

中華民國壘球協會 113 年度 C 級教練講習會課程表

時間	日期	3 月 8 日(五)	3 月 9 日(六)	3 月 10 日(日)
09：00-09：50		9：00-9：30 報到	性別平等教育 (馬旭)	運動禁藥 (陳俊綺)
		9：30-9：50 開訓		
10：00-10：50		壘球運動術語 (張子揚)	兒童訓練安全與權利 認知 (黃至論)	運動傷害防護及急救 (陳俊綺)
11：00-11：50		壘球運動規則 (張子揚)	訓練計畫擬定 (黃至論)	運動疲勞及恢復 (陳俊綺)
午休時間				
13：00-13：50		壘球運動規則 (張子揚)	訓練計畫擬定 (黃至論)	戰術演練 跑壘策略 (王士豪)
14：00-14：50		媒體經營與公共關係 (徐莉婷)	體能測驗、評估及訓 練 (王士豪)	戰術演練 打擊策略 (王士豪)
15：00-15：50		運動團隊經營管理 (徐莉婷)	體能測驗、評估及訓 練 (王士豪)	戰術演練 守備佈陣 (王士豪)
16：00-16：50		電子輔助儀器操作與 判讀	技術操作 教練棒運用 (王士豪)	戰術演練 配球策略 (王士豪)
17：00-17：50		電子輔助儀器操作與 判讀	技術操作 教練棒運用 (王士豪)	術科測驗 (王士豪)
18：00-19：00		技術操作 教練棒運用 (黃至論)	技術操作 教練棒運用 (王士豪)	學科測驗 (王士豪)