

2022年度 JAAF公認ジュニアコーチ養成講習会（東京①会場）日程表

競技名 陸上 競技

	専門科目（共通 I 筆記試験を含む）
期日	11月5日（土）、6日（日）
会場	東京女子体育大学（東京都国立市富士見台4-30-1） JR南武線「西国立」駅下車徒歩8分
住所 会場最寄駅	

	第 1 日目	
	Aグループ	Bグループ
9:00	筆記試験(共通 I) ※専門科目のみ受講の方は免除 1H	
10:00	ガイダンス 1H	
11:00	陸上競技の種目別指導 (走幅跳) 1H	陸上競技の種目別指導の方法 (砲丸投) 1H
12:00	昼休み	
13:00	陸上競技の種目別指導の方法 (砲丸投) 1H	陸上競技の種目別指導 (走幅跳) 1H
14:00	陸上競技の種目別指導 (三段跳) 1H	陸上競技の種目別指導 (棒高跳) 1H
15:00	陸上競技の種目別指導 (棒高跳) 1H	陸上競技の種目別指導 (三段跳) 1H
16:00	陸上競技の種目別指導の方法 (短距離・リレー) 1H	陸上競技の種目別指導 (円盤投) 1H
17:00	陸上競技の種目別指導 (円盤投) 1H	陸上競技の種目別指導の方法 (短距離・リレー) 1H
18:00	事務連絡(18:30解散予定)	
19:00	8H(共通のみは7H)	

	第 2 日目	
	Aグループ	Bグループ
	トレーニング論 I (基本の運動) 1H	陸上競技の種目別指導 (やり投) 1H
	陸上競技の種目別指導 (やり投) 1H	トレーニング論 I (基本の運動) 1H
	陸上競技の種目別指導 (ハードル) 1H	陸上競技の種目別指導 (走高跳) 1H
	昼休み	
	陸上競技の種目別指導 (走高跳) 1H	陸上競技の種目別指導 (ハードル) 1H
	陸上競技の種目別指導 (ハンマー投) 1H	陸上競技の種目別指導 (中長距離・競歩) 1H
	陸上競技の種目別指導 (中長距離・競歩) 1H	陸上競技の種目別指導 (ハンマー投) 1H
	陸上競技のルール (陸上競技の主なルール) 1H	
	筆記試験(専門) 1H	
	事務連絡(18:30解散予定)	
	8H	

* 実技講習は2グループに分かれて実施します（グループは講習会当日ご確認ください）