

第 18 回 メンタルトレーニングセミナー開催のお知らせ。

今年も県スポーツ協会のご支援のもと、強化策の一端として東海大学の 宍戸 渉 先生（東海大学スポーツサポート研究会・メンタルトレーニング部門担当）を講師にお招きして「第 18 回メンタルトレーニングセミナー」を開催致します。宍戸先生は高妻先生に師事され、多くの研究・指導に携わっておりです。指導対象も小学生から指導者まで幅広く、またバスケットから乗馬・ホッケーまでと様々な分野にわたって指導されていますので、いろいろな角度からご指導いただけます。個人のメンタル面は年齢や経験によってどんどん変わっていくものなので、一度受講したから充分というものではありません。続けて受講し、日常生活の中で実践してこそ徐々に効果がでます。多彩な活動をされている宍戸先生からの最新の情報を手に入れ、選手はもちろん日頃選手と接している指導者・保護者の方々にも是非一緒に参加いただき今後の活動の中に生かしていただきたいと思います。

栃木県テニス協会 一貫指導委員会
委員長 吉羽 清美

記

日 時：令和 7 年 10 月 11 日(土) 午前 8 時 30 分～午後 5 時まで(終日)

I 部：8：30～12：30 講義 II 部：13：30～17：00 実技指導、質疑応答

会 場：栃木県立宇都宮工業高等学校(1F 会議室) (宇都宮市雀宮町 52 番地)・駐車場有
問い合わせは窓口のロイヤルテニスクラブの青柳までお願いします

特別企画：参加者全員に「スポーツ心理テスト」を実施します。(筆記用具を忘れずご持参ください)
自分のメンタルレベルを確認しましょう。

定 員：先着 50 名 ※定員になり次第締め切り

参加条件：① 小学 6 年生以上のジュニア選手

② 指導者

③ 一般（選手、保護者等）

内 容：映像と実技によるメンタルトレーニングの基礎
初級～中級程度の内容でお話しいたします。

受講費用：Jr 強化指定選手 500 円 ,一般 Jr1,000 円
一般成人 2,000 円

【費用は当日払いです】【昼食はご持参ください】



【 前回の風景 】

申込方法：1. 申込書を持参または郵送にて下記申込先にお申込みください。
2. 参加費は当日払い。クラブ単位等の申し込みは団体ごとにご纏めてお支払いください。
3. 研修ポイントが必要な方は必ず申込書に指導者番号を記入ください。

申込〆切：令和 7 年 9 月 20 日 (土)18 時。

※締切日以降のキャンセルは理由の如何にかかわらず参加費用をお支払いいただきます。

ポイント：本セミナーは JTA および JPTA 資格保持者の研修ポイント付与対象事業になります。

(JTA ポイントは→1 日 1P / JPTA ポイントは→1 日 2P です。)

当日は床に寝転んだりする事もあるので、運動着を着用のうえご来場下さい。

オンコートでの講習もありますので、テニスのできる用意をしてきてください

申 込 先：メンタルトレーニング受付窓口(ロイヤル TC 内)

ご質問等は青柳まで 電話 0285-53-2501

〒329-0502 下野市下古山 3313 Email royaltc1980@royaltc.com (月曜定休)

第 18 回 メンタルトレーニングセミナー申込書

第 18 回 メンタルトレーニングセミナーに申し込みします。

◎参加者がジュニアの場合は【※印】も記入下さい。

2025 年 年 月 日

申込者区分 (該当を○で囲む)	① 強化指定選手 ② ジュニア ③ 成人(含指導者)	性別 男・女
(ふりがな) 参加者氏名	年齢 才	
参加者住所	〒	
	電話 ()	
所属クラブ名 (または職業)		
※ 学校名・学年	学校 年	
※ 保護者名	印	

☆ JTA・JPTA の研修ポイント付与申請欄 (資格所有者のみ記載)		資格の登録番号
日本テニス協会資格名称	資格名称	登録番号
日本プロテニス協会資格	資格名称	登録番号

◆参加費額確認表(該当を○で囲んで下さい。)

申込者区分	ジュニア		成人(指導者を含む)	
	① 強化指定選手	② 一般ジュニア	半日	全日
参加費合計	500 円	1,000 円	1,000 円	2,000 円

※クラブ指導者もしくは代表者で 5 名以上引率する場合は受講料が全額免除します。

※参加費用には、スポーツ心理テスト費用、資料代が含まれています。

※ 〆切後のキャンセルや辞退は、理由を問わず参加費納入いただきますのでご了承下さい。

※JTA のポイント取得には 1 日 6 時間以上の受講が必須条件になっています。

※申込先：〒329-0502 下野市下古山 3313 ロイヤルテニスクラブ宛 (月曜定休)

☎ 0285-53-2501