



大場ゆかり **本番力** セミナー

レッスンに導入しよう! **マンタル トレーニング**

一生懸命練習したのに・・・。

レッスンではちゃんと弾けていたのに・・・。

発表会やコンクールなどで、緊張やプレッシャーのために練習の成果が発揮できず、悔しい思い、悲しい思いをしている生徒さんを見るのは、辛いものです。

演奏技術同様、最高のパフォーマンスをもたらすための理想的な心理状態を実現するための技術も、練習によって上達・向上します。

その具体的な方法をご紹介します。

【講座内容】

- 日ごろのレッスンに導入したい5つのスキル
- 本番前のトレーニング 他



大場ゆかり
(おおば・ゆかり)

九州大学大学院人間環境学研究科博士後期課程修了。博士(人間環境学)。健康増進やストレスマネジメント、スポーツ選手・音楽家等を対象とした心理的スキルトレーニングやキャリア教育の実践・研究を行っている。大阪人間科学大学準教授。

🎵 **日時**
2012年11月16日(金)
10:30 ~ 12:30

🎵 **会場**
第一楽器豊田店内ホール

🎵 **受講料**
前売：2,500円(税込)
当日：3,000円(税込)

🎵 **教材**
月刊誌「ムジカノーヴァ」2012年6月号
掲載記事: ケーススタディで学ぶベストパフォーマンスの心理学【前編】
<参考教材>
月刊誌「ムジカノーヴァ」2012年7月号
掲載記事: ケーススタディで学ぶベストパフォーマンスの心理学【後編】
(以上、音楽之友社)
* 当日、会場で販売いたしております。

🎵 **お問合せ・お申込先**
第一楽器 豊田店
〒471-0077 豊田市竹生町4-41
TEL.0565-31-0403 FAX.0565-31-2029

----- キリトリ線 -----

ムジカノーヴァ MUSICA NOVA
ピアノの先生応援セミナー

申込日 月 日

大場ゆかり
本番力 セミナー

2012年11月16日(金)

申込書

お名前			
ご住所	〒		
TEL		FAX	
E-Mail			

ご記入いただいたお客様の個人情報は、この講座の控えとしてのみ利用させていただきます。