

中華民國鐵人三項運動協會 111 年度 A 級教練講習會實施計畫

本計畫經中華民國體育運動總會 111 年 6 月 13 日體總業字第 1110001077 號函備查

一、依據：依據中華民國體育運動總會輔導特定體育團體建立運動教練制度章則第二點辦理。

二、目的：為提高鐵人三項運動教練素質，使有志從事教練工作者均能進修充實學能，勝任各級教練工作。

三、指導單位：教育部體育署、中華民國體育運動總會

四、主辦單位：中華民國鐵人三項運動協會

五、承辦單位：中華民國鐵人三項運動協會

六、協辦單位：台北市立大學

七、舉辦日期：111 年 7 月 8、9、10、16、17 日(共 5 天)。

八、舉辦地點：台北市立大學(博愛校區) 第一會議室

九、參加對象及資格：

(一) B 級教練證三年以上具有鐵人三項教練經驗者，並提交最近 1 個月內核發之無犯罪紀錄(良民證)。

(二) 獲二等一級以上國光體育獎章者，並提交最近 1 個月內發核之無犯罪紀錄(良民證)。

十、報名方式：

(一) 連結：於官網「[鐵人專區](#)」註冊後，點選「[裁判/教練講習會報名](#)」。

(二) 資料：報名完成後需提供下列資料

(1) 2 吋大頭照電子檔，需加註檔名(A 教相片-王大頭.jpg)。

(2) B 級教練證影本，需加註檔名(B 教證-王大頭.jpg)。

(3) 講習會前 1 個月內核發之無犯罪紀錄(良民證)正本。

(三) 日期：開放報名至 111 年 7 月 3 日截止。

(四) 人數：限 80 名學員參加(以報名先後順序錄取)。

(五) 費用：每人報名費新台幣 7000 元整(內含講師費、證照費、場地費、午餐、茶點及保險費)，未繳報名費者不可參加講習。

(六) 退費：於報名截止前提出申請酌收報名費 5%手續費；報名截止後提出申請酌收報名費 10%手續費。

十一、課程內容：課程表如附表一

十二、授課講師姓名：授課講師如附表一

十三、及格標準：

(一) 全程參加講習會者。

(二) 學科測驗 85 分。

(三) 英文口試 60 分。

十四、發證方式：合格者由本會報請中華民國體育運動總會核發 A 級教練證。

十五、其它注意事項：

(一) 需全程參加講習會不得請假。

(二) 講習會期間協會為參加學員投保「活動場地意外傷害險」。

(三) 請自行攜帶「水杯」及「環保筷」。

十六、本計畫經中華民國體育運動總會 111 年 6 月 13 日體總業字第 1110001077 號函備查。

中華民國鐵人三項運動協會 A 級教練講習會課程表

日期 時間	7月8日 (星期五)	7月9日 (星期六)	7月10日 (星期日)	7月16日 (星期六)	7月17日 (星期日)
第一節 09:00 至 09:50	長跑訓練	鐵人三項運動術語(含英文)	鐵人三項運動沿革及發展現況	運動營養學	運動生理學
	潘瑞根 講師	戴良輝 講師	劉玉峯 講師	侯建文 講師	陳宗與 講師
第二節 10:00 至 10:50	長跑訓練	性別平等	自由車訓練	運動營養學	運動生理學
	潘瑞根 講師	白秀玲 講師	張壽生 講師	侯建文 講師	陳宗與 講師
第三節 11:00 至 11:50	運動禁藥	幼兒體育	自由車訓練	運動營養學	運動生理學
		蕭淑芬 講師	張壽生 講師	侯建文 講師	陳宗與 講師
12:00 至 13:00	午 餐				
第四節 13:00 至 13:50	鐵人三項運動規則	運動疲勞及恢復	運動選才學	運動員健康管理	運動心理學
	戴良輝 講師	程效良 講師	魏振展 講師	楊志祥 講師	陳東波 講師
第五節 14:00 至 14:50	鐵人三項運動規則	運動疲勞及恢復	運動競賽技術及戰術	教練倫理	運動心理學
	戴良輝 講師	程效良 講師	魏振展 講師	林惠美 講師	陳東波 講師
14:50 至 15:10	茶 敘				
第六節 15:10 至 16:00	游泳訓練	運動團隊經營管理	運動競賽技術及戰術	教練倫理	教練管理學
	黃智勇 講師	楊志祥 講師	魏振展 講師	林惠美 講師	劉玉峯 講師
第七節 16:10 至 17:00	游泳訓練	運動訓練學	運動情報蒐集及其分析	體能測驗評估及訓練	教練管理學
	黃智勇 講師	魏振展 講師	楊志祥 講師	林惠美 講師	劉玉峯 講師
第八節 17:10 至 18:00	奧會模式	運動訓練學	運動情報蒐集及其分析	體能測驗評估及訓練	教練職責及素養
		魏振展 講師	楊志祥 講師	林惠美 講師	劉玉峯 講師
18:10~19:00					學科測驗及英文口試