

# 臺北市107年田徑C級教練講習會課表

節次	1月31日 〔星期三〕	2月1日 〔星期四〕	2月2日 〔星期五〕
1	08:00~08:30 報到	08:00~09:00 中.長跑與障礙 賽跑訓練法  (葉盈志 老師)	08:00~09:00 短跑與接力訓練法  (王淑華 教授)
	08:40~09:00 開訓典禮 (饒理 理事長)		
2	09:00~10:00 國家級教練 規範與認知 (陳太正 教授)	09:10~10:10 中.長跑與障礙 賽跑訓練法 (葉盈志 老師)	09:10~10:10 短跑與接力訓練法 (王淑華 教授)
3	10:10~12:10 超越顛峰無傷 無痛放心運動 (紀政 理事長)	10:20~12:20 擲部訓練法 (鐵餅/鉛球/標槍)  (張浩桂 老師)	10:20~12:20 田徑教練對於規則 的認識 (郭燦星 教授)
午餐及休息			
4	13:00~14:00 欄架訓練法  (戴世然 教授)	13:00~14:00 跳遠訓練法  (邱為榮 老師)	13:00~14:00 田徑代表隊經營管理  (潘瑞根 老師)
5	14:10~15:10 欄架訓練法  (戴世然 教授)	14:10~15:10 跳遠訓練法  (邱為榮 老師)	14:10~15:10 田徑代表隊經營管理  (潘瑞根 老師)
6	15:20~16:20 運動傷害學  (陳雅琳 講師)	15:20~16:20 田徑運動訓練 計畫擬定 (陳九州 教授)	15:20~16:20 綜合討論及結業式
7	16:30~17:30 運動禁藥  (曾玉華 教授)	16:30~17:30 田徑運動訓練 計畫擬定 (陳九州 教授)	16:30~17:30 考試

註：授課講師若有變更或課程調動，以研習會場為準。