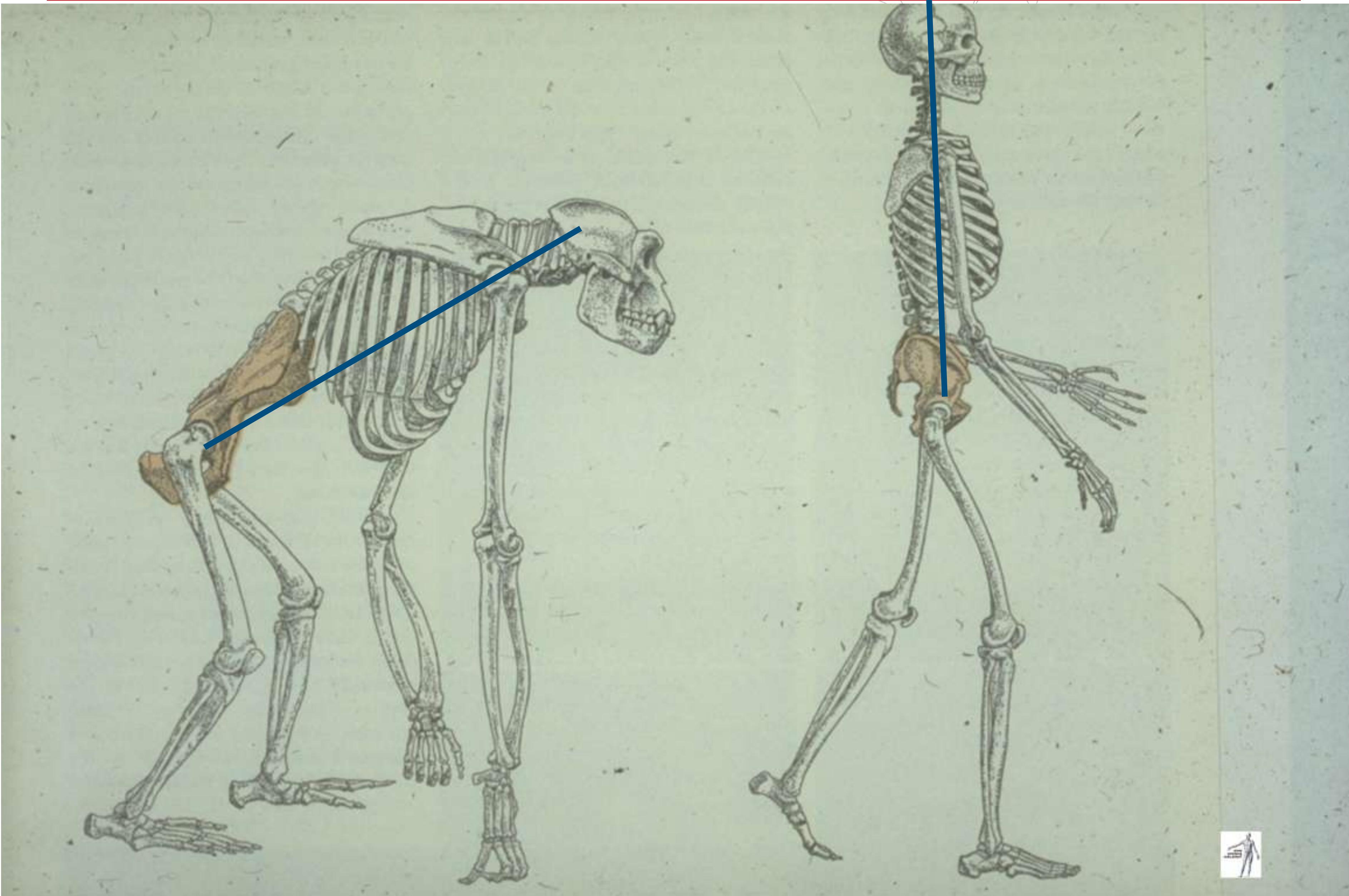
Fig. 1.3 All the connective tissue varying concentrations of cells, interfibrillar ground substance (proteoaminoglycans). (Reproduced with kind permission from Williams ...)

