

中華民國滑冰協會 102 年度花式滑冰 C 級教練講習會

日期/時間	6 月 28 日(週五)	主講人
09:30-10:00	報到及始業式	
10:00-11:00	國際滑冰總會&中華民國滑冰協會之介紹	李廣淮
11:00-12:00	滑冰發展與國際觀	李廣淮
12:00-13:00	午餐休息時間	
13:00-15:00	花式難度等級之解說	蔡欣蕙
15:00-16:00	競技體適能/運動生理學	劉爵維
16:00-17:00	教練心理學	劉爵維
17:00-18:00	運動傷害防護學	劉爵維
日期/時間	6 月 29 日(週六)	主講人
09:00-10:00	Q&A、複習第 1 天課程	吳奕德
10:00-11:00	ISU 花式滑冰賽事及國際賽事介紹	吳奕德
11:00-12:00	ISU 2013/2014 Junior/Senior 比賽動作 SP/FS 講解	吳奕德
12:00-13:00	午餐休息時間	
13:00-14:00	CTSUS 花式各級動作及舞步講解(花式 2 級~5 級及 ISU 組)	吳奕德
14:00-15:00	2013/2014 Novice 最新規則介紹-ISU Communication No.1760	吳奕德
15:00-16:30	單人技術分 GOE 講-ISU Communication No.1790	吳奕德
16:30-18:00	單人表演分 Program Components 講-ISU Communication No.1790	吳奕德
日期/時間	6 月 30 日(週日)	主講人
09:00-10:00	奧會模式與禁藥管理	陳志弘
10:00-11:30	ISU 國際比賽影片觀摩	吳奕德
11:30-12:30	教練責任，教學理念與倫理	吳奕德
12:30-13:30	午餐休息時間	
13:30-14:30	旱地陸上訓練 Off Ice Exercise	顏少博
14:30-15:30	訓練計劃擬定及如何準備比賽	顏少博
15:45-17:45	測 驗 / 結業式	吳奕德

上課地點: 教育部體育署聯合辦公大樓 8 樓會議室 (臺北市朱崙街 20 號 8 樓)