

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

|         | 第 1 日                  | 第 2 日                         | 第 3 日                       |
|---------|------------------------|-------------------------------|-----------------------------|
| 期 日     | 10月14日(土)              | 11月4日(土)                      | 11月12日(日)                   |
| 会 場     | オンライン講習                | 集合講習：関・中池陸上競技場                |                             |
| 住所会場最寄駅 | 第2会場                   |                               |                             |
| 9：00    | 指導者の役割と安全管理<br><br>2 H | ガイダンス<br><br>1 H              | 種目別指導<br>(走高跳)<br><br>1 H   |
| 10：00   |                        | 基本の運動<br><br>1 H              | 種目別指導<br>(棒高跳)<br><br>1 H   |
| 11：00   | スポーツと栄養<br><br>1 H     | 種目別指導<br>(短距離・リレー)<br><br>1 H | 種目別指導<br>(砲丸投)<br><br>1 H   |
| 12：00   | 昼休み                    | 昼休み                           |                             |
| 13：00   | スポーツ障害<br><br>1 H      | 種目別指導<br>(ハードル)<br><br>1 H    | 種目別指導<br>(円盤投)<br><br>1 H   |
| 14：00   | 学校部活動と地域クラブ<br><br>1 H | 種目別指導<br>(中長距離・競歩)<br><br>1 H | 種目別指導<br>(ハンマー投)<br><br>1 H |
| 15：00   | トレーニング計画<br><br>2 H    | 種目別指導<br>(走幅跳)<br><br>1 H     | 種目別指導<br>(やり投)<br><br>1 H   |
| 16：00   |                        | 種目別指導<br>(三段跳)<br><br>1 H     | 筆記試験<br><br>1 H             |
| 17：00   |                        |                               |                             |
| 時間      | 7 H                    | 7 H                           | 7 H                         |