私達の家系図

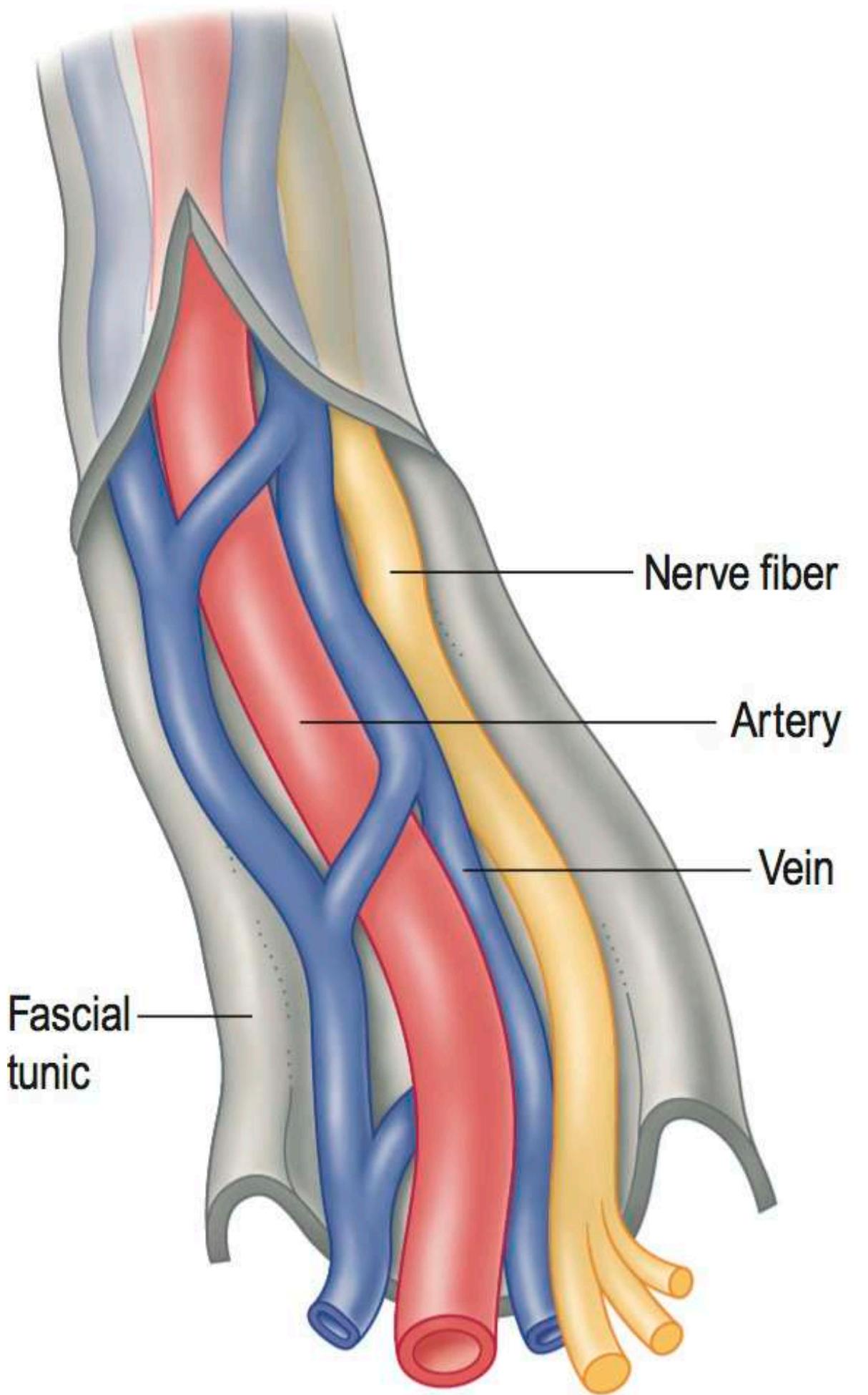
