

まつやまスポーツセミナー2010

「本番に強くなる」

～ あなたは実力の何パーセントぐらいを本番で発揮していますか！ ～

1. 主催 財団法人松山市体育協会
2. 後援 愛媛新聞社 NHK松山放送局 南海放送 テレビ愛媛 あいテレビ
愛媛朝日テレビ 愛媛CATV
3. 趣旨 指導者として、より専門的な知識を習得し、選手のレベルアップを図る。
4. 日時 平成22年3月7日(日) 9:30～12:30
9:30～受付 10:00～12:30 講演
5. 会場 松山市青少年センター 大ホール(松山市築山町12-33 943-3346)
6. 講師 白石 豊 先生(福島大学人間発達文化学類教授)
7. 演題 『本番に強くなる』
8. 内容 (1)ゾーンやフローを求めて
(2)プレッシャー克服法
(3)感情コントロールのテクニック
(4)自信を育てるメンタルトレーニング
9. 参加料 無料
10. 対象者 指導者及び中学生以上の選手
11. 定員 150人(定員に到達次第締め切ります。)
12. 申込み 平成22年2月26日(金)までに、別紙申込書にてFAXでお申し込み
ください。

財団法人松山市体育協会 TEL 089-968-6660 FAX 089-968-7770

まつやまスポーツセミナー2010参加申込書

団体名 _____

連絡先 _____

NO	氏名	年齢	住所
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			

FAX番号 089 - 968 - 7770 (財団法人松山市体育協会 宛)