

## 自分の限界を突破する 禅Xメンタルコーチングセミナー Vol. 2

～右脳と左脳の特徴を生かし、最高の集中力を作る～

### 「プログラムの狙い」

- テンションではなく、静寂の中にある最高の集中力を体験する。
- 緊張した場面で力が発揮できない理由を知り、ここの一番で「持ち味」を発揮できるようになる。
- 良い時と悪い時の差が激しく、パフォーマンスが安定しない理由を知り、自分を客観的にみる第3の目を作る。

### 「プログラムの内容」 \* 進行によって一部変更する場合があります。

- 右脳と左脳の機能とは
- 黄金の像
- 成功を創造するイメージング
- 第3の目を作るマインドフル・アウェアネス



まずはチェック！

### メンタルチェック

こんなことに心当たりのある方にオススメ!  
スポーツ選手・音楽家・クリエイター  
アーティスト・ビジネスマン・経営者～

- ここの一番で緊張して普段の力が発揮できない
- 自分の可能性を飛躍的に伸ばしたい
- 自分の能力を発揮しきれていない
- いろいろ考えすぎて身体がうまく動かない
- プレッシャーで押しつぶされそうになる

### セミナー開催(定員12名)

日時 2018年1月21日(日) 10:00AM～12:00AM 受付9:30AM

会場 New Gardena Hotel 1641 West Redondo Beach Blvd. Gardena, CA 90247

お申し込み先

bmentalcoaching@gmail.com(塚本まで)

費用 \$30

### 【講師紹介】



赤野 公昭 コーチング・シナジー・ジャパン代表 米国CTI認定コーチCPCC  
これまで7000時間を超える「メンタルトレーニング」「One-on-Oneコーチング」を実施。「不安だからよい」という従来のコーチングの常識を打ち破るアプローチは、「人生を変えるコーチング」と呼ばれ、経営者などから厚い支持を得ている。またメンタルトレーニングでは、これまでプロゴルファーやプロ野球選手など多数を指導。じっくり選手の話の聴きながら、真の課題を発見することで、多くの選手がスランプを突破し、爆発的な変化を遂げている。「オンリーワンげ世界No.1になる」を合言葉に、今もクライアントとともにコーチングの更なる可能性を追求している。