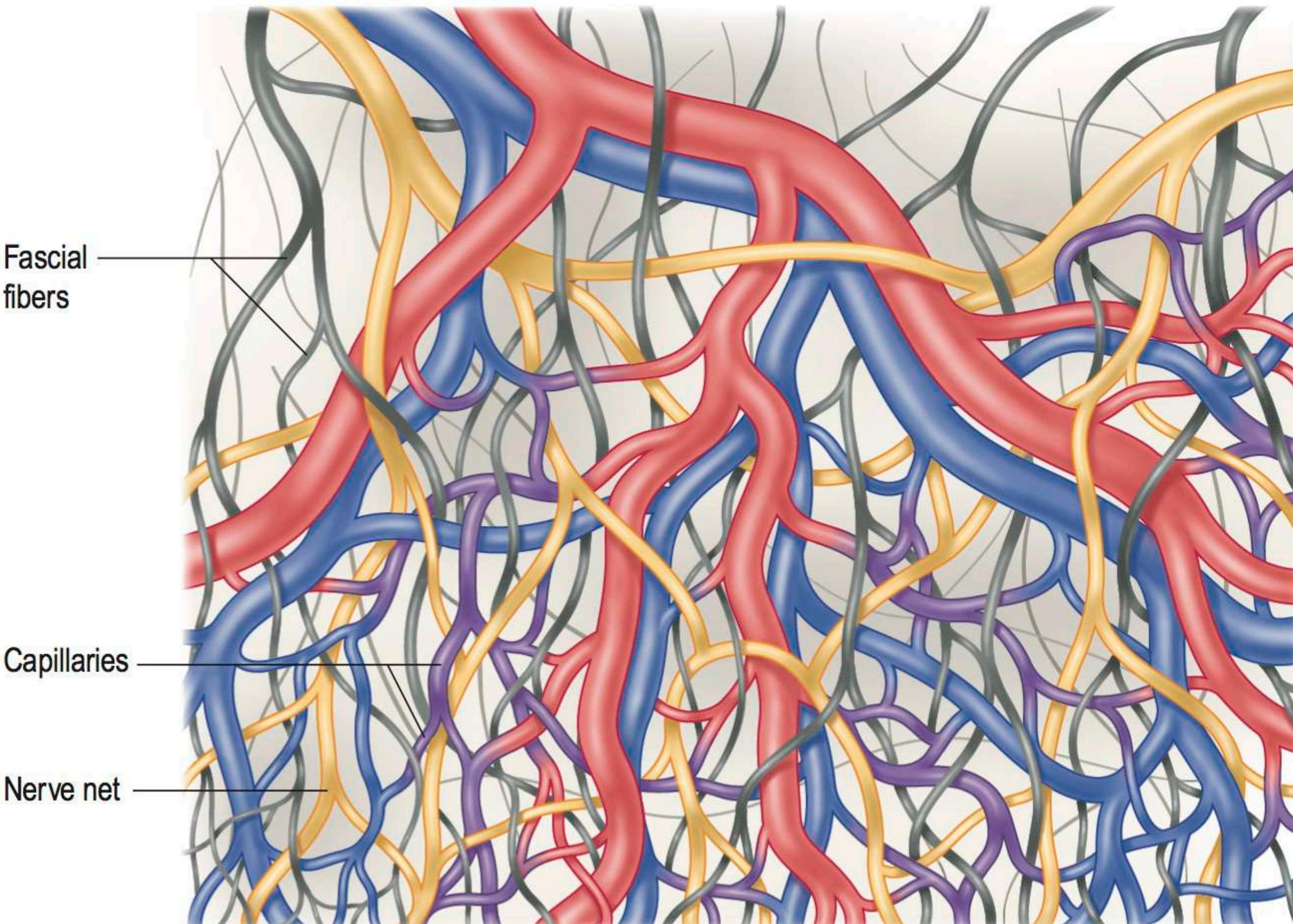




