

中華民國輕艇協會104年輕艇競速C級教練講習會 實施辦法

- 一、依據：中華民國體育運動總會訂頒「全國各運動協會建立教練分級制度實施準則」規定辦理。
- 二、目的：為提昇我國輕艇競速教練專業教學技術水準及規則認知，研習最新國際輕艇競速規則及教練教材教法。
- 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：中華民國輕艇協會
- 五、協辦單位：台北海洋技術學院
- 六、舉辦時間：中華民國104年5月22-24日(星期五~星期日)，共三天。
- 七、舉辦地點：台北海洋技術學院(台北市士林區延平北路九段212號)、微風運河。
- 八、報名資格：需年滿二十歲、中等以上學校畢業，對於輕艇競速教練運動有興趣者，均可報名。
- 九、報名手續：即日起至民國104年5月18日止。以E-mail報名(傳真恕不接受)，並繳交報名費每人新台幣2,000元整。請以匯款方式繳交，合作金庫銀行(006)北新分行，帳號：5333-717-500781，戶名：中華民國輕艇協會，匯款後請來電告知，電話：(02) 2918-5151，傳真：(02) 2911-1546。E-mail：tpedragon@yahoo.com.tw
- 十、報到時間：104年5月22日上午8:20，台北海洋技術學院。
- 十一、證書核發：
 - (一)凡全程參加講習會，得發結業證書。
 - (二)經考試成績達80分以上，且競速規則測驗達80分者，經中華民國輕艇協會呈報中華民國體育運動總會核准後，核發C級輕艇競速教練證。
- 十二、注意事項：
 - (一)參加者請自備水上運動之服裝及換洗衣物。
 - (二)凡參加講習會學員，缺課達四小時以上，不得參加測驗。
 - (三)參加學員差旅費請向原屬服務單位申請報支。
 - (四)參加學員所需之教材講義及午餐由大會提供，其餘膳宿、交通費用自理。
- 十三、本辦法報請中華民國體育運動總會核備後實施，修正時亦同。

中華民國輕艇協會104年輕艇競速C級教練講習會
課程表

	5月22日(星期五)	5月23日(星期六)	5月24日(星期日)
08:20-09:00	報到與始業式	輕艇競速運動 技術指導-單人艇	輕艇競速運動比賽 戰略與戰術
09:10-10:00	輕艇運動之發展現 狀及推展方向		
10:10-11:00	ICF 國際輕艇 競速規則	輕艇競速運動 技術指導-多人艇	體能訓練法
11:10-12:00			
中餐與午休			
13:10-14:00	輕艇裝備介紹與 基本划槳技術	輕艇運動營養學 與傷害防護	輕艇教練實習
14:10-15:00			
15:10-16:00	輕艇訓練計畫 擬定	運動科學 訓練理論	術科測驗與筆試
16:10-17:00			座談會及結業式

台北海洋技術學院位置及交通資訊



1. 搭乘公車：2、215、536 至台北海院站下車。
2. 搭乘捷運：淡水線至劍潭站，再乘公車紅 10 至台北海院站下車。
3. 地址：臺北市士林區延平北路九段 212 號