

第17回 メンタルトレーニングセミナー（オンコート）開催のお知らせ。

9月に東海大学の 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16回メンタルトレーニングセミナー」を行いました。今年度第2回目となるメンタルトレーニングセミナーを開催致します。前回は講義が中心でしたが今回は試合の場面でどのように考え、振る舞えばよいか、オンコートでのセミナーになります。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、選手はもちろん指導者・保護者の方々には今後の活動の中で生かしていただきたいと思ひます。

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6年12月7日(土) 午前9時00分～午後4時

講習、オンコートでの実技指導、質疑応答

会 場：栃木県立宇都宮工業高等学校(1F 会議室、テニスコート) (砂入り人工芝)

(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

定 員：30名

参加条件：メンタルトレーニングセミナー受講経験者

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：実際の場面におけるメンタルトレーニング
初級～中級程度の内容での講習になります。

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纏めてお支払いください。

申込〆切：令和6年11月30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。

オンコートでの講習なのでラケット等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 royal.tc@nifty.com (月曜定休)