

# 110 年中華民國滑冰協會大道競速滑冰 C 級教練研習會

## 課程表

日期 時間	9 月 13 日	9 月 14 日	9 月 15 日
08:00-09:00	報到及始業式	大道競速滑冰技術研討(1) 戴登文 (大道競速滑冰退役選手)	實務體能訓練(2) 黃大原 (大道競速滑冰退役選手)
09:00-10:00	大道速滑基礎規則(3) 冀宗澤 (競速滑冰國際發令員)	輪轉冰訓練實務(2) 戴登文 (大道競速滑冰退役選手)	初級教學課程及陸地訓練(2) 黃大原 (大道競速滑冰退役選手)
10:00-11:00		運動心理學(1) 張詠晴 (台灣運動心理學會老師)	
11:00-12:00			
12:00-13:00	用餐時間(午)		
13:00-14:00	器材介紹與使用(1) 冀宗澤 (競速滑冰國際發令員)	滑冰技術規則及犯規實例(2) 黃大原 (大道競速滑冰退役選手)	教練職責及素養(1) 唐嘉信 (射擊隊國家教練)
14:00~15:00	運動生理學(1) 吳慧君 (中國文化大學運動教練研究所所長)		教練實務(1) 黃大原 (大道競速滑冰退役選手)
15:00-16:00	奧會模式(1)	滑冰運動術語(專業英語) (2) 薛楚頻 (退役選手)	運動傷害防護暨運動營養(2) 張又文 (台灣專業運動防護員協會秘書長)
16:00-17:00	禁藥管理(1)		
17:00-18:00	性別平等教育(1)		測試 綜合研討