世界に通用する美ボディと

メンタルの関係

ビューティーキャンプセミナー、お疲れさまでした。

アンケートのご協力をお願いいたします。

●５つの要素の中の１番の強みに〇をし、その理由やそのために日々努力している事を教えて下さい。

人間性　　　　感性　　　　内面の美しさ　　　　自信　　　　知性

理由や努力していること

|  |
| --- |
|  |

●５つの要素の中の１番の弱みに〇をし、その理由やどうしたら強みに変えられるかを教えて下さい。

人間性　　　　感性　　　　内面の美しさ　　　　自信　　　　知性

理由や改善点

|  |
| --- |
|  |

●講義を聞き、心に残ったワードを理由と一緒に教えて下さい

|  |
| --- |
| ワード： |
| 理由： |

●あなたが心をコントロールするために実際に行っていることに○をしてください(複数回答可)

目標設定　　　　リラクゼーション＆サイキングアップ　　　イメージトレーニング　　　集中力

プラス思考　　　　セルフトーク　　　　本番に対する心理的準備　　　　コミュニケーション

●あなたが自信を持つために行っている事や心に置いている言葉があれば教えて下さい

|  |
| --- |
|  |

●本日の講義を10日後の本大会やその先にどのように生かしますか？

|  |
| --- |
|  |

　　　　　　　　　　　代表　名前：

ご協力ありがとうございました。

このアンケート結果はHP(http://slim-school.net/)等に載せる可能性がございますので予めご了承ください。