



脳への新しいトレーニングを体験ください

会員大募集！

★脳を鍛えて、局面を解決するための応用力を養う★

多くのスポーツでは時とともに変化する様々な状況に対応する力が求められます。経験のある似たような状況には、記憶された情報を素早く呼び出し、初めて経験する状況には自分が持っている様々な知識を組み合わせることで解決することが必要です。

予期しない運動

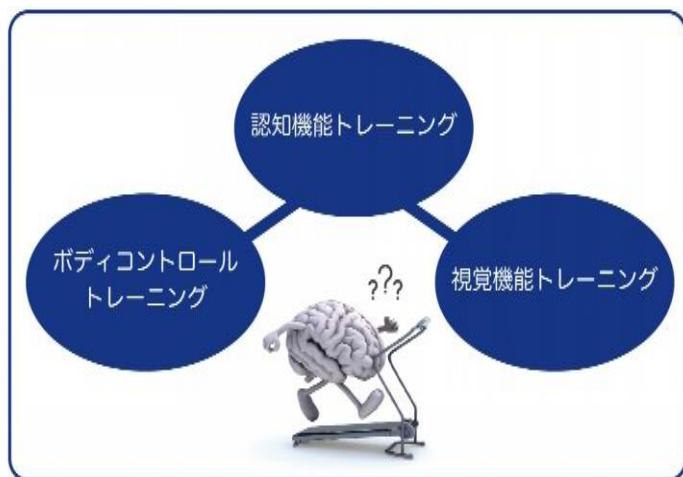
慣れる前に変化

楽しく運動



★変化する課題で脳に刺激を与えるトレーニング★

ライフキネティックは、脳の神経細胞間に新しいつながり(シナプスと呼ばれる)を生み出し、神経の伝達機能強化を行うことで、「的確な判断を下し適切な行動が起こせる」という原理に基づいています。ライフキネティックのトレーニングはこのシナプスを効果的に生み出すメソッドとなっています。個人差はありますが週1回のトレーニングを数週間継続することで効果が実感できるとされています。



多くのフットボールチーム、選手が取り入れているライフキネティック！

また、介護施設等でも取り入れられているため老若男女、誰でも参加できます。

親子での参加もOK！！

無料体験も随時受付中です。

是非、興味のある方はお問い合わせください。

【活動日】

・第2、4土曜日（原則）
18：30～19：30

【場所】

・戸板小学校体育館

【定員】

20名

【会費等】

・保険料 2,000円／年
・月会費 2,000円／月

【インストラクター】

五島豪士



★お問い合わせ★

特定非営利活動法人FC.TON 事務局

E-mail : ton1973@nifty.com

TEL: 076-218-9970