

松本孝一 マツモトコウイチ

養生アーティスト／空手家／ mixs.創始者

mixs.とは、身体の仕組みを使うこと（養生）から身体の力を引き出し（養生の力）、様々な疾患からの復活、病になっても治りやすい真の予防を具現化する現代の養生空間を言う。

生きる根源、呼吸をベースに自ら治ろうと発する力を引き出す指導空間 mixs.は、パーキンソン、パニック症、統合失調症、線維筋痛症など難病疾患の改善にも驚異的な効果をあげ、全国で開催するセミナーは現代医療からも大きな注目を集めている。

医師、治療家をはじめアスリート、世界的に活躍するミュージシャン、クラシックの指揮者など、海外から他ジャンルのプロフェッショナルも受講に訪れている。

深い呼吸は、豊富な酸素を取り入れ力のある血液をつくり、正しい姿勢は、血流はじめ生きる為に不可欠な身体本来の流れを促す。

これら人間が元々持っている力を引き出すには、日々の生活の中で身体の仕組みを使ってこそ発揮されるもの、自発治癒力の理念を実践指導している。

mixs. URL

<https://www.mixs.jp>