

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

	第 1 日	第 2 日	第 3 日
期 日	10月14日(土)	10月28日(土)	11月5日(日)
会 場	オンライン講習	集合講習：熊谷陸上競技場	集合講習：上尾陸上競技場
住所会場最寄駅	第 2 会場		
9：00	指導者の役割と安全管理	ガイダンス	種目別指導 (走高跳)
		1H	1H
10：00		基本の運動	種目別指導 (三段跳)
	2H	1H	1H
11：00	スポーツと栄養	種目別指導 (走幅跳)	種目別指導 (短距離・リレー)
	1H	1H	1H
12：00	昼休み	昼休み	昼休み
13：00	スポーツ障害	種目別指導 (中長距離・競歩)	種目別指導 (ハードル)
	1H	1H	1H
14：00	学校部活動と地域クラブ	種目別指導 (砲丸投)	種目別指導 (円盤投)
	1H	1H	1H
15：00	トレーニング計画	種目別指導 (やり投)	種目別指導 (ハンマー投)
		1H	1H
16：00		種目別指導 (棒高跳)	筆記試験
	2H	1H	1H
17：00			
時間	7H	7H	7H