



[テニス研修会のご案内]

今回のテニス研修会は、メンタルトレーナーの高岸弘先生に、残像メンタルトレーニングについて講演して頂きます。

近年目まぐるしく変化している指導の現場で疑問に思っている事、どのように変えていったら良いのかわからない等、指導法のブラッシュアップ及びご自身の技術向上にお役立ていただければ幸いです。

ご多忙の時期とは存じますが、万障お繰り合わせの上ご参加をお待ちしています。

(一社) 兵庫県テニス協会
指導者育成委員会
委員長 中嶋 勤成

2016

テニス研修会

今回のテニス研修会は、大阪市出身で、一級建築士、画家、デザイナー、メンタルトレーナーとマルチな才能を発揮されている株式会社 高岸建築研究所 代表取締役、R/C/T 高岸応用科学研究所 代表の高岸弘先生に、「残像メンタルトレーニング」について講演して頂きます。このトレーニング技法は現在スポーツ界のみにとどまらず、学習界、ビジネス界、医療現場と広がりを見せています。

現代テニスとは心技体の基本3要素の充実が重要といわれますが、そのなかの「心」・いわゆるメンタルの部分に絞って学んでいきます。日頃、わかっている現実の試合ではメンタルの弱さで勝負に負けてしまうという事も多いものです。そんな中で、我々指導者はどのような視点に立って現場での指導に当たればよいのか、共にメンタルトレーニングについて学びたいと思います。

皆様方の指導の現場で疑問に思っていてどのように変えていったら良いのか分からない等、指導法のブラッシュアップにお役立て頂ければ幸いです。また、ご自身のテクニック向上にもお役立て下さい。ご多忙の時期とは存じますが、万障繰り合わせの上、ご参加をお待ちしています。

指導者育成委員会
委員長 中嶋 勤成

- 主催：(一社)兵庫県テニス協会(指導者育成委員会)
- 日時：平成28年6月12日(日)9:30~17:00 受付 9:00~
午前の部 9:30~12:00(研修室) 休憩時間(12~13:00)
午後の部 13:00~15:00(研修室) 休憩時間(15~15:30)
15:30~17:00(センターコート)
- 研修内容：「残像メンタルトレーニング」



高岸 弘 (たかぎし ひろむ)

大阪市出身 一級建築士、画家、デザイナー、メンタルトレーナー。
株式会社 高岸建築研究所 代表取締役、R/C/T 高岸応用科学研究所
代表「想像、創造」高岸メンタルデッサン教室主幹。

高岸 弘先生

「残像メンタルトレーニング」について

今やスポーツの世界だけのものではなくなった「メンタルトレーニング」とはどういう事をさすのでしょうか？簡単に説明しますと…… ここ一番という時に、自分の持っている”力”を100%出し切れるようにする。その為には、長年に渡って習得した「技術力」そして、十分に鍛えられた「体力」をここ一番！という時に最高の状態にもって行く事が必要となります。その技術力、体力を自在にコントロールするのは「脳」、そう、メンタルトレーニングとは「脳」をトレーニングする事なのです。ではどうすれば常時自分の持つ”力”を100%出し切る事が出来るのでしょうか？

人間誰でも太陽などの光を見る事で体験した事のある「残像」と言う現象を使い、あなたの「目的や目標の達成」をスムーズに導きます。この方法を使うことにより過度の緊張や、また雑念に振り回されると言った余計な事の入らぬ余地は無くなり、常時自分の”力”を100%発揮出来るようになるのです。それが「残像メンタルトレーニング」が持つ効用なのです。ご期待下さい。

講師プロフィール

1969年単独イタリアに渡り、ミラノ市の建築事務所、工学設計事務所等に勤めながら建築を学ぶ。
1975年イタリア ミラノ市で高岸建築事務所(Studio Architettura Takagishi)開設。
1979年に帰国後、建築設計、インテリア設計、工業デザイン、グラフィックデザイン等の分野で活動する。
1990年に、住宅設計における人間の心の動きからヒントを得た独自のメンタルトレーニング技法
「R/C/T 残像メンタルトレーニング」を兵庫県テニス協会会長小浦猛志氏と共同開発

- 4 会場 : ブルボンビーンズドーム:会議室及びセンターコート
〒673-0515 兵庫県三木市志染町三津田 1708
兵庫県立三木総合防災公園屋内テニス場 TEL:0794-85-8413
- 5 参加料 : 一般参加者 4,000 円、公認資格所有者 3,000 円、ジュニア登録選手 2,000 円
- 6 参加資格 : テニス愛好家の方ならどなたでもご参加ください。
- 7 研修ポイント : 1 点(研修カードをご持参ください)
- 8 募集人数 : 100 名(先着順)
- 9 申込締切 : 平成 28 年 6 月 6 日(月)必着
- 10 申し込み方法 : 申し込み用紙に必要事項をご記入の上、参加料を下記口座に事前に振込後、
参加申込書を下記宛先まで郵送または FAX でお送りください。振込手数料はご負担ください。
事前にお振込み無い場合は受け付けできません。

(振込口座) 三井住友銀行 明石支店 当座預金No 2421646
口座名義 兵庫県テニス協会会長 小浦 猛志

(送付先)

〒651-2113 神戸市西区伊川谷町有瀬967-6 ハイツエフォート101
(一社)兵庫県テニス協会 指導者育成委員会 宛
TEL 078(974)7787 FAX 078(974)0948

***注 意 事 項 : 今回は研修室での講義が中心となります。**

2016 年度 6 月 12 日テニス研修会 申し込み用紙

氏 名		性 別 (○印) 男・女
		生年月日 西暦 : 年(和暦 : 年) 月 日生 (歳)
ふりがな		資格番号
所 属		所有資格名
参加費振込日	月 日 (お申込み前に振込みください)	
住 所	〒 _____	
電話番号	(昼間にご連絡可能な携帯番号等をご記入ください)	

(一社) 兵庫県テニス協会 指導者育成委員会