

『最後は気持ちだ!』

(心・技・体) メンタルトレーニングで
ベストパフォーマンス!!

✓ 対象は中学生以上の方

✓ 保護者・指導者・教員也大歓迎

✓ 参加無料

勝つために必要なのは
技術だけじゃない。
心を鍛えることで、
君の力はもっと伸びる!

【講師】 宍戸 渉 氏

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

駿河台大学スポーツ科学部講師



申込・詳細は
こちら

開催日：8月11日（山の日）

場 所：二本松しんきん城山プール

時 間：午前9時～正午

《問い合わせ先》

二本松市教育委員会生涯学習課スポーツ推進係

TEL：0243-62-7067

Eメール：spo-suishin@city.nihonmatsu.lg.jp

