

中華民國壘球協會 110 年度 C 級教練講習會課程表

時間	日期	3 月 12 日(五)	3 月 13 日(六)	3 月 14 日(日)
09：00-09：50		9：00-9：30 報到	運動團隊經營管理	壘球投手訓練
		9：30-9：50 開訓		
10：00-10：50		性別平等教育	教練職責與素養	壘球投手訓練
11：00-11：50		壘球運動沿革及其現況發展	運動生理學	壘球投手訓練
午休時間				
13：00-13：50		壘球運動術語 (專業外語)	運動選才學	壘球投手訓練
14：00-14：50		壘球運動規則	運動心理學	打擊基本訓練
15：00-15：50		壘球運動規則	運動教練、訓練學	打擊基本訓練
16：00-16：50		運動禁藥	運動教練、訓練學	守備基本訓練
17：00-17：50		運動傷害防護及急救	訓練計畫擬定	守備基本訓練
18：00-19：00		運動疲勞及恢復		測驗