

2009年7月吉日

主催 コトハナクラブ

コトハナクラブ オープンセミナーのご案内

拝啓 大暑の候、コトハナ卒業生の皆様にはお元気でご活躍のこととお慶び申し上げます。

さて、2009年度コトハナクラブ主催オープンセミナー第三弾を開催致します。

今回は、「残像メンタルトレーニング入門」というテーマでお話を頂きます。

ピンチに追い込まれた時に過度の緊張から「リラックス」ができずに失敗してしまった。また、“こー一番だ！”という時に「集中力」を欠き、持てる力を出し切れなかった。これらはビジネスや学習、スポーツなどの場面でだれにでもあります。

実は、通常ではなんでもない事を、大事な場面で失敗したり間違ったりするという要因の全てが「リラックス」「集中」そして「目標」という三つの要素が起因しています。この三つの要素さえ自分のものに出来れば、過度に緊張して失敗する様な事が無くなり、自分の「力」を100%発揮できるようになるのです。

今回のセミナーでは「三つの心の動き」をプロスポーツ界で実績のある残像ツールを使いながら自在に操る事が出来るよう、簡単明瞭に学んで頂きます。

講師には、(株)高岸建築研究所代表取締役 高岸 弘 氏をお招き致します。先生は1990年に「残像現象」を活用した独自のメンタルトレーニング技法を、現日本テニス協会 GM 小浦武志氏と共同開発をし、プロテニス、高校野球、プロゴルフ等で実績を上げておられておられます。2007年には残像メンタルトレーニングの効用を活用した「目標設定メソッド」を開発し、ビジネスや学習、スポーツの分野での啓蒙をはかり、現在はその普及の為に出版、セミナー活動を続けておられます。また、元テニスプレーヤー松岡修三氏の「引退後5ヵ年活動計画」のプロデュースも手がけられご活躍されておられます。

著書として『思いのまま脳を動かす「残像」力』（講談社）や『君の甲子園』（報知新聞社）など多数執筆されておられます。

尚、オープンセミナーですので、卒業生以外の方もご参加頂けます。多くの皆様のご参加をお待ちしております。

敬具

記

日時:2009年9月5日(土) 18時30分開演～21時10分頃終了予定(18時受付開始)

場所:大阪市生涯学習センター 第一研修室

〒530-0001 大阪市北区梅田1-2-2-500 大阪駅前第2ビル5階 TEL 06-6345-5000

会費:1,000円(資料代として) 当日徴収致します

尚、お申込は先着70名様とさせていただきます。出席の方は(FAX or メール)にてお願い致します。

コトハナクラブ オープンセミナーに参加します。

京都・大阪・神戸・東京

クラス

氏名

オープン参加(紹介者氏名)

(参加者氏名)

コトハナクラブ事務局 担当 相田 健太(あいだ けんた)宛

FAX:078-531-2889 E-mail: aikenta_pinky@hotmail.co.jp

ご質問がありましたら相田までメールにてご連絡ください。