

**115年中華民國滑冰協會 花式滑冰C級教練講習會  
課程表**

時間 \ 日期	7月1日(三)	7月2日(四)	7月3日(五)
05:50-07:00	冰上課程、實際操作 (地點:小巨蛋冰上樂園)	冰上課程、實際操作 (地點:小巨蛋冰上樂園)	冰上課程、實際操作 (地點:小巨蛋冰上樂園)
08:10-09:00	兒童訓練安全與權利認知	性別平等教育	滑冰運動規則
09:10-10:00			
10:10-11:00	花式滑冰運動術語	運動心理學	運動傷害防護及急救
11:10-12:00	滑冰運動沿革及其發展現狀	運動生理學	
12:00-13:00	中午休息		
13:10-14:00	運動禁藥	運動營養學	體能測驗、評估及訓練
14:10-15:00	運動團隊經營管理		
15:10-16:00		陸上訓練操作	訓練計畫擬定
16:10-17:00	/	/	學科測驗