

無料スポーツセミナー

『いつも前向き明るい生活』 ～マイナス志向⇒プラス志向～

参加
無料

日 程

2026年9月21日(月・祝)

時 間

10:30-11:30

会 場

香川県立総合水泳プール 会議室

講 師

吉澤 洋二

名古屋経済大学名誉教授
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
日本代表卓球チームメンタルサポート
ソウル・バルセロナ・シドニーオリンピック大阪
世界選手権 ほか



内 容

物事をマイナスに考えがちな人でも、日常生活においてプラスに考えるように習慣を変えるよう日々努力すると、習慣を変えることができるようになります。すると…プラスになる行動を実行し、日常生活に変化をつけることが可能となります。

対 象

小学生以上 ※小学生の方は保護者同伴が望ましい

申 込

9月2日(水)10:00～先着順 定員20名程度
※電話予約可

ご 予 約
お 問 い 合 わ せ

香川県立総合水泳プール
香川県高松市御厩1585-1
TEL:087-885-3821