**中華民國壘球協會114年度C級教練講習會課程表**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 日期時間 | 3月8日(六) | 3月9日(日) |
| 09：00-09：50 | 運動禁藥(黃筱雯) | 棒壘球場維護與經營管理(黃至論) |
|
| 10：00-10：50 | 運動傷害防護及急救(黃筱雯) | 打擊策略(黃至論) |
| 11：00-11：50 | 運動疲勞及恢復(黃筱雯) | 跑壘策略(黃至論) |
|  | 午休時間 |
| 13：00-13：50 | 體能測驗、評估及訓練(王士豪) | 棒壘球場維護與經營管理(黃至論) |
| 14：00-14：50 | 體能測驗、評估及訓練(王士豪) | 教練棒運用(王士豪) |
| 15：00-15：50 | 性別平等教育(洪明興) | 教練棒運用(王士豪) |
| 16：00-16：50 | 兒童訓練安全與權利認知(洪明興) | 教練棒運用(黃至論) |
| 17：00-17：50 | 訓練計畫擬定(黃至論) | 教練棒運用(黃至論) |

\*課程安排依本會公告及體總核准為最終版本