

## 中華民國擊劍協會 110 年度 A 級教練講習會課程表

日期 時間	4 月 22 日	日期 時間	4 月 23 日	4 月 24 日	4 月 25 日
	星期四		星期五	星期六	星期日
08:45-09:00	報到	07:45-08:00	報到		
		08:00-09:00	體能測驗、評估及 訓練	運動疲勞級恢復 林振綱	擊劍指導技術
09:00-10:00	奧會模式	09:00-10:00	運動教練、訓練學	運動疲勞級恢復 林振綱	擊劍指導技術
10:00-11:00	性別平等教育 楊孟容	10:00-11:00	教練職責與素養	運動傷害防護及 急救 林振綱	擊劍指導技術
11:00-12:00	運動禁藥	11:00-12:00	教練倫理	運動傷害防護及 急救 林振綱	擊劍指導技術
12:00-13:00	中午休息	12:00-13:00	中午休息		
13:00-14:00	擊劍運動技術 及戰術	13:00-14:00	擊劍運動規則 黃皓志	訓練計畫擬定	擊劍指導技術
14:00-15:00	擊劍運動技術 及戰術	14:00-15:00	擊劍運動規則 黃皓志	訓練計畫擬定	擊劍指導技術
15:00-16:00	擊劍運動技術 及戰術	15:00-16:00	擊劍術語 黃皓志	運動情報蒐集及 其分析	擊劍指導技術
16:00-17:00	運動生理學	16:00-17:00	運動營養學	運動情報蒐集及 其分析	擊劍指導技術
17:00-18:00	運動生理學	17:00-18:00	運動營養學	運動團隊經營管 理	考試
18:00-19:00	運動心理學	18:00-19:00	運動健康管理	運動團隊經營管 理	考試
19:00-20:00	運動心理學	19:00-20:00	運動健康管理	教練管理學	考試