第18回 東北“絆”練習会

メンタルトレーニング体験

— 練習通りを、本番でも。 —

2026年12月5日（土）

第1部 10:30〜12:00
メンタルトレーニング

心を整え、パフォーマンスを高める
実践的なトレーニングを行います。

第2部 13:00〜13:30
メンタル講習会
（指導者・保護者向け）

選手の心の成長を支えるために、
日々の関わり方やサポートの視点をお伝えします。

講師

田村 亮
RYO TAMURA

元プロモトクロスライダー
/ メンタルトレーナー

1992年生まれ、
宮城県仙台市出身。
2018年にモトクロスを引退し、
現在は現役時代の経験を活かして
メンタルトレーナーとして活動。

主なサポート実績

- プロアスリート（累計500名以上サポート）
- Jリーガー・MotoGP・スピードスケート・野球
  フットサル・ハンドボール・空手・バレー etc...
- 高校サッカー・高校ソフトボール
- 企業研修・専門学校
- コミュニティ運営・イベント運営

主な戦績

- 全日本ランキング4位（2013）

SNSで
最新情報をチェック！

Instagram　YouTube　note

感情を理解し、パフォーマンスを上げる