

JAXA大西卓哉宇宙飛行士に学ぶ、 極限状態におけるセルフマネジメント

「失敗を経験する」「宇宙飛行士の生命を脅かすリスクに対してどう対処するか?」「訓練でできないことは本番でもできない」「本番と同じつもりで訓練に臨み、自分にどんどん負荷をかける」「極限状態でのセルフマネジメント」「国際宇宙ステーションでの任務遂行というプレッシャーに打ち勝てた要因」など



JAXA/GCTC

日本を代表するアスリートの資質向上を目的に推進するJOCインテグリティ教育事業の内、オリンピック強化指定選手を対象に学びの機会を提供する自由参加型研修プログラム。第1回は、極限状態におけるセルフマネジメントを学ぶ「**第一部：宇宙飛行士のセルフマネジメント（JAXA：大西卓哉宇宙飛行士）**」、アスリートとしてのソーシャルメディアとの付き合い方を学ぶ「**第二部：選手とソーシャルメディア**」の二部構成にて開催します。部分参加も可能ですので、奮ってご参加ください。（ナショナルコーチ・専任コーチ等、JOC強化スタッフのオブザーバー参加も可能です）

【第1回自由参加型研修会 二部構成 概要】

開催：令和元年7月24日（水）
場所：味の素ナショナルトレーニングセンター大研修室
費用：無料
申込：QRコードより個人申込（部分参加可能）

13：00 受付開始

13：30 オリエンテーション

14：00 **第一部「宇宙飛行士のセルフマネジメント」**
JAXA 大西 卓哉 宇宙飛行士

15：30 **第二部「選手とソーシャルメディア」**
JOC 上田 大介 インテグリティ教育ディレクター

お申込みは
こちらから

