

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

	第 1 日	第 2 日	第 3 日
期 日	2月1日(土)	2月15日(土)	2月16日(日)
会 場	オンライン講習	集合講習：西部緑地公園陸上競技場	
住所会場最寄駅	第 7 会場		
9：00	指導者の役割と安全管理  2 H	ガイダンス  1 H	種目別指導 (短距離・リレー)  1 H
10：00		基本の運動  1 H	種目別指導 (ハードル)  1 H
11：00	スポーツと栄養  1 H	種目別指導 (中長距離・競歩)  1 H	種目別指導 (走高跳)  1 H
12：00	昼休み	昼休み	昼休み
13：00	スポーツ障害  1 H	種目別指導 (砲丸投)  1 H	種目別指導 (棒高跳)  1 H
14：00	学校部活動と地域クラブ  1 H	種目別指導 (円盤投)  1 H	種目別指導 (走幅跳)  1 H
15：00	トレーニング計画  2 H	種目別指導 (やり投)  1 H	種目別指導 (三段跳)  1 H
16：00		種目別指導 (ハンマー投)  1 H	筆記試験  1 H
17：00			
時間	7 H	7 H	7 H

\*15日、16日のカリキュラムの順番は変わる可能性がありますので当日ご確認ください

**時間割固定**