# 2026年度　JAAF公認B級コーチ養成講習会
# 群馬会場日程表（予定）

| | 第 1 日 | 第 2 日 | 第 3 日 |
|---|---|---|---|
| 期 日 | 12月19日(土) | 2月6日(土) | 2月7日(日) |
| 会　場<br>住所<br>会場最寄駅 | オンライン講習<br>第７会場 | 敷島公園補助陸上競技場<br>群馬県前橋市敷島町６６番地 | |
| 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<br>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<br>9:00~11:00 | ガイダンス<br>9:00-9:45<br>45分 | 種目別指導<br>（短距離・リレー）<br>9:00-10:00<br>1Ｈ |
| 10：00 | 2Ｈ | 基本の運動<br>9:50-10:50<br>1Ｈ | 休憩 |
| 11：00 | 休憩 | 休憩 | 種目別指導<br>（やり投）<br>10:10-11:10<br>1Ｈ |
| | スポーツと栄養<br>11:10~12:10 | 種目別指導<br>（棒高跳）<br>11:00-12:00<br>1Ｈ | 休憩 |
| 12：00 | 1H | 昼休み<br>50分 | 種目別指導<br>（砲丸投）<br>11:20-12:20<br>1Ｈ |
| | 昼休み<br>12:10～13:00<br>50分 | 種目別指導<br>（ハンマー投）<br>12:50-13:50<br>1Ｈ | 昼休み<br>50分 |
| 13：00 | スポーツ障害<br>1Ｈ | 休憩 | 種目別指導<br>（ハードル）<br>13:10-14:10<br>1Ｈ |
| 14：00 | 休憩 | 種目別指導<br>（円盤投）<br>14:00-15:00<br>1Ｈ | 休憩 |
| | 学校部活動と地域クラブ<br>14:05～15:05 | 休憩 | 種目別指導<br>（走高跳）<br>14:20-15:20<br>1Ｈ |
| 15：00 | 1Ｈ | 種目別指導<br>（三段跳）<br>15:10-16:10<br>1Ｈ | 休憩 |
| | 休憩 | 休憩 | 種目別指導<br>（中長距離・競歩）<br>15:30-16:30<br>1Ｈ |
| 16：00 | トレーニング計画<br>15:10～17:10 | 種目別指導<br>（走幅跳）<br>16:20-17:20<br>1Ｈ | 休憩 |
| 17：00 | 2Ｈ | 事務連絡<br>17:30　解散予定 | 筆記試験（45分）<br>16:40-17:25 |
| | 事務連絡<br>17:30頃　解散予定 | | 事務連絡<br>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**