

**2023年度 JAAF公認ジュニアコーチ養成講習会
(愛知会場) 日程表(案)**

	第 1 日	第 2 日	第 3 日		
期 日	12月2日(土)	12月9日(土)	12月10日(日)		
会 場	オンライン講習	集合講習：中京大学豊田キャンパス 陸上競技場			
住所会場最寄駅	第 5 会場				
9：00	指導者の役割と安全管理	ガイダンス 1 H		種目別指導 (中長距離・競歩) 1 H	種目別指導 (短距離・リレー) 1 H
10：00	2 H	基本の運動 1 H	種目別指導 (ハードル) 1 H	種目別指導 (短距離・リレー) 1 H	種目別指導 (中長距離・競歩) 1 H
11：00	スポーツと栄養 1 H	種目別指導 (ハードル) 1 H	基本の運動 1 H	種目別指導 (棒高跳) 1 H	種目別指導 (走幅跳) 1 H
12：00	昼休み	昼休み		昼休み	
13：00	スポーツ障害 1 H	種目別指導 (走高跳) 1 H	種目別指導 (三段跳) 1 H	種目別指導 (走幅跳) 1 H	種目別指導 (棒高跳) 1 H
14：00	学校部活動と地域クラブ 1 H	種目別指導 (三段跳) 1 H	種目別指導 (走高跳) 1 H	種目別指導 (円盤投) 1 H	種目別指導 (やり投) 1 H
15：00	トレーニング計画 1 H	種目別指導 (砲丸投) 1 H	種目別指導 (ハンマー投) 1 H	種目別指導 (やり投) 1 H	種目別指導 (円盤投) 1 H
16：00	2 H	種目別指導 (ハンマー投) 1 H	種目別指導 (砲丸投) 1 H	筆記試験 1 H	
17：00					
時間	7 H	7 H		7 H	

※実技講習は2グループに分かれておこないます。グループ分けは当日ご確認ください。