2026年度 JAAF公認B級コーチ養成講習会
秋田会場日程表（予定）

	第 1 日	第 2 日	第 3 日
期 日	10月3日(土)	10月31日(土)	11月1日(日)
会　場 住所 会場最寄駅	オンライン講習 第2会場	秋田県立中央公園陸上競技場	
8：00	アクセス　8:30-8:45	受付時間は陸連公式サイトに掲載される 各会場ごとの「参加案内」をご確認ください	
	ガイダンス　8:45～9:00		
9：00	指導者の役割と安全管理 9:00~11:00	ガイダンス 9:00-9:45 45分	種目別指導 （ハードル） 9:00-10:00 1Ｈ
10：00	2Ｈ	基本の運動 9:50-10:50 1Ｈ	休憩
11：00	休憩	休憩	種目別指導 （やり投） 10:10-11:10 1Ｈ
	スポーツと栄養 11:10~12:10	種目別指導 （短距離・リレー） 11:00-12:00 1Ｈ	休憩
12：00	1H	昼休み 50分	種目別指導 （走高跳） 11:20-12:20 1Ｈ
	昼休み 12:10～13:00 50分	種目別指導 （棒高跳） 12:50-13:50 1Ｈ	昼休み 50分
13：00	スポーツ障害 1Ｈ	休憩	種目別指導 （円盤投） 13:10-14:10 1Ｈ
14：00	休憩	種目別指導 （走幅跳） 14:00-15:00 1Ｈ	休憩
	学校部活動と地域クラブ 14:05～15:05	休憩	種目別指導 （ハンマー投） 14:20-15:20 1Ｈ
15：00	1Ｈ	種目別指導 （三段跳） 15:10-16:10 1Ｈ	休憩
	休憩	休憩	種目別指導 （中長距離・競歩） 15:30-16:30 1Ｈ
16：00	トレーニング計画 15:10～17:10	種目別指導 （砲丸投） 16:20-17:20 1Ｈ	休憩
17：00	2Ｈ	事務連絡 17:30　解散予定	筆記試験（45分） 16:40-17:25
	事務連絡 17:30頃　解散予定		事務連絡 17:45　解散予定
18：00			
時間数	7Ｈ	6Ｈ	6Ｈ

＊講義間に5～15分適宜休憩が入ります。進行状況により、終了予定時間が前後する可能性がございます。予めご了承くださいますようお願いいたします

＊時間数について、ガイダンス・試験・休憩時間は学習時間に含みません