

スポーツメンタルコーチング



スポーツで

- ・思うような結果が出ていない。
- ・本番で失敗する。
- ・自分に自信がない。
- ・心からスポーツを楽しめていない。 etc.



☆対象

- ・小学5年生～高校生

☆料金、時間

- ・初回（45分）無料【入館料のみ必要】
- ・2回目以降2,750円（1回：1時間程度）
- ・3回～5回の継続が必要です。（任意）



☆初回予約

- ・初回実施日＝水曜日18:45～、土曜日16:00～
- ・1週間前にはご予約ください。



☆担当

水元 剛（スポーツメンタルコーチ：JMSC協会）

周りとの比較や、周りからの心無い言葉によって、自分を見失っていませんか？心の整理をすることで、物事のとらえ方が変わります。あなたの思い込みはなんでしょう？



※「トレーニング」ではなく「コーチング」です。

心は鍛えるものではなく、本来もっているものを引き出すという考えの基、1対1で話をしていきます。

