

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

	第 1 日	第 2 日	第 3 日
期 日	1月13日(土)	2月10日(土)	2月11日(日)
会 場	オンライン講習	彦根総合スポーツ公園陸上競技場	
住所会場最寄駅	第7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 (ハンマー投げ)  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 (ハードル)  1H	種目別指導 (走り幅跳び)  1H
14:00	学校部活動と地域クラブ  1H	種目別指導 (棒高跳び)  1H	種目別指導 (三段跳び)  1H
15:00	トレーニング計画  2H	種目別指導 (円盤投げ)  1H	種目別指導 (中長距離)  1H
16:00		種目別指導 (やり投げ)  1H	筆記試験  1H
17:00			
時間	7H	7H	7H