2025年度 JAAF公認ジュニアコーチ養成講習会 (広島会場)日程表(予定)

	第1日目	第2日目	第3日目
期日	11月15日(土)	12月6日(土)	12月7日(日)
会場	,		
住所会場最寄駅	オンライン講習 第5会場	〒737-0182広島県呉市郷原学びの丘1-1-1 JR山陽本線「西条」駅からバスで約40分、「下高」バス停から約500m	
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		基本の運動 9:50~10:50	休憩
	2Н	1Н	種目別指導 (中長距離·競歩) 10:10~11:10
11:00	休憩	休憩	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	休憩 種目別指導 (砲丸投) 11:20~12:20
12:00	1H		1H
	昼休み 12:10~13:00 50分	昼休み 12:00~12:50 50分 種目別指導	 昼休み 12:20~13:10
13:00	スポーツ障害 13:00~14:00	(棒高跳) 12:50~13:50	種目別指導 (円盤投) 13:10~14:10
	1H		
14:00	休憩 学校部活動と地域クラブ 14:05~15:05	種目別指導 (走幅跳) 14:00~15:00	休憩
15:00	1H	1H 休憩	種目別指導 (ハンマー投) 14:20~15:20
	休憩	種目別指導 (三段跳)	1H 休憩
16:00	トレーニング計画 15:10~17:10	15:10~16:10	種目別指導 (やり投) 15:30~16:30
	2H	休憩 種目別指導 - (走高跳) -	1H 休憩
17:00	事務連絡	16:20~17:20 1H	筆記試験 16:40~17:25
	17:30頃 解散予定	事務連絡 17:30頃 解散予定	事務連絡 17:45頃 解散予定
18:00			
時間	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