

113 年足球體能訓練教練研習會(預定)

- 一、活動目的：持續培養足球專業教練人才，學習擬定與實施足球體能訓練時的基礎知識、培養能指導選手體能訓練相關的人才。
- 二、指導機關：中華民國足球協會
- 三、辦理機構：國立臺灣體育運動大學
- 四、合辦機關：台中市女子足球協會、台中藍鯨
- 五、協辦機關：未定
- 六、活動名稱：足球體能訓練教練研習會
- 七、活動主軸或核心課程：
 - (一) 實施足球體能訓練時基礎知識
 - (二) 足球體能訓練實務操作
- 八、活動時間：113 年 2 月 3 日~5 日，計 3 天。
- 九、活動地點：台中市太原足球場(台中市北屯區建軍一街 6-8 號對面)。
- 十、報到時間地點：113 年 2 月 3 日 0840 時，(賀緹酒店：台中市太平區育賢路 286 號)。
※如有異動，請隨時注意公告。
- 十一、參加名額：30 人。
- 十二、授課講師：中村大輔、菅野淳教練（經歷參照附件）
- 十三、參加資格：具備教練資格且目前有實際帶隊之教練優先錄取。
- 十四、其他活動規畫：
 - (一)課程包含理論講義課程、體能實際操作課程。
 - (二)所有學員必須進行實務操作演練，請保持良好體能、自備足球鞋、護脛，訓練服裝。
- 十五、研習費用：參加費每人新臺幣 2,500 元整於當日現場繳交，含資料、保險、午餐等。
- 十六、報名方式：自即日起至 113 年 1 月 23 日止，填寫報名表單
<https://forms.gle/eAZdhwgDgmoSaFJ26> 結果將於 1 月 25 日公布於台中藍鯨 FB。
- 十七、預估效益
 - (一)提升教練擬定體能訓練的基礎知識。了解最新體能訓練的方法。
 - (二)提供教練再教育的機會，彼此相互學習、相互成長的環境，共同為台灣足球努力。
- 十八、本計畫將報請中華民國足球協會認定增能時數 10 小時。