

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10名

2019/6/17(月)
体験説明会 18:30~20:00

2019/6/23(日)
体験説明会 10:00~11:30
初級講座 13:00~17:00

2019/8/23(金)
体験説明会 18:30~20:00

2019/8/25(日)
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お申込みの方は、初級講25,000
円で受講できます。(会員：体験会+初級講座25,000円)

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

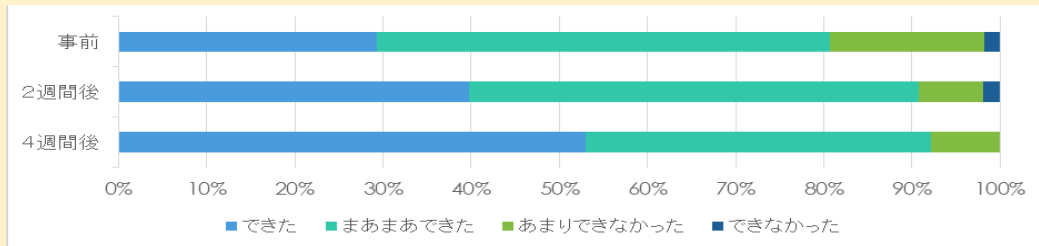
お問合せ：TEL/FAX (0568)70-0641 ホームページ：<https://hoken-coa-joint.net/>

こんなお悩みありませんか？

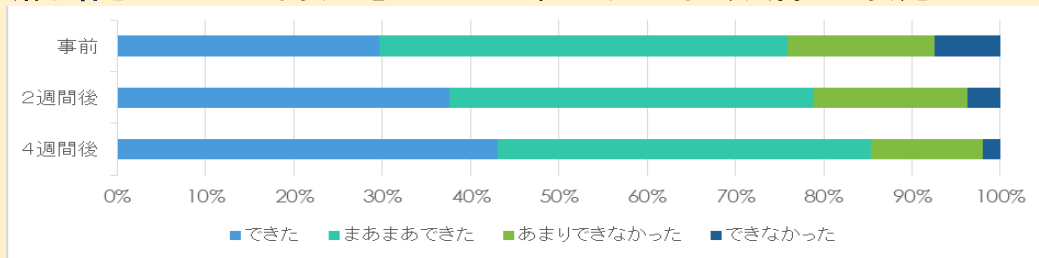
- 疲れやすく、すぐに「疲れた」という子が目立つ。
- 忘れ物が多い子どもに対してどう関わったらよいか？
- 子ども達の姿勢を良くしたい。
- 「落ち着いて集中しよう」と何度言っても限界を感じる。
- 能力アップのあれこれを子ども達にやってみたけど、思うように成果が上がらない。
- 毎日続けられて効果がある体操を知りたい。
- 体力も気力も続かない子に何も手立てがない。
- 支援者自身の気持ちが安定せず子ども達の相手に疲れてしまう。

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。

申込み講座の日と参加人数をご記入ください。

日程	参加人数	
2019年 月 日() 体験説明会	大人	子供
2019年 月 日() 初級講座	大人	子供

※ウェブ申込みはこちら→



(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)		