

指導者のための メンタルトレーニング

東海大学 体育学部
教授 高妻 容一



日本スポーツ心理学会認定
スポーツメンタルトレーニング上級指導士

1994年から2001年まで日本オリンピック委員会メンタルマネジメント研究班員として活躍。現在は、オリンピック選手をはじめプロスポーツ選手、学校部活動など幅広いアスリートに対してメンタルトレーニングの指導にあたる。

内容



コーチが体験する**選手用**メンタルトレーニング



現場で使える、**実践例**の紹介

対象

県内スポーツ指導者・サポートスタッフ・指導者を志す方

定員**80名**

参加無料

日程

2月26日(日) 9:00~16:30

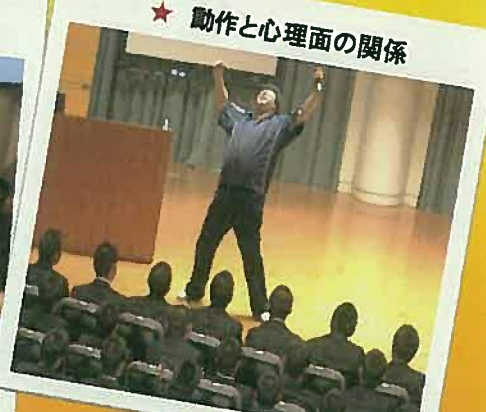
会場: 山口県セミナーパーク 大研修室



★ ペアで気持ちを高めるテクニック



★ セルフコントロール方法の実技



★ 動作と心理面の関係

【お申込み・お問合せ】

公益財団法人山口県体育協会
やまぐちスポーツ医・科学サポートセンター
〒753-8501 山口市滝町1-1 山口県政資料館2階

やまぐちスポーツ医・科学サポートセンター

検索

TEL : 083-933-4697 FAX : 083-933-4699
URL : <http://www.yamaguchi-ikagaku.jp>