

新竹市111年田徑C級教練講習會課表-暫定

節次	6月24日(星期五)	6月25日(星期六)	6月26日(星期日)
1	07:30~08:00報到	08:00~08:50	08:00~08:50
	08:00~08:50	欄架訓練 理論基礎	運動疲勞與恢復
	田徑教練應有的素養		
	(潘瑞根 講師)	(張勝輝 講師)	(廖偉伶 講師)
2	09:00~09:50	09:00~09:50	09:00~09:50
	田徑代表隊經營管理	欄架訓練 理論基礎	運動疲勞與恢復 (廖偉伶 講師)
	(潘瑞根 講師)	(張勝輝 講師)	
3	10:00~10:50	10:00~10:50	10:00~10:50
	性平教育	跳遠訓練	運動營養學
	郭凡琦心理師	(蔡欣憲 講師)	(張珮慈 講師)
4	11:00~11:50	11:00~11:50	11:00~11:50
	運動禁藥	跳遠訓練	運動營養學
	(教授)	(蔡欣憲 講師)	(張珮慈 講師)
午 餐 及 休 息			
4	13:00~13:50	13:00~13:50	13:00~13:50
	擲部訓練 (標槍)	跳高訓練	競走訓練
	(周宜辰 講師)	(邱為榮 講師)	(張平山 講師)
5	14:00~14:50	14:00~14:50	14:00~14:50
	擲部訓練 (標槍)	跳高訓練	競走訓練
	(周宜辰 講師)	(邱為榮 講師)	(張平山 講師)
6	15:00~15:50	15:00~15:50	15:00~15:50
	短跑與接力訓練	中、長跑訓練	投擲訓練 (鉛球、鐵餅)
	(陶武訓 講師)	(許績勝 老師)	(杜茂生 講師)
7	16:00~16:50	16:00~16:50	16:00~16:50
	短跑與接力訓練	中、長跑訓練	投擲訓練(鉛球、鐵餅) (杜茂生 講師)
	(陶武訓 講師)	(許績勝 老師)	17:00~18:00綜合討論及考試

註：授課講師若有變更或課程調動，以研習會場為準。