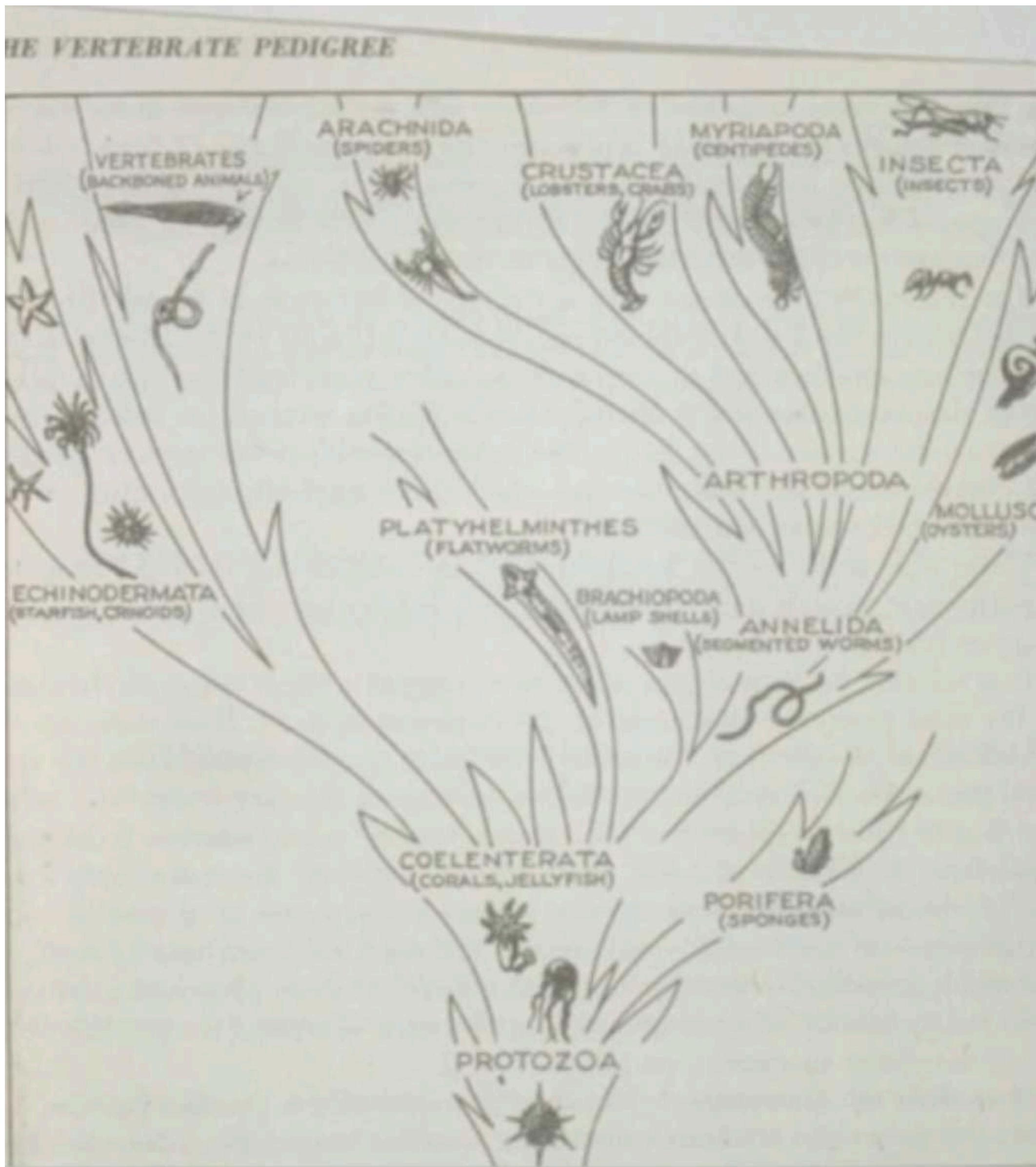
線状の組織化



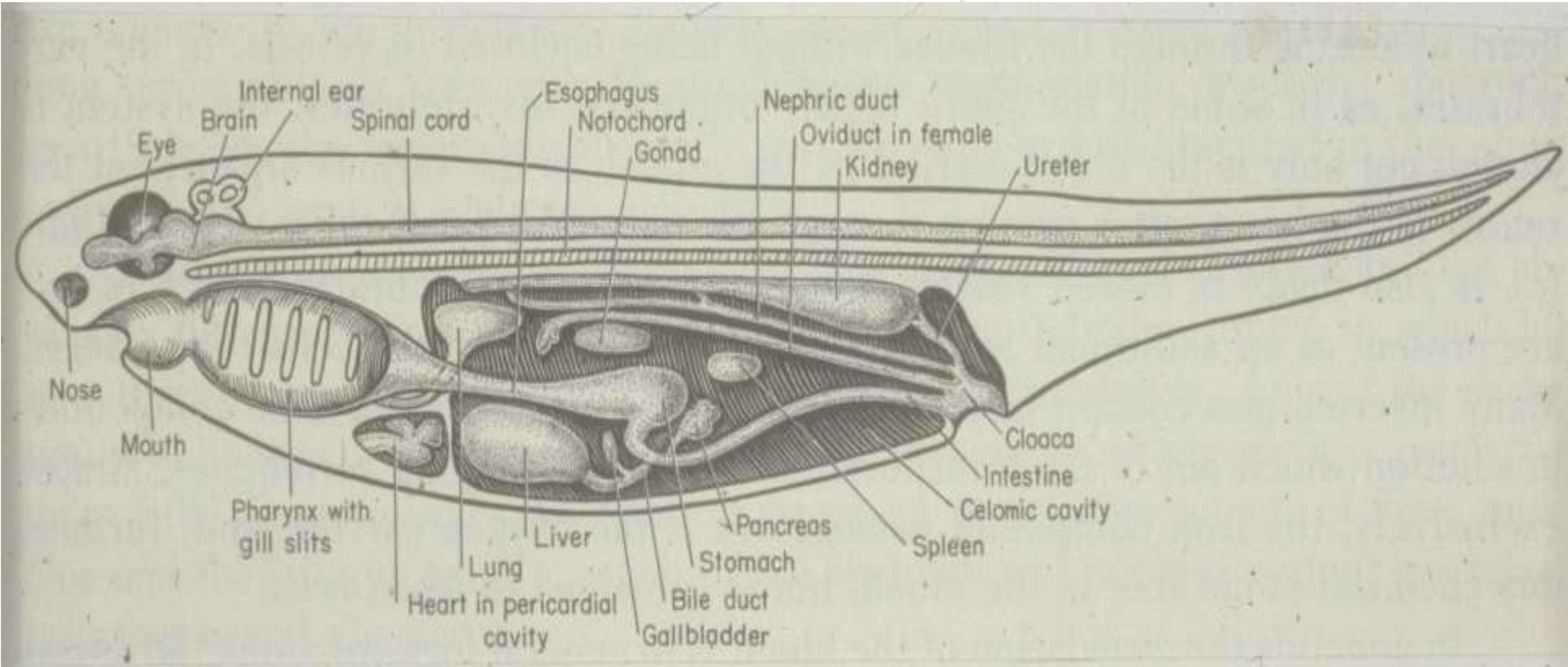
