

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

	第 1 日	第 2 日		第 3 日	
期 日	2月3日(土)	2月24日(土)		2月25日(日)	
会 場	オンライン講習 第8会場	集合講習：秋川体育館・秋川公民館			
住所会場最寄駅					
グループ		※ Aグループ	※ Bグループ	※ Aグループ	※ Bグループ
9:00	指導者の役割と安全管理	ガイダンス 1H		種目別指導 (ハードル) 1H	種目別指導 (円盤投) 1H
10:00	2H	基本の運動 1H	種目別指導 (短距離・リレー) 1H	種目別指導 (円盤投) 1H	種目別指導 (ハードル) 1H
11:00	スポーツと栄養 1H	種目別指導 (短距離・リレー) 1H	基本の運動 1H	種目別指導 (やり投) 1H	種目別指導 (走幅跳) 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 (棒高跳) 1H	種目別指導 (中長距離・競歩) 1H	種目別指導 (走高跳) 1H	種目別指導 (やり投) 1H
14:00	学校部活動と地域クラブ 1H	種目別指導 (中長距離・競歩) 1H	種目別指導 (棒高跳) 1H	種目別指導 (ハンマー投) 1H	種目別指導 (三段跳) 1H
15:00	トレーニング計画 1H	種目別指導 (砲丸投) 1H	種目別指導 (走高跳) 1H	種目別指導 (三段跳) 1H	種目別指導 (ハンマー投) 1H
16:00	2H	種目別指導 (走高跳) 1H	種目別指導 (砲丸投) 1H	筆記試験 1H	
17:00					
時間	7H	7H		7H	