

もっと上手になりたい、その君

スポーツビジョン

上手になりたいなら、眼を鍛えよう!

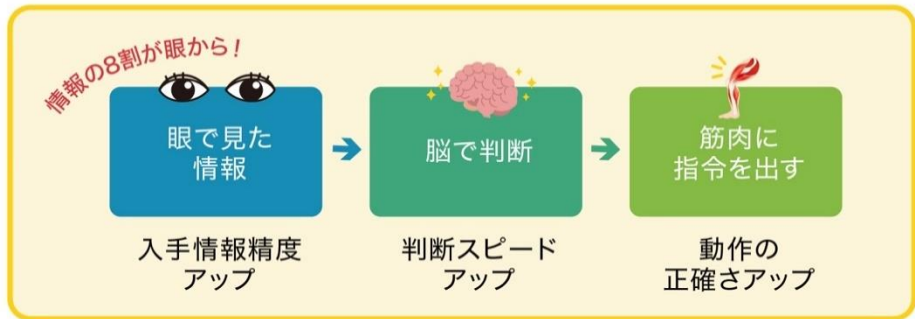
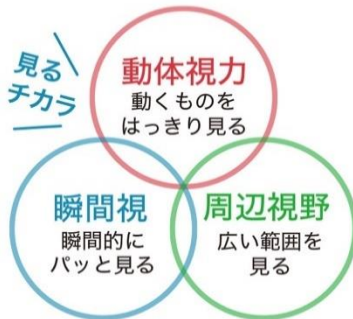


こんなお悩み
ありませんか？

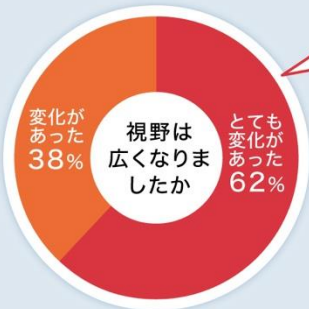
- ☑ 判断が遅れる
- ☑ プレーでのちょっとしたミスが多い
- ☑ 周囲の状況が見えていない
- ☑ 次のプレー予測ができない・苦手
- ☑ 集中が続かない
- ☑ 緊張して自分のプレーができない
- ☑ 失敗して落ち込む

スポーツビジョン = 「見る」チカラUP で解決!

身体をリードする「眼」を鍛えることでスポーツでのパフォーマンスもアップ



実際にトレーニングしている学生に聞いてみた!



2021年アンケート実施 バスケットボール部 高3生18名(男8名・女10名) ※トレーニング歴約2年

全員が変化を実感!

「前よりボールが見えるようになった」との声も多数

プロのスポーツ選手も注目する速読トレーニング 多くの学校やチームで実践されています

- 和歌山県 大学 野球部
- 茨城県 高校 野球部、サッカー部
- 京都府 大学 野球部
- 沖縄県 高校 スポーツコース
- 大阪府 高校 野球部
- 神奈川県 女子サッカーチーム 他多数

動画で検証

野球未経験で 165キロの球に挑戦!



その結果を動画でチェック



スポーツビジョン研究の第一人者 石垣教授監修トレーニングメニュー

動体視力/眼球運動/周辺視野/瞬間視/眼と手の協応動作をUPするトレーニング

- 動体視力**: 画面に動くボールを追って色を答える。
- 眼球運動**: 画面に点と線があり、指定された点を見ながら線をなぞる。
- 瞬間視**: 画面に数字が瞬時に表示され、それを記憶して順番に答える。
- 眼と手の協応動作**: 画面に色と数字があり、指定された色と数字のボタンを同時に押す。

スポーツビジョンについて
もっと知りたい方は

速読
情報館へ



速読解力講座 なら 全部できる!

めいりんがっかん
明倫学館

山口市宮野上85-7(新鮮市場の向かい側)

TEL(083)925-8581 [受付時間:14時半~22時]