

「勝負を決めるのは、準備。」

中でも気持ちの準備以上のものはない」

By 本田圭佑

親子、友人と実践！

スポーツメンタル トレーニング講座

9/22

🕒 14:00～17:00

各15組 30名様

お1人様でも
お申込みできます

第1部

14:00～15:00

「夢を現実に変えるために」

対象者：小学生アスリート(10歳以上)と保護者様

第2部

15:30～17:00

「心のブレーキを外し、
競技力を高めるために」

対象者：中・高生アスリートと指導者様

講座参加費用

高校生以下	1500円
大人	2000円
親子割	3000円
友人割	1250円/人

*友人割は中高生のみの適用となります

場所

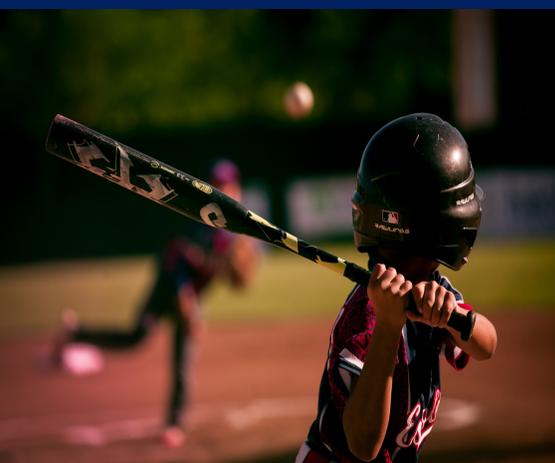
パレット鳥取

鳥取県鳥取市弥生町323-1

【ご予約方法】

左のQRコードを読み取り▶
必要事項入力▶送信▶

追って担当者から返信致します



トップアスリートも実践！

能力
up

スポーツメンタルトレーニング講座

保護者歓迎

指導者歓迎

実践的！

9月22日（日）

14:00～17:00

実践しやすい！結果を出す基本メソッド

第1部 14:00～15:00 【小学生アスリート・保護者様向け】

お子さんと一緒に家庭でも実践！

競技力を上げるためのメンタルトレーニング

第2部 15:30～17:00 【中・高アスリート・指導者様向け】

自分が望む結果を出すことを諦めていませんか？

出したい結果を出すためのメンタルトレーニング

* 講師紹介 *



小泉 隆裕

【略歴】

東海大学大学院体育学研究科修士課程修了

【現在の活動】

Y.S.C.C.フットサルにてメンタルトレーナーとして活躍する傍らアスリートや指導者、保護者等にスポーツ心理学及び応用心理学を基としたスポーツメンタルトレーニングを実践している。

●お問合せ

Cheer Dreamers !

Mail:cheerdreamers@gmail.com

Tell:080-1904-1952 代表 (渡邊)



<後援>

新日本海新聞社、Tottori Mama's