

中華民國壘球協會 2018 年 C 級壘球教練講習會 (講習課程表)

第一天 4 月 27 日 (星期五)

08:00—08:30	報到(陳汝俊)
08:30--09:00	開訓典禮
09:00--09:50	球場性別平等教育(張子揚)
10:00--10:50	壘球運動規則(張子揚)
11:00--11:50	壘球運動規則(張子揚)
12:00--13:00	中午休息
13:00—13:50	壘球運動規則(張子揚)
14:50--14:50	壘球運動規則(張子揚)
15:00—15:50	壘球運動規則(張子揚)
16:00—16:30	壘球運動規則(張子揚)
16:40—17:50	運動禁藥(曾玉華)
18:00—18:30	運動禁藥(曾玉華)

第二天 4 月 28 日 (星期六)

10:00—10:50	運動傷害防護及急救(曾國維)
11:00—11:50	運動傷害防護及急救(曾國維)
12:00—13:00	中午休息
13:00—13:50	運動心理學(林德隆)
14:00—14:50	運動心理學(林德隆)
15:00—15:50	運動生理學、營養學(何仁育)
16:00—16:50	運動生理學、營養學(何仁育)

中華民國壘球協會 2018 年 C 級壘球教練講習會
(講習課程表)

第三天 4 月 29 日 (星期日)

08:00—08:50	投手基本動作訓練(韓幸霖)
09:00—09:50	投手基本動作訓練(韓幸霖)
10:00—10:50	守備基本動作訓練(潘慈惠)
11:00—11:50	守備基本動作訓練(潘慈惠)
12:00—13:00	中午休息
13:00—13:50	打擊基本動作訓練(潘慈惠)
14:00—14:50	打擊基本動作訓練(潘慈惠)
15:00—15:50	跑壘基本動作訓練(潘慈惠)
16:00—16:50	跑壘基本動作訓練(潘慈惠)
17:00—17:50	學科測驗(陳汝俊)
18:00	結訓典禮(陳汝俊)