



大場ゆかり 本番力 セミナー

レッスンに導入しよう! **メ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
- やる気を引き出す指導のコツ ほか



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。また、武蔵野音楽大学では、「舞台心理研究」等の講義を担当している。

♪ 日時

2014年 7月16日(水)
10:00 ~ 12:00

♪ 会場

袋井市月見の里学遊館
舞台芸術のワークショップ
袋井市上山梨4丁目3-7 TEL:0538-49-3400

♪ 受講料

会員:1,500円(税込)
一般:2,500円(税込)

♪ 教材

『ムジカノーヴァ 2014年7月号』(音楽之友社)
連載「メンタルトレーニング」

* 当日会場にご用意しております。

♪ お問合せ・お申込先

兵藤楽器 磐田店

磐田市中泉 2508

TEL:0538-37-0354 FAX:0538-37-1014

----- キリトリ線 -----

ムジカノーヴァ
ピアノの先生応援セミナー

2014年7月16日(水)

**大場ゆかり
本番力 セミナー**

申込書

兵藤楽器 磐田店 行 FAX:0538-37-1014 申込日 月 日

お名前			
ご住所	〒		
TEL		FAX	
E-Mail			
種別	会員 ・ 一般		

※〇印をおつけください。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。