絡み合っているシステム


A

B

私達の家系図



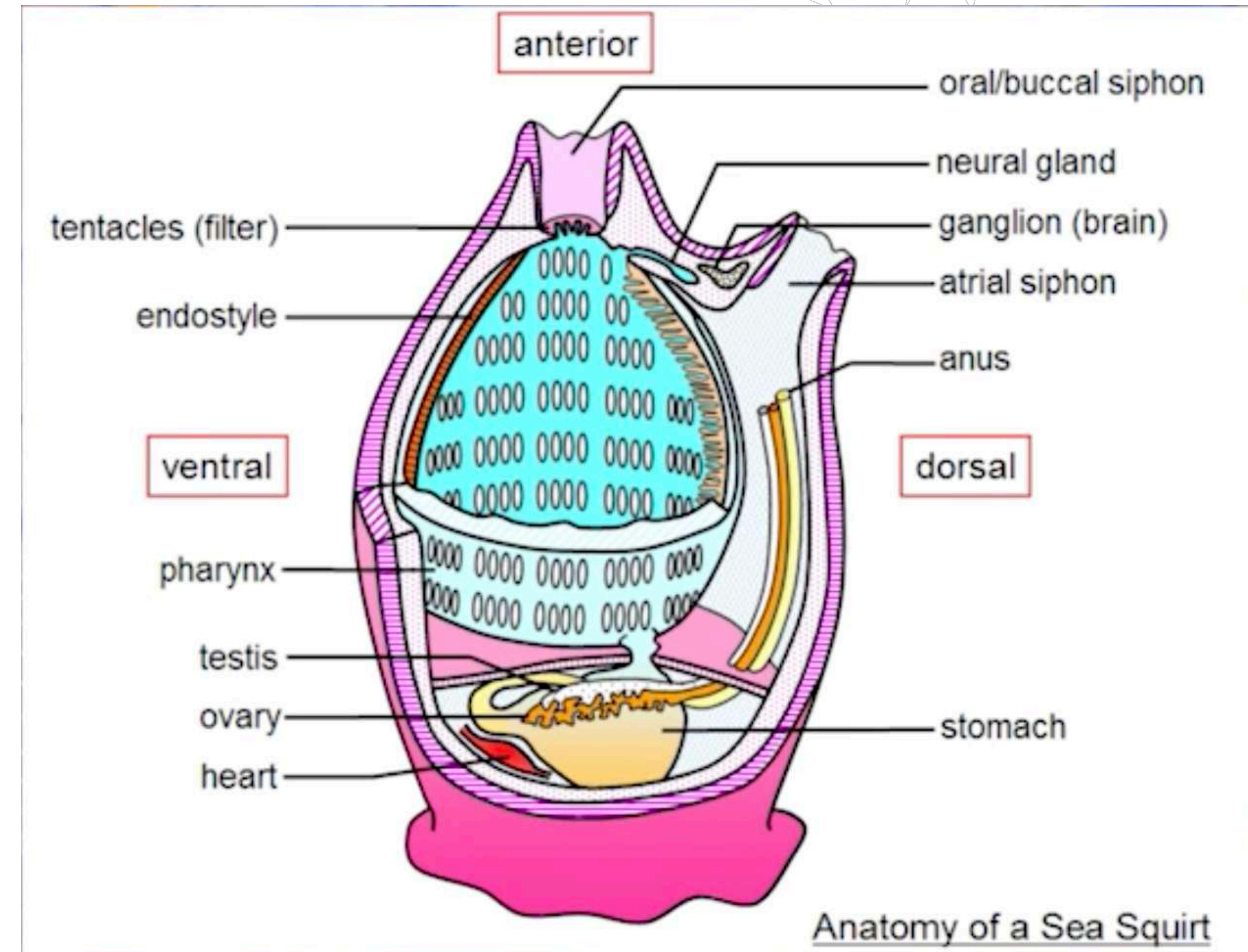
脊椎動物の身体計画



被囊類動物 - 原始の脊椎動物

