

# 2024年1月14日(日)

## 2部制★

両方受講特典  
800円



申込期限 2024年1月7日(日) 必着

会場 富山県総合運動公園 陸上競技場 会議室

1部 9:30~11:30

## メンタル トレーニング講座

- プラス思考で競技に挑むために -

講師

奈良教育大学  
名誉教授  
岡澤 祥訓



日本スポーツ心理学会認定スポーツメンタルトレーニング名誉指導士  
富山県体育協会『未来のアスリート発掘事業』知的能力育成プログラム講師

会場 会議室3-AB

受付 9:00開始



対象 小学5年生~高校3年生  
(指導者及び保護者の参加も可能)

定員 100名 (先着順)

参加費 500円

持ち物 筆記用具



2部 13:30~16:00

## 体幹 トレーニング教室

- アスリートが知っておきたい正しい動きづくり -

講師

山地 延佳氏



日本トレーニング指導者協会  
北信越支部 委員 JATI認定特別上級トレーニング指導者  
(JATI-SATI)

会場 会議室1-AB

受付 13:00開始

対象 小学5年生~高校3年生  
(指導者及び保護者の参加も可能)

定員 60名 (先着順)

参加費 500円

持ち物 内履きシューズ  
タオル  
飲み物  
筆記用具



※動きやすい服装でご参加ください。

申込書  
裏面へ

富山県総合運動公園

〒939-8234 富山県富山市南中田 368

☎ 076-429-8835

FAX 076-429-8836

HP <http://www.toyamap.or.jp/kenso/>

※申込は窓口もしくは FAX・郵送・HP から ※右図の QR コードから WEB 申込できます →



WEB  
申込

FAX 076-429-8836

この用紙を直接FAXでご送信ください

メンタルトレーニング講座・体幹トレーニング教室 参加申込書（兼誓約書）

名前	フリガナ	生年月日	性別
		西暦 年 月 日	〇で囲んでください 男・女・ <small>回答しない</small>
住所	郵便番号 〒		
連絡先	電話番号(自宅)	FAX番号	
	電話番号(携帯)	メールアドレス	
受講	受講したいプログラムを選んでチェック <input checked="" type="checkbox"/> を入れてください <input type="checkbox"/> メンタルトレーニング講座 <input type="checkbox"/> 体幹トレーニング教室 <input type="checkbox"/> 両方受講		

- 個人情報については、本イベント業務(傷害保険加入)にのみ使用し、第三者に提供することはありません。
- 主催者が講座を取材し、PR活動のために写真などを使用することを承諾します。
- 感染状況に応じて、中止する場合があります。

◆ タイムテーブル

- 9:00 メンタルトレーニング講座 受付開始
- 9:30 座学(筆記用具持参)
- 11:00 質疑応答・振り返り
- 11:30 終了
  
- 13:00 体幹トレーニング講座 受付開始
- 13:30 実技(内履きシューズ・動きやすい服装・飲み物・タオル)
- 15:50 質疑応答・振り返り
- 16:00 終了

◆ 参加費

- 各500円(当日受付で徴収いたします)
- ※但し両方の講座・教室を受講する場合は800円



富山県総合運動公園 陸上競技場 地下1階へお越しください