臺北市 111 年田徑 C 級教練講習會實施辦法

一、主　　旨：為培養專業田徑教練人才，提升田徑運動成績，特舉辦本項講習會。
二、指導單位：中華民國田徑協會。
三、主辦單位：臺北市體育總會田徑協會。
四、協辦單位：臺北市政府體育局。
五、本會網址：http://www.tmtfa.com.tw
六、講習日期：111/01/22(六）至 111/01/24（一），共計三天。
七、講習時間：每日上 08:00 時至下午 17:00 時(1/22 日上午 08:00 時辦理報到; 1/24 17:00-18:00 結業式考試)。
八、講習地點：**臺北市立松山高級商業家事職業學校(視聽中心二樓)。**
（臺北市信義區松山路 655 號、學校不開放停車、請搭乘大眾交通工具。）
九、參加資格：(1）年滿二十歲以上。
(2）高中職以上學校畢業（或同等學歷)。
(3）身體健康、品行端正。
(4）嫻熟田徑規則並熱心田徑訓練工作者。
十、報名日期：(1）**自即日起至 111 年 1 月 14 日止(星期五)（郵戳為憑)。**
(2）本次講習會因受場地所限，欲參加者請於報名日期截止前儘速辦理報名。
十一、報名方式：
(1) 請上 http://www.tmtfa.com.tw 網站，下載報名表，詳細填寫本次講習會報名表（如附件)。
(2)準備 1 吋證件照片一張,黏貼於報名表上，報名學員請提供大頭照電子檔，以利日後體總製作裁判證。電子檔檔名請以「姓名_身分證字號」命名,以電子郵件方式寄至協會信箱:taipeiaa8@gmail.com。
(3)身分證正反面影印本一份。
(4)報名費：新台幣$2000 整，報到當天現場繳交現金。
(5)報名表+身分證影本+良民證正本等報名資料請於 111/01/14(五)前掛號郵寄至:臺北市體育總會田徑協會收; 地址:104 臺北市中山區遼寧街 119 號 3 樓。
聯絡人:吳紋妃 0917-273852　協會電話:（02）2711-2317
(6) 所有參加學員均贈送國際田徑規則乙本。
(7) 恕不受理電話或傳真方式報名。
(8) 最近一個月內核發之無違反前條規定之警察刑事紀錄證明（即良民證)正本。
十二、研習內容：詳見課表。
十三、上課需知、考試及發證：
(1) 學員課前需簽到,上課需按編號就座上課以利點名作業。
(2) 講習會期間累積三堂缺課者,不得參加考試。
(3) 請假者需填寫請假單,每小時扣總分 2 分。
(4) 考試採筆試測驗方式，滿分 100 分，須達 80 分始為及格。
(5)發證:考試及格並經本會審核通過者，由本協會呈報中華民國田徑協會核備製作 C 級教練證，再由本協會寄發證件。
十四、本辦法經奉准後實施，如有未盡事宜得由主辦單位修訂並公佈之。
十五、請學員配合中央政府防疫相關規定。

臺北市111年田徑C級教練講習會課表

節次	1月22日(星期六)	1月23日(星期日)	1月24日(星期一)
1	07:30～08:00報到	08:00～08:50	08:00～08:50
	08:00～08:50 超越顛峰無傷 無痛放心運動	欄架訓練 理論基礎	運動疲勞與恢復
	(紀 政 董事長)	(陳天文 教練)	(余家賢 講師)
2	09:00～09:50	09:00～09:50	09:00～09:50
	超越顛峰無傷 無痛放心運動	欄架訓練 理論基礎	運動疲勞與恢復 (余家賢 講師)
	(紀 政 董事長)	(陳天文 教練)	
3	10:00～10:50	10:00～10:50	10:00～10:50
	性平教育	跳遠訓練	運動營養學
	(許瓊云 教授)	(王國慧 教授)	(侯建文 教授)
4	11:00～11:50	11:00～11:50	11:00～11:50
	運動禁藥	跳遠訓練	運動營養學
	(陳伯儀 教授)	(王國慧 教授)	(侯建文 教授)
午 餐 及 休 息			
4	13:00～13:50	13:00～13:50	13:00～13:50
	擲部訓練 (鐵餅/鉛球/標槍) (張浩桂 老師)	短跑與接力訓練 (梁澤敬 教練)	教練哲學與專業知能 (高嘉慶 老師)
5	14:00～14:50	14:00～14:50	14:00～14:50
	擲部訓練 (鐵餅/鉛球/標槍)	短跑與接力訓練	教練哲學與專業知能
	(張浩桂 老師)	(梁澤敬 教練)	(高嘉慶 老師)
6	15:00～15:50	15:00～15:50	15:00～15:50
	跳高訓練	中.長跑訓練	田徑教練應有的素養
	(陳鴻傑 教練)	(葉盈志 老師)	(潘瑞根 老師)
7	16:00～16:50	16:00～16:50	16:00～16:50
	跳高訓練	中.長跑訓練	田徑代表隊經營管理 (潘瑞根 老師)
	(陳鴻傑 教練)	(葉盈志 老師)	17:00～18:00綜合討論及考試

註：授課講師若有變更或課程調動，以研習會場為準。