

練習ではできるのに、なかなか試合で勝てない理由がわかる
～テニスノートで『意識』を鍛えるテニスノート塾体験セミナー～

10年間負け続けた選手が勝てるようになった方法

この選手は、小学生4年生からテニスを始めていました。毎日、毎日、週に4回、家に帰ってからも壁打ちをしたり、素振りをしたり、一生懸命に練習をしていました。でも、試合で勝てるようになったのは、大学3年生になってからでした…。それまでの男の子は、ポジティブ思考で、**たくさん練習をして、みんなよりも頑張っていれば、いつかは試合で勝って、プロの選手になれる**と頑張って頑張ってきました。でも、それは、**大きな間違い**でした。

原因は、練習量ではなかったのです。ちょっとした意識を変えただけで、落ち着いて、冷静に、緊張していても試合で勝てるようになりました。

意識が変わるテニスノートの書き方

実はこの選手というのは私自身の本当の話です。この意識の変化をもたらしてくれたのが『テニスノートの書き方』です。もちろん、すぐに信じる事ができないかもしれません。なぜなら、ほとんどの人が、「ノートに書く時間があつたら練習したほうがいい」と思ってしまうからです。もちろん、練習は大切です。でも、実際に、周りの子供たちを見渡してみてください。ほとんどの子供達は、既に十分練習しているのです。練習もせず、「負けてもいいや」と思っている子供はほとんどいません・・・自分とのモチベーションとも戦っている子供もいるのです・・・

しかし、どんなに練習をしても、練習通りに試合ができないのが現実であって、大切なのは『努力の方向性』なのです…

なぜ、テニスノートの書き方が重要なのか？5つの秘密

なぜ、テニスノートが意識を変えて「努力の方向性」を正してくれるのでしょうか？**これには5つの秘密があります。**

- 【秘密1】頭の中だけだとすぐ忘れる
- 【秘密2】文字にしてあるので、努力の方向性がブレない
- 【秘密3】今、すべき練習に導いてくれる
- 【秘密4】試合で勝てない原因を一つ一つ潰すことができる
- 【秘密5】つまり、効果的な書き方ができていれば、自動的に成長できるということです。

効果的な書き方は、意識を継続的に変えてくれるので、練習や行動の質も変えることができます。テニスノートが、上達する道をどんどん見つけ出してくれるのです。

<<こんなお悩みありませんか？>>

- ✓練習通りに試合ができない
- ✓気分のむらがそのまま試合に出る
- ✓『プロになりたい!』と思うけど、練習のやる気が・・・
- ✓どうしたらうちの子は意識を持って練習してくれるのだろうか？
- ✓技術レベルは上がっているのに勝てない・・・

<<セミナーの内容>>

- ・日々の練習を意味あるものにするための原因の掘り下げ方
- ・よくある負けパターンの克服法
- ・練習での意識のあげかた
- ・上達のために必須な2つの練習ステップ
- ・失敗体験を成功体験に変える方法
- ・すべての根本を変えてくれる『テニスノートの具体的な書き方』

<<セミナー詳細>>

日時	6/23 (土) 11:30-13:30 6/30 (土) 9:00-11:00
場所	アットビジネスセンター渋谷 (渋谷駅より徒歩5分) ※詳細はお申し込み後にご案内します。
料金	3,000円 (税抜) (参加者一人あたり、保護者参加の場合は2名とカウント)
対象	小学校4年生～高校生までの試合で勝ちたいジュニアとその保護者
お申し込み方法	以下の項目をご記載の上、メールにてお送りいただくか、右の二次元バーコード先のURLよりお申し込みください。 参加者氏名/参加者の生年月日/保護者氏名/保護者参加の有無/メールアドレス/ご連絡先電話番号/申込日時 info@tennisnoblog.com
申込締切り	各開催日の3日前

<講師プロフィール>

講師：南部幹雄 (合同会社 wakka 代表)
小学生からテニスを始めるが運動音痴で上達しなかった。大学時代に意識や取組み方が変わり日本ランキング180位を達成。自身の経験を伝えるために、コーチング・NLP・仏教等を学び、現在に至る。

