

**2024年度 JAAF公認ジュニアコーチ養成講習会**  
**(〇〇会場) 日程表(案)**

	第 1 日	第 2 日	第 3 日
期 日	〇月〇日	〇月〇日	〇月〇日
会 場	オンライン講習	集合講習：〇〇陸上競技場	
住所会場最寄駅	第〇会場		
9：00	指導者の役割と安全管理  2H	ガイダンス  講師：陸協 1H	種目別指導 (走高跳) 講師：〇〇 1H
10：00		基本の運動  講師：〇〇 1H	種目別指導 (棒高跳) 講師：〇〇 1H
11：00	スポーツと栄養  1H	種目別指導 (短距離・リレー) 講師：〇〇 1H	種目別指導 (砲丸投) 講師：〇〇 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) 講師：〇〇 1H	種目別指導 (円盤投) 講師：〇〇 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) 講師：〇〇 1H	種目別指導 (ハンマー投) 講師：〇〇 1H
15：00	トレーニング計画  2H	種目別指導 (走幅跳) 講師：〇〇 1H	種目別指導 (やり投) 講師：〇〇 1H
16：00		種目別指導 (三段跳) 講師：〇〇 1H	筆記試験  1H
17：00			
時間	7H	7H	7H

**時間割固定**