



# 脳を活性化する食事と



# プロ選手が持つ思考の育て方

元ロッテ  
荻野忠寛投手が  
教える



セミナー & お食事 参加費 **1,000円**  
お1人様

今回の  
お食事は

## 脳の活性化メニュー!

お魚のDHAはもちろん、脳にキクとされる  
レシチン・コリンを摂取しましょう!



DHA EPA  
レシチン コリン

鯖のトマトチーズ  
ホイル焼き

※写真はイメージです

ブドウ糖 コリン  
雑穀米のおにぎり

葉酸 コリン

きのこと小松菜の  
クリーム豆乳味噌スープ

## セミナー内容

- なぜ、同じ練習をしているのに差ができるの?
- プロ野球選手になる人はどういう人?
- プロ選手とアマチュア選手の違い
- 子どもの成長を加速させるヒント
- スポーツセンシングとは?



# 10月11日

金曜日

# 開催

フロントにて 好評ご予約受付中

お問合せ 03-3653-7441

参加人数 18歳以上の方 20名様まで

※定員に達し次第受付をメ切りさせていただきます。

《10/11 タイムスケジュール》

- ・ 11:30 開場
- ・ 11:45 ~ 12:35 セミナー
- ・ 12:35 ~ 13:00 食事
- ・ 13:00 ~ 13:15 質疑応答

《会場》さくらカフェ

