

2024年度 JAAF公認ジュニアコーチ養成講習会
(長野会場) 日程表(予定)

	第 1 日	第 2 日		
期 日	12月7日(土)	12月8日(日)		
会 場	集合講習：長野市宮陸上競技場			
住所会場最寄駅				
8 : 30	ガイダンス(9:00~)		種目別指導 (走高跳)	種目別指導 (棒高跳)
			1 H	1 H
9 : 30	1 H		種目別指導 (棒高跳)	種目別指導 (走高跳)
	基本の運動	種目別指導 (三段跳)	1 H	1 H
10 : 30	1 H	1 H	種目別指導 (砲丸投)	種目別指導 (円盤投)
	種目別指導 (短距離・リレー)	種目別指導 (走幅跳)	1 H	1 H
11 : 30	1 H	1 H	昼休み	
	昼休み			
12 : 30			種目別指導 (円盤投)	種目別指導 (砲丸投)
	種目別指導 (ハードル)	種目別指導 (短距離・リレー)	1 H	1 H
13 : 30	1 H	1 H	種目別指導 (ハンマー投)	種目別指導 (やり投)
	種目別指導 (中長距離・競歩)	基本の運動	1 H	1 H
14 : 30	1 H	1 H	種目別指導 (やり投)	種目別指導 (ハンマー投)
	種目別指導 (走幅跳)	種目別指導 (中長距離・競歩)	1 H	1 H
15 : 30	1 H	1 H	筆記試験	
	種目別指導 (三段跳)	種目別指導 (ハードル)	1 H	
16 : 30	1 H	1 H		
	17:00予定			
時間	7 H		7 H	

※実技講習は2グループに分かれておこないます。グループ分けは当日ご確認ください。