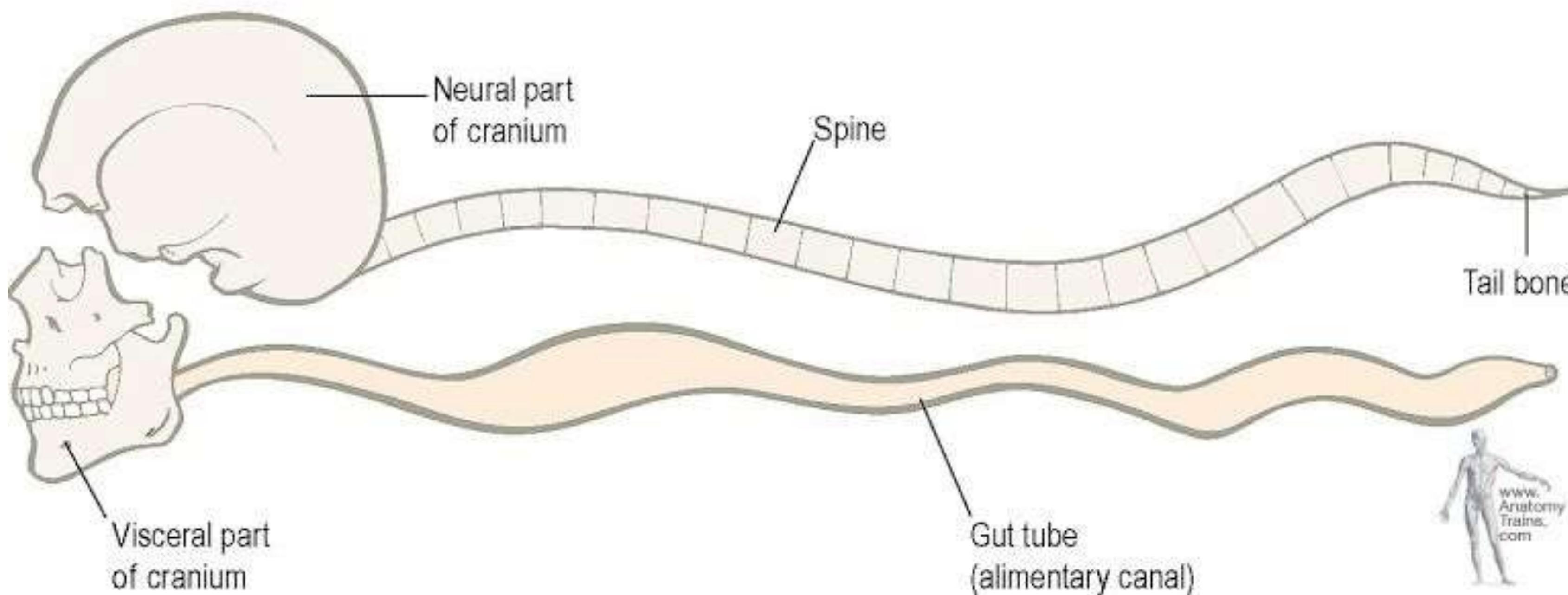
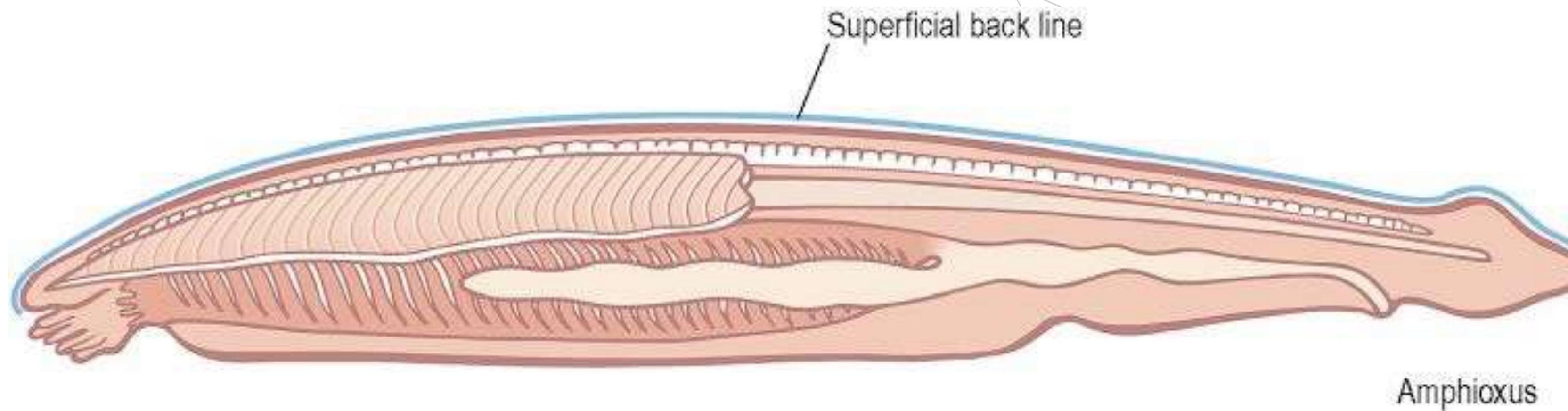


