

# 「メンタルトレーニング入門セミナー」のご案内

この度は、標記セミナーにお申込みをいただきまして誠にありがとうございます。

下記をご確認のうえ、ご参加くださいますようお願いいたします。

記

1 主催	公益財団法人東京都スポーツ文化事業団／東京都
2 日時	令和6年5月24日（金） 時間 19:00 ～ 20:30 ※受付は 18:30 から開始いたします。
3 会場	東京体育館 第一会議室 ※会場への地図、交通は裏面（次ページ）をご覧ください。
4 参加料	1,000 円（税込） ※電話申込の方は、当日参加料を会場受付にてお支払いください 当日支払いについては、現金のみとなります。
5 持ち物	筆記用具
6 内容	競技者や指導者が練習や試合に活かせるメンタルトレーニングの基礎的理論とトレーニング方法についての講演。
7 講師	あきば しげき 秋葉 茂季氏 (国土館大学 体育学部 体育学科 准教授)
8 問合せ先	【お申込み全般に関すること】 スマイルスポーツ事業センター（公益財団法人東京都スポーツ文化事業団 内） フリーダイヤル <b>0120-612-001</b> 携帯電話からは <b>03-6380-4243</b> } 両番号とも平日 10:00～17:00  【事業の内容に関すること】 上記以外の曜日・時間帯 スポーツ事業担当 <b>03-6380-4348</b>
9 その他	○やむをえず参加を辞退される場合は、事前にスマイルスポーツ事業センターへ電話 でご連絡ください。土日祝の場合は、上記スポーツ事業担当までお願いいたします。 ○当日キャンセルによる返金はできません。予めご了承ください。 ○参加の権利を他の方へ譲渡することはできません。 ○当セミナーの様子は記録用にスタッフが撮影させていただくことがあります。 また、撮影した写真は、公益財団法人東京都スポーツ文化事業団及び講師等の今後の告知 などで使用させていただく場合があります。利用をご承諾いただけない方は、当日受 付スタッフまでお申し出ください。 ○お申込み時にお客様からお預かりしました個人情報（氏名、住所、連絡先等）は、スマ イルスポーツ教室の案内、各種アンケート、サービス提供及び教室の実施・運営に必要 な範囲内で利用させていただきます。詳しくは、公益財団法人東京都スポーツ文化事業 団ホームページ内「個人情報の取扱いについて」にてご確認ください。  【当事業における感染症対策について】 ○屋内・屋外問わず、マスクの着脱については、個人の主体的な判断を尊重します。 ○ただし、高齢者等重症化リスクの高い方は、マスクの着用を推奨します。 ○換気へのご理解、3密回避、手洗い・手指消毒等の基本的感染防止対策の励行にご協力 をお願いいたします。

- ◆JR 中央線(普通)・総武線「千駄ヶ谷」駅 徒歩 1 分  
(千駄ヶ谷駅の改札は 1 カ所のみです)
- ◆都営地下鉄大江戸線「国立競技場」駅 A4 出口すぐ

## 東京体育館 第一会議室への行き方



**①** 千駄ヶ谷駅 (出口 1 カ所)  
又は 国立競技場駅 A4 出口



**②** ゆるやかな下りスロープの  
先、「ガラス三角屋根」下の自動  
ドアより館内へお入りくださ



**③** 「総合案内カウンター」向かっ  
て左側へお進みください。



**④** 「ガラス扉」を開き、直進して  
ください。左手奥に第一会議室の  
入口があります。

