

# コーディネーショントレーニング実技講習会 9月24日(土)

体力・運動能力アップ!

運動を学ぶ力を引き出す脳のトレーニングの理論と実技

指導:NPO法人日本コーディネーショントレーニング協会(JACOT)



- 運動を学習する時に、早く学習できるようにするための“学ぶ力”を得ることを最大の目的としたトレーニング
- この“学ぶ力”が高まると、これまで何十回も繰り返し身に付けていた技や新しく覚える技術が数回の練習でできるようになる。