

レジリエンス体操®

体験説明会・初級講座開催

レジリエンス体操の動きは、体と心と脳を整え
あらゆる学びを吸収するための
心身の土台を育てる体操です。

体力がなくても
大丈夫!

簡単! 楽しい!
3分間エクササイズ



開催日程

定員:各回20名

2019/2/16(土)

体験説明会 10:00~11:30

初級講座 13:00~17:00

2019/3/30(土)

体験説明会 10:00~11:30

初級講座 13:00~17:00

受講料

親同伴で子供(小学生~中学生)参加可能

●体験説明会/1.5時間 大人3,000円(会員割引なし)
子供無料

●初級講座/4時間 大人28,000円(会員25,000円)
子供3,000円(割引なし)

※体験説明会の後に初級講座の受講を決めることもできます。
体験説明会と初級講座を同時にお申込みの方は、初級講座
25,000円で受講できます。

講師

レジリエンス体操マスターファシリテーター

毛利恭枝・小川直子・長尾峰子

開催場所

Ospace(オースペース)

460-0011 名古屋市中区大須4-1-11

(公共交通機関地下鉄名城線:矢場町駅 4番出口から徒歩3分)

ホームページ:<https://hitouch0520.wixsite.com/ospace>

主催:一般社団法人全国保健室コーチング連絡協議会

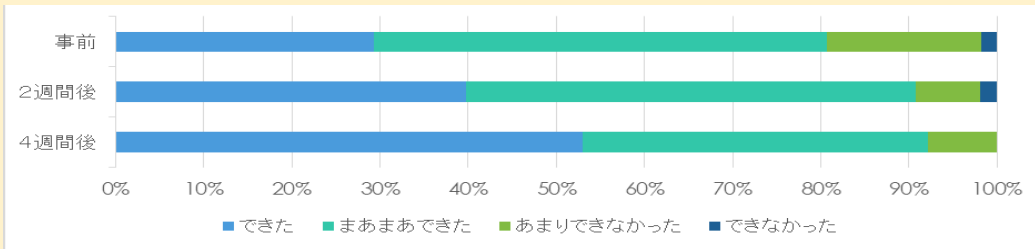
お問合せ:TEL/FAX (0568)70-0641 ホームページ<https://hoken-coa-joint.net/>

こんなお悩みありませんか？

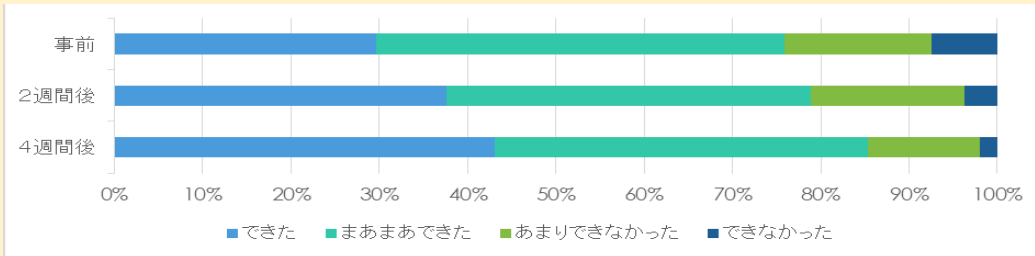
- 疲れやすく、すぐに「疲れた」という子が目立つ。
- 忘れ物が多い子どもに対してどう関わったらよいか？
- 子ども達の姿勢を良くしたい。
- 「落ち着いて集中しよう」と何度言っても限界を感じる。
- 能力アップのあれこれを子ども達にやってみただけど、思うように成果が上がらない。
- 毎日続けられて効果がある体操を知りたい。
- 体力も気力も続かない子に何も手立てがない。
- 支援者自身の気持ちが安定せず子ども達の相手に疲れてしまう。

モニター検証結果(約110人 6歳～60歳)

●**集中力について**: 自分のやらなければいけないことに、集中して取り組むことができた。



●**落ち着きについて**: 不安や悲しみにとらわれることなく、気持ちが安定していた。



いくつかのアプローチ方法を試しても思ったような成果が上がらなかったのは、始めに心身の土台を育てる必要があったのか！

レジリエンス体操講座申込書 FAX (0568) 70-0641

※受講料のご入金に関わらず、開催日3日前～当日までのキャンセルは100%の取消料金がかかります。

↓下のにチェックをして頂いた上でお申込みください。

キャンセルポリシー承知しました。

※ウェブ申込みはこちら→



申込み講座に参加人数をご記入ください。

2019年2月16日(土)		参加人数		2019年3月30日(土)		参加人数	
体験説明会	10:00～11:30	大人	子供	体験説明会	10:00～11:30	大人	子供
初級講座	13:00～17:00	大人	子供	初級講座	13:00～17:00	大人	子供

(ふりがな) 代表者氏名	()	職業	
住所	〒		
電話番号	(講座開催当日に連絡が取れる番号をご記入ください)		
返信FAX番号	(必ずご記入ください)	該当する方にチェックしてください <input type="checkbox"/> 全保コ協議会会員である <input type="checkbox"/> 全保コ協議会会員ではない	
メールアドレス	(必ずご記入ください)		