

部活は引退したけど、
高校でも部活で活躍したい

やればできる！中学生

もっとうまくなりたい!!

必見!

第一弾!

スポーツメンタルトレーニング講習会

～効果的な目標設定法を学ぼう～

スポーツのみならず**学習面**でも活用可能!

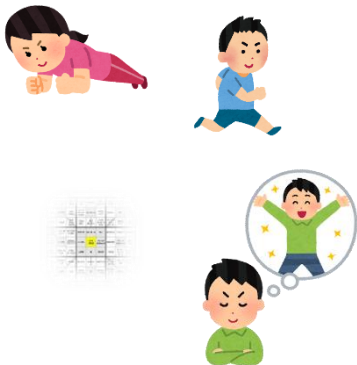
日時 **9月26日(土) 13～15時**

場所 **見附市 市民武道館剣道場**

～内容～

○第一弾 「**スポーツメンタルトレーニング**」

★**トップアスリート**や**大企業**などでも実践しているトレーニングです。部活動時だけでなく、受験など**学習面**でも大いに効果を期待できます! **学習成績**を **up** させたい方にもオススメ!スポーツ・学習面の両面において、成果を出すためには**効果的な目標設定**が大切です!



～講師紹介～

山本 潤 先生

～経歴など～

- ・原田教育研究所認定スポーツメンタルトレーナー
- ・競泳選手 河本耕平 専属トレーナー
- ・中越高校野球部トレーナー
- ・中越高校陸上競技部 トレーナー
- ・長岡商業高校女子バレーボール部 フィジカル&メンタルトレーナー
- ・帝京長岡高校男子バスケットボール部 フィジカル&メンタルトレーナー など



場 所 市民武道館 剣道場
対 象 中学生、その指導者・先生・外部顧問、保護者など
定 員 35 名 (先着順)
参 加 料 500 円/1 回 (参加初日の受付時に納入願います)
申込方法 裏面申込書に必要事項を記載のうえ、9月15日(火)までに持参・FAX・メールで総合型事務局まで
そ の 他 ・当日撮影した写真はクラブの広報目的で使用する場合があります。
・頂いた個人情報は本講習会の運営と新型コロナウイルス感染症の感染対策以外の用途には使用いたしません。
・当日、体調が優れない場合は参加をご遠慮いただきますようお願いいたします。

★第二弾 「トレーニング・ストレッチ講習会」… 11月28日(土) 13～15時 総合体育館!
↑申込開始は10月初旬を予定

【お申込み・お問い合わせ先】

NPO 法人見附市総合型地域スポーツクラブ (窓口受付時間 9時～17時30分 平日のみ)
〒954-0034 見附市月見台 1-9-1 見附市総合体育館内
TEL 0258-62-3661 FAX 0258-62-1000 メール mikespo2008@gmail.com

スポーツメンタルトレーニング講習会参加申込書（兼 FAX 送信票）

《個人用》

参加者氏名		学年 (指導者等は年齢)		性別	
スポーツ種目					
住所		連絡先 TEL			

《団体・チーム用》

団体名				スポーツ 種目	
申込責任者				連絡先 TEL	
No.	参加者氏名	学年 (指導者等 は年齢)	性別	住所	連絡先
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					

※新型コロナウイルス感染症の感染対策のために、個人情報を提供することに同意します。

FAX 0258-62-1000 NPO 法人見附市総合型地域スポーツクラブ 行
メール mikespo2008@gmail.com