

【現役中学高校生・保護者向け】

第三弾 | スタリオンズ後援会主催オンラインセミナー開催のお知らせ

平素より大変お世話になっております。アメリカンフットボール部後援会です。
前回のオンラインセミナーにご参加いただいた皆様、誠に有難うございました。

次回、第三弾は弊社所属のメンタルトレーナーが登壇し、部活動と勉強の両立だけでなく、普段の学校生活をより充実させる内容をお送りします。

「定期テストや部活動の試合当日に、体調が悪くなってしまう」

「朝起きるのが苦手であり、朝ご飯を抜いてしまう」

「授業中に眠くなってしまう」

などなど、様々な悩みがあるかと思えます。こうした悩みは、考え方を見直したり、普段の生活に何か少し変化を加えるだけでその悩みは快方へ向かうことができます。

皆様の生活面、精神面をはじめとした心身のお悩みを解決する一助になる内容となっております。当日は、現在法政大学に通う卒業生にも登壇いただき、高校生活を振り返りながらセミナーを進行致します。セミナーの後半には質疑応答時間も設けており、具体的な質問をしていただくことも可能ですので、お気軽にご参加ください。

スタリオンズ式「より一層楽しくなる学校生活-セルフケアのすすめ-」

▼開催日時：2020年12月13日(日) 18:00-19:15

▼開催場所：Zoom

▼対象者：現役富士中学高校生および保護者の方

▼タイムスケジュール：

18:00- オープニング

18:10- メンタルトレーナー中嶋によるストレスマネジメント講座

19:00- 質疑応答

▼登壇者プロフィール：

①中嶋 希和（なかじま きわ）

都立富士高校アメリカンフットボール部メンタルトレーナー。大学時は体育会アメリカンフットボール部でメディカルトレーナーとして活動し、現在は病院で公認心理師・臨床心理士として勤務。STALLIONSでは選手たちの心身のサポートに従事。

②宮 怜史（みや れいじ）※当日パネラー

2018年3月富士高卒業後、一般入試にて法政大学人間環境学部へ進学。高校1年生時にアメリカンフットボール部入部し、2017年度の部長を務める。高校2年生時には東京都選抜に選出。現在STALLIONSでは学生コーチとして従事。

▼参加申込はこちらから

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeScEMh7MoM7z_ji4kM5ez7B5E1H1JsTVFaNqBc1GZW9boQnw/viewform

▼問い合わせ先

都立富士高校アメリカンフットボール部ヘッドコーチ

森 勇貴（2008年卒OB）

メールアドレス mori.olb1@gmail.com Webサイト : <http://fuji-stallions.com/>