

第31回いしかわ スポーツ・レクリエーション 交流大会

TONライフキネティック体験会

脳への新しいトレーニングを体験ください

2022年11月6日(日)

場所：あめるんパーク
時間：17：30～18：30
(17：15受付)

対象：小学5年生以上
(親子での参加もOK)
定員：先着30名

参加者大募集！

★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。

★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。

★繰り返して学ぶのではなく、変化を通じて学ぶ★

ライフキネティックでは、絶えず新しい動きに挑戦し脳を混乱させるトレーニングを継続することで、あらゆる状況下での的確な判断を下し、適切な行動が起こせる能力の強化を図ります。



予期しない運動

慣れる前に変化

楽しく運動



 体験会申込みはこちら



総合型地域スポーツクラブ 特定非営利活動法人FC.TON

〒920-0014 石川県金沢市諸江町27-12

TEL : 076-218-9970 | E-mail: ton1973@nifty.com | <https://www.footballnavi.jp/fcton/>