

なぜ、このメンタルトレーニングは、 「すでに」成果を出している アスリートや指導者がこぞって学ぶのか？

2013年5月のセミナー参加者のうち、20名中5名が日本一の実績。
2014年4月のセミナー参加者のうち、15名中4名が日本一の実績。

こんにちは。川阪正樹です。

この一年だけでも、数多くのアスリートや指導者の目標達成に携わってきました。

中学生から社会人、アマチュアからプロ、初心者から世界一まで、セミナーの受講者は多岐にわたります。

**「何としても選手を勝たせたい。」
「どのようにすれば、目標が達成できるか？」
「どのようにすれば、才能や持って生まれたものに依存せず、大きな成果を出すことができるのか？」**

これを人生のテーマに、ずっと考えてきました。

膨大な時間と莫大な学習費を投資し、学び、実践をし、山あり谷あり、今では、多くのアスリートや指導者の目標達成に貢献しています。

**何としても2階へ上がりたい。
どうしても2階へ上がるう。
この熱意がハシゴを思いつかせ、階段をつくり上げる。
上がっても上がらなくてもと考えている人の頭からは、
決してハシゴは生まれません。**

松下幸之助（パナソニック創業者）

あなたに、その凝縮した目標達成の「**エッセンス**」をお伝えできたらと思います。

ズバリ、目標を達成するには「4つの要素」が必要不可欠です。

それは「**心**」と「**技**」と「**体**」と「**生活**」です。

これらは足し算ではありません。また、それぞれが単独のものでもありません。

密接に、関連してきます。

この「心」のトレーニング＝「メンタルトレーニング」を私は専門にしていますが、正直にお伝えすると、「心」だけでは到底 勝てません。

あなたが成果を出すには、洗練された「技」が必要です。

つよく速く動ける「体」が必要です。

そして、練習時間以外の「生活」面も、大きく結果に影響してきます。

しかし、「技」と「体」だけでも、栄光は掴めないのです。

当日、あなたの持っているもの そのすべてを発揮できる「心」が必要です。

また、多くの方はメンタルトレーニングに対して、「本番で実力を発揮するため(だけのもの)」とっていますが、メンタルトレーニングはそれだけにとどまりません。

「心」「技」「体」「生活」は、**掛け算**です。

あなたがこれからつちかっていく「技」や「体」を、フルに高める**相乗効果**を求めるべきです。つまり、「技」や「体」、「生活」を高めるための「心」であり、1年365日、**実力そのものを爆発的に高めるためにメンタルトレーニ**

ングを活用するのです。

「実力発揮」と「能力向上」のための「勝てるメンタルトレーニング」を、私はセミナーでお伝えしています。

なかなか一般向けの（どなたにでも参加していただける）講座を開催することができていませんでしたが、この11月にセミナーを開催いたします。

2014年最後のスポーツ向け、競技力向上のためのメンタルトレーニングセミナーです。

- ✔ **日本一のアスリートたちもこぞって学ぶノウハウが手に入ります。**
- ✔ **自分自身にマッチしたメンタルトレーニングがわかります。**
- ✔ **そもそも「メンタルトレーニングって何？」が解決されます。**
- ✔ **「まず、最初に何から始めればいいのか？」がわかります。**
- ✔ **自分は何を高めたら良いのか、その道筋が見えます。**
- ✔ **競技レベルが高い選手のメンタル面の特徴が知れます。**
- ✔ **遠回りせず、短期的に、大きな成果が得られる方法が手に入ります。**
- ✔ **一生使える「目標達成の技術」をその場で体感することができます。**
- ✔ **才能や能力だけに頼らず、努力が報われる＝夢をかなえる方法が掴めます。**
- ✔ **これら「メンタルトレーニング」や「目標達成の技術」は、スポーツ以外でも活用できます。**

✔ 勉強、進学、就活、仕事、出世、起業、出版、趣味、様々なシーンでも生かれます。

✔ 受講後、つよいモチベーションと未来への希望・ワクワク感でいっぱいになります。

✔ 自信を持って、翌日からのトレーニングに打ち込めます。

セミナーの日程と詳細は、下記の通りです。

開催日程は、

① 2014年11月1日（土）18時15分～20時45分

② 2014年11月24日（月・祝）14時00分～16時30分

※どちらも同じ内容のセミナーです。ご都合の良い日程にご参加ください。

終了後に、講師に直接ご質問いただける懇親会も用意しております。

（希望者のみ）

会場は、阿倍野市民学習センター（大阪市）です。

http://www.osakademanabu.com/abeno/?page_id=1033

募集人数は、最大で各10名ずつです。

参加費は、1人5,000円（税込）になります。

学生は1人3,000円（税込）です。

私には、このような思いがあります。

「真面目、本気、一生懸命な人の努力が報われてほしい。」

ですので、華やかで高い競技力を持つプロや、世界を目指している選手だけのサポートではなく、真面目・本気・一生懸命な人の目標達成に貢献したい！
という思いから、参加費のお手頃な価格帯でこのセミナーを企画しました。

(きっと過去の私のような人を救いたいのでしょう。)

私は幸いでした。素晴らしい指導者や仲間恵まれ、選手として関西一、指導者として日本一を経験させてもらいました。そして、書籍を出版し、短期間で増刷。セミナーや研修の依頼を各地からたくさんいただくようになりました。

目標を達成するには、「**コツ**」があります。

目標達成は技術 (つまり、習得ができるし、再現性=くり返せるもの) です。

あなたもすでに知っているように、「真面目、本気、一生懸命に頑張ったら=目標達成」という公式は、**簡単には成立してくれません。**

が、たしかにその**打開策**はあるのです。

かの有名なアインシュタインは、こう言います。

何かを学ぶためには、 自分で体験する以上にいい方法はない。

メンタルトレーニングも同じです。本や映像からだけでなく、実際に体験して学んでください。

あなたの未来は拓けるでしょう。
自分史上最高の2015年にしませんか？

<スポーツメンタルトレーニングセミナーに申し込む>

※以下のリンクをクリックください。

<http://goo.gl/XZhyF9>

※端末によってはまれにクリックができないものがございます。
お手数をおかけいたしますが、上記リンクをコピー&ペーストしていただき、
お申し込みください。

追伸

本田圭佑選手も、内村航平選手も、イチロー選手も、錦織圭選手も、浅田真央選手も、福原愛選手も、ウサインボルト選手も、「1日24時間」「1年365日」です。そこに変わりはありません。

時間は有限。しかし、**その使い方は「自分次第」**で無限です。

メンタルトレーニングを取り入れ、日々の質・充実度を、格段に高めてください。

追追伸

セミナーに参加されている方は、野球、ソフトテニス、水泳、空手、ラグビー、バレーボール、陸上競技、硬式テニス、格闘技、卓球、キックボクシング、バスケットボール、ハンドボール、アメリカンフットボール、柔道、チアリーディング、弓道、フィギュアスケート、ゴルフ、ウエイトリフティング、バトントワリング、トランポリン、吹奏楽 他多数です。

「今やらねばいつできる！私がやらねば誰がやる！」

「思いはかなう！」