

## 2023年度 JAAF公認ジュニアコーチ養成講習会（静岡会場）日程表

競技名 \_\_\_\_\_ 陸上 \_\_\_\_\_ 競技

|         | 共通科目 I（スポーツリーダー）      | 専門科目<br>（共通 I 筆記試験を含む）                    |                          |
|---------|-----------------------|---|--------------------------|
|         | 第 1 日                 | 第 2 日                                     | 第 3 日                    |
| 期 日     | 12月9日（土）              | 12月23日（土）                                 | 12月24日（日）                |
| 会 場     | オンライン講習：第6会場          | 富士総合運動公園陸上競技場                             |                          |
| 住所会場最寄駅 |                       | 東海道新幹線・新富士駅より車で15分、<br>JR東海道本線・富士駅より車で15分 |                          |
| 9：00    | 指導者の役割と安全管理<br><br>2H | ガイダンス<br><br>1H                           | 種目別指導<br>（走高跳）<br><br>1H |
| 10：00   |                       | 基本の運動<br><br>1H                           | 種目別指導<br>（走幅跳）<br><br>1H |
| 11：00   | スポーツと栄養<br><br>1H     | 種目別指導<br>（短距離・リレー）<br><br>1H              | 種目別指導<br>（三段跳）<br><br>1H |
| 12：00   | 昼休み                   | 昼休み                                       | 昼休み                      |
| 13：00   | スポーツ障害<br><br>1H      | 種目別指導<br>（ハードル）<br><br>1H                 | 種目別指導<br>（棒高跳）<br><br>1H |
| 14：00   | 学校部活動と地域クラブ<br><br>1H | 種目別指導<br>（円盤投）<br><br>1H                  | 種目別指導<br>（砲丸投）<br><br>1H |
| 15：00   | トレーニング計画<br><br>2H    | 種目別指導<br>（ハンマー投）<br><br>1H                | 種目別指導<br>（やり投）<br><br>1H |
| 16：00   |                       | 種目別指導<br>（中長距離・競歩）<br><br>1H              | 筆記試験<br><br>1H           |
| 17：00   |                       |   |                          |
| 時間      | 7 H                   | 7 H                                       | 7 H                      |