

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

	第1日	第2日	第3日
期日	12月9日(土)	1月6日(土)	1月7日(日)
会場	オンライン講習	集合講習：ウイंक陸上競技場	
住所会場最寄駅	第6会場		
9:00	指導者の役割と安全管理 2H	ガイダンス 1H	種目別指導 (走高跳) 1H
10:00		基本の運動 1H	種目別指導 (棒高跳) 1H
11:00	スポーツと栄養 1H	種目別指導 (短距離・リレー) 1H	種目別指導 (砲丸投) 1H
12:00	昼休み	昼休み	昼休み
13:00	スポーツ障害 1H	種目別指導 (中長距離・競歩) 1H	種目別指導 (円盤投) 1H
14:00	学校部活動と地域クラブ 1H	種目別指導 (ハードル) 1H	種目別指導 (ハンマー投) 1H
15:00	トレーニング計画 2H	種目別指導 (走幅跳) 1H	種目別指導 (やり投) 1H
16:00		種目別指導 (三段跳) 1H	筆記試験 1H
17:00			
時間	7H	7H	7H