

メントレシリーズ・第2回テーマ「集中力アップ」講座

＜集中力とはなにか？意外と間違っている集中の方法！

実践的に集中力アップのプログラムを公開＞

拝啓

時下ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。日頃は当協会の活動をご理解・ご協力頂き誠にありがとうございます。さて、今回札幌エルプラザにてメントレ講座を開催する運びになりました。さて、最近スポーツ現場でピンチになると必ず飛び交う言葉が「集中しろ！」この言葉に反応した選手はなぜか動けなくなります。動けなくなるのには理由があります。ほんとうの意味で「集中」できた選手のパフォーマンスは素晴らしく、感動さえ覚えます！しかし、練習で集中力を高めるトレーニングをしていない選手が、試合で突然「集中」という言葉を投げかけられた時にどうなるでしょう？ほとんどの選手は「夢中」になります。「集中」と「夢中」の違いは大きな違いがあります。この違いを知るか知らないかでパフォーマンスは大きく変わってきます。この機会にほんとうの意味での「集中力アップ」するために何が必要なのか？この講座で学んで行きます。スポーツ意外にも学校の授業や仕事の職場などいろんな現場で役立つ講座です。お時間がありましたらぜひこの機会に参加して、疑問を解決して行きましょう！知ると知らないでは大きな差が出ます！！ つきましては、下記をご参照下さい。

敬具

主 催	NP0 法人メントレパフォーマンスコーチング協会
日 時	2013年3月16日（土）10:00～11:30
会 場	札幌市男女共同参画センター：札幌エルプラザ4F 大研修室B (札幌市北区北8条西3丁目 札幌駅北口地下通路12番出口直結)
講 師	副島 昇 (調体研究所 所長)
定 員	30名 (定員になり次第締切)
参 加 費	一般 2,000円 (会員入会者 1,000円) 高校・大学生 500円 ※当日受付にて支払い
対 象	中学、高校、大学、各チームの指導者及び選手
内 容	メントレ講座 (集中力アップの為に何をすべきか) ※筆記用具をご持参下さい！ ビデオ撮影はご遠慮願います。
申 込 方 法	申込用紙に必要事項をご記入の上、上記参照の上お申込を FAXまたは郵送でお願い致します。(定員になり次第締切)

〒065-0023 札幌市東区北23条東17丁目1-17

NP0 法人メントレパフォーマンスコーチング協会

TEL : 090-3775-2805 (川瀬) FAX : 011-787-2581

Eメール kawase@ads-sapporo.co.jp

ホームページ www.npo-mpca.com

《 メントレシリーズ 第1回目 申込用紙 》

所属名		競技種目	
住所			
T E L		F A X	
参加者氏名		E - M A I L	

◆ 副島昇（そえじまのぼる）氏プロフィール

1948年生まれ佐賀県出身。

日本大学在学中よりYMCAにて青少年社会体育を学び、地域社会体育活動20年を経て1994年「有限会社調体研究所」設立。

数々の特許商品を開発・販売の傍ら、スポーツ業界及び企業での「メントレ」指導が話題を呼び、数々の功績を残す。※「メントレ」は氏の登録商標です。

[略歴]

1990年登録商標「調体」を提唱、8ミリビデオによるスポーツフォーム解析（バイオメカニクス解析）を開始、プロ野球・プロゴルフ・

プロテニス界の有名選手を数多く指導する。

1991年ドイツケルン大学にて調体理論をバイオメカニクスの分野で発表、注目を浴びる。

1992年高校硬式野球をメンタルトレーニング（メントレ）と合わせチーム契約し、数多くの有名高校の甲子園出場をサポートする。

1993年SAJオリンピックナショナルチームエアリアル種目を指導。関節可動域測定装置スタンサー（国際特許）を開発、以後スキー・スノーボードのナショナルチーム選手を数多く指導する。

// 東東京代表修徳高等学校の地区大会をサポートし、見事甲子園出場を果たす。

2002年ソルトレイク冬季オリンピックスノーボード女子ハーフパイプ代表選手専任コーチを務める。（メントレ契約）

協 賛

(有)ADS 札幌

(株)グローバルベイスック

(株)北国生活社