固着性の我々全ての母





原始の魚&人間

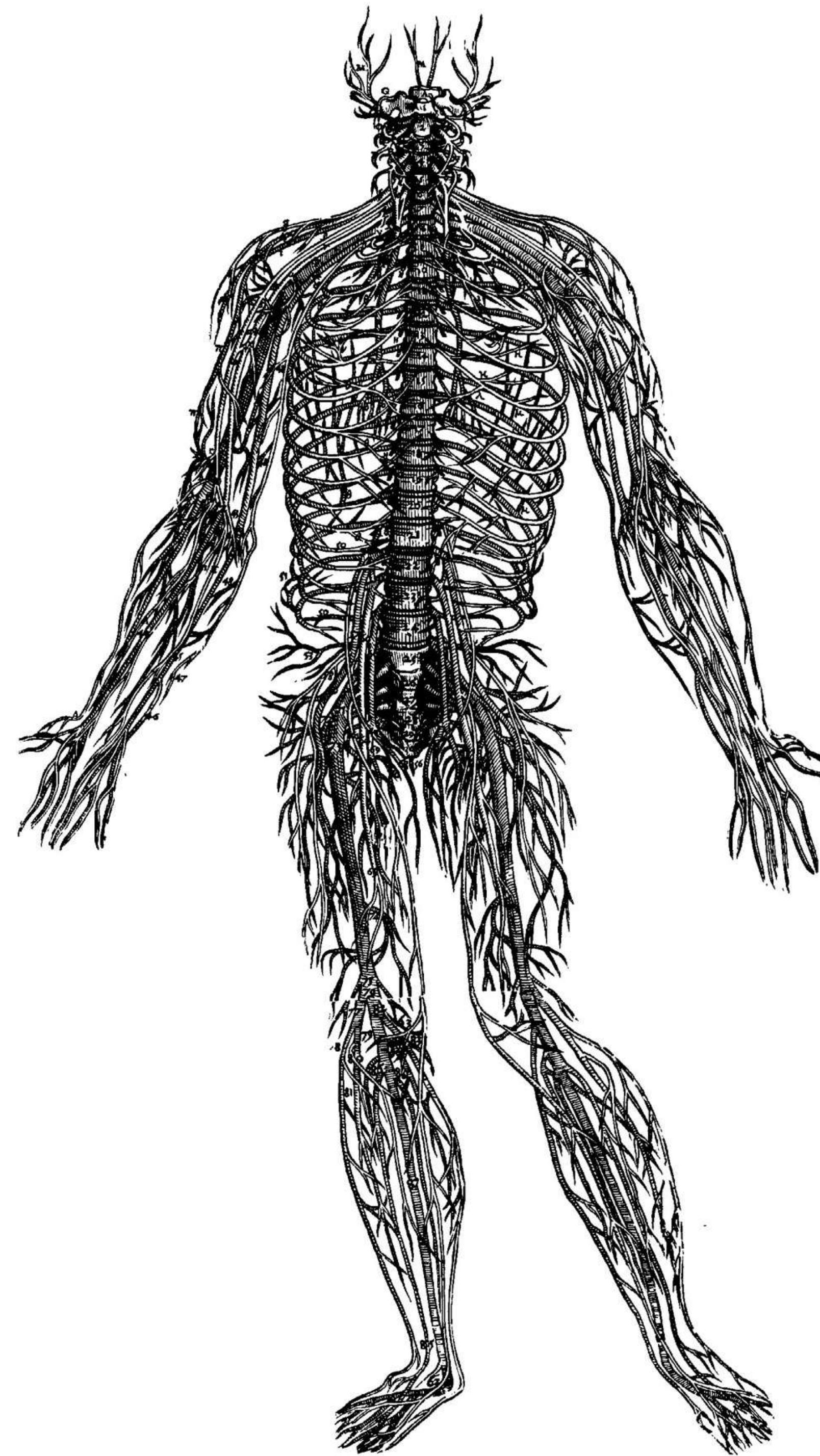




神経系

身体のアラーム時計として働く全身に拡がる合胞体

その役割は、そこにある世界を刺激し運動反応を引き起こすこと

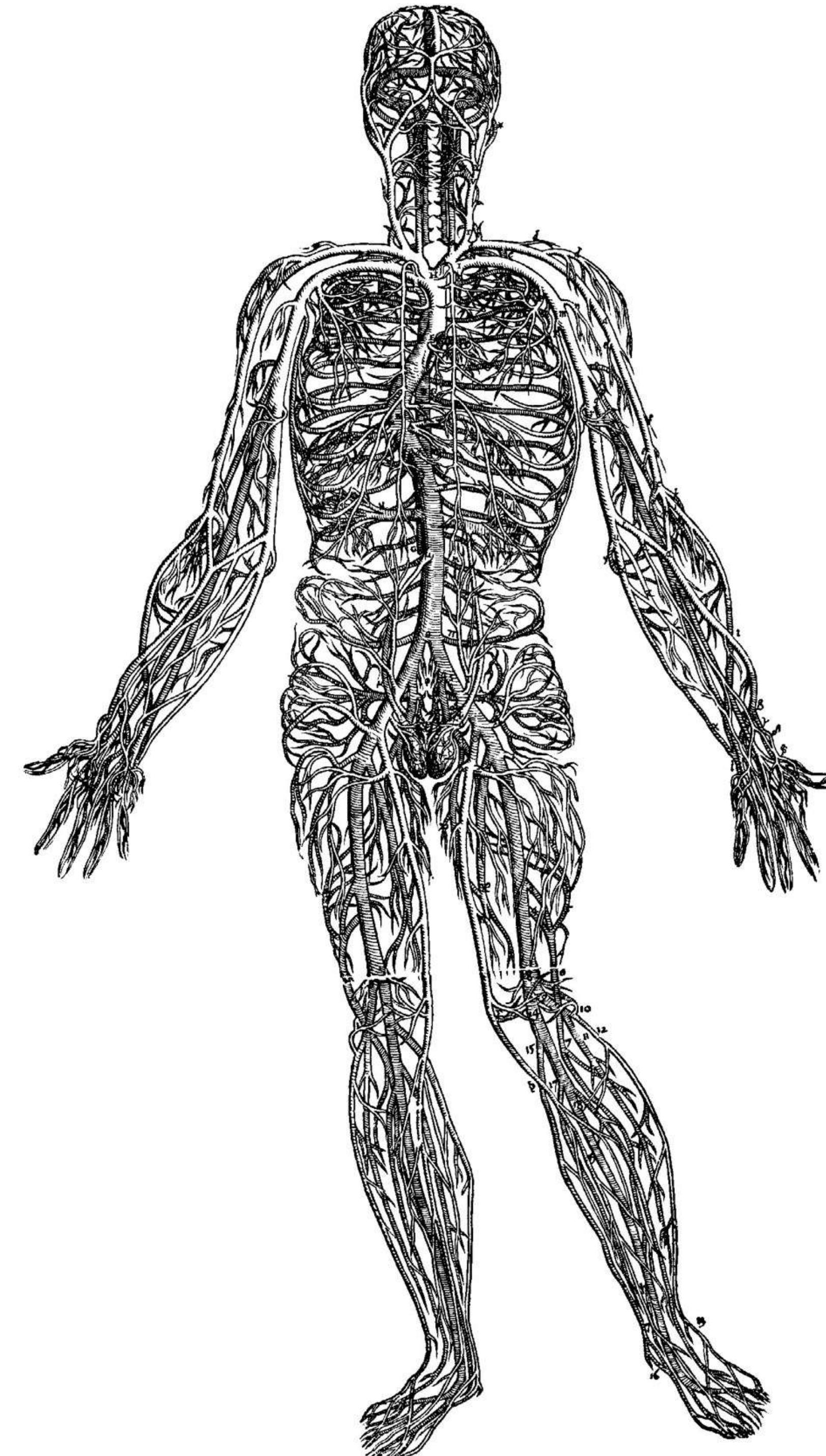




循環／体液系は下記を含む：

- 血液
- リンパ液
- 脳脊髄液

そして血管を補強する
すべての上皮細胞





ANATOMY TRAINS

繊維／糊のネット

細胞外基質と それをサポートする細胞：

纖維芽細胞

骨細胞

マスト細胞



全システムコミュニケーター と‘意識’セオリー

チューブ状のネットワーク & 情報

神経

バイナリー

(暗号化されたメッセージ)

秒

血管

ケミカル

(液体媒体内)

分 / 時間

纖維

メカニカル

(張力 / 圧縮)

日 / 月

戦略的

時間

感情的

物質

信念体系

空間



ANATOMY
TRAIN[®]