

集中治療を受けて

十月二十八日 田頭 寛之

世界には二種類の間がある。それは、股関節が完璧な人間と、そうでない人間だ。

私は、十月十七日、北陸の地、福井にある山内整骨院の門を叩いた。それは、完璧な股関節を手に入れる為だ。今までの自分は体が固く、開脚は不様な姿だった。

初日に行ったのは、自分自身の体にズレがあるのを確認した。股関節と肩関節にそれぞれ1 cmのズレがあった。その後、整復を行ってもらったとズレが治った。まさに神業である。

二日目以降は、サンドバックの蹴り込みと開脚の繰り返しである。当初は蹴り込みも膝の高さが上がってこなかった。しかし三日目四日目と日を重ねていくと次第にサンドバックも強く蹴ることができてきた。開脚はぐんぐん開き座布団の枚数も、一枚、また一枚と減っていった。

そして五日目。整復後、初めてのネットピッチングを行った。するとどうだろう。左足は高く上がり、踏み出す幅は明らかに広がった。別人である。カメラに撮ってもらい確認すると、下半身中心で投げるために、リリースポイントも30 cm近く前で離すという思わぬ副産物もついてきた。周囲も、投手出身ではないのか？とも言われ、投げることにコンプレックスを感じていた自分は有頂天になった。それからというもの、日々のトレーニングの効果が明確になりモチベーションも上がっていった。

そして十日も過ぎた頃。もう一度写真撮りをした。人生で初めて股割りでおどこがついた。十日前と別人である。立ち姿も胸が張れて凜としていた。間違いなく私は変わると、確信した瞬間だった。ここまで驚きの連続であった。

そして、総仕上げとしてスクワットを行った。広がって余裕のある股関節を締める作業である。スクワットというと私自身もこれまでに行っており130 kgぐらい上げていた。しかし、翌日には腰の筋肉痛で動けなかった。骨盤後傾が原因とのことだった。それと比べてこちらで行ったスクワットは骨盤前傾を念頭に置くため、ハムストリングス、臀部への刺激が以前とは比べるまでもなく、腰には全く負担がかからなかった。開脚で広がった可動域を締めて強化する。目からウロコであった。

これから私は来年の九月の試験の為に練習をしていくが、体に関しての悩みはなくなったと言っていい。肩の強さ、足の速さは、完璧な股関節によって全て解決するのである。あとは私がいかに技術を身につけるかに懸かっている。残り十ヶ月。目標達成のために精進していきます。股関節理論によって私の人生は良い方向へ進んでいっています。十二日間本当に、有難うございました。