

# 中華民國鐵人三項運動協會 113 年度 C 級教練講習會實施計畫

本計畫經中華民國體育運動總會 113 年 00 月 00 日體總業字第 0000000 號函備查

- 一、依據：依據特定體育團體建立運動教練檢定及管理辦法第十條辦理。
- 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、舉辦日期：113 年 11 月 8、9、10 日(共 3 天)。
- 六、舉辦地點：教育部體育署 3 樓 301 會議室
- 七、參加對象及資格：
  - (一) 年滿 20 歲以上，並完成一場本會主辦半程距離以上賽事。
  - (二) 提交講習會前 1 個月內核發之無犯罪紀錄(良民證)正本。
- 八、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(C 教相片-王大頭.jpg)。
    - (2) 半程距離以上賽事完賽證明。
    - (3) 講習會前 1 個月內核發之無犯罪紀錄(良民證)正本。
    - (4) 具結書
  - (三) 日期：開放報名至 113 年 10 月 30 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 3000 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。
- 九、課程內容：課程表如附表一
- 十、授課講師姓名：授課講師如附表一
- 十一、及格標準：
  - (一) 全程參加講習會者。

(二) 學術科測驗 70 分。

十二、發證方式：合格者由本會報請中華民國體育運動總會核發 C 級教練證。

十三、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」。

十四、本計畫經中華民國體育運動總會 113 年 00 月 00 日體總業字第 00000000 號函備查。

中華民國鐵人三項運動協會 C 級教練講習會課程表(暫定)

日期 時間	11月8日 (星期五)	11月9日 (星期六)	11月10日 (星期日)
第一節 09:00 至 09:50	游泳訓練	運動選才學	兒童訓練安全與權利認知
第二節 10:00 至 10:50	游泳訓練	運動選才學	鐵人三項運動術語
第三節 11:00 至 11:50	路跑訓練	運動疲勞 及恢復	鐵人三項運動規則
12:00 至 13:00			
第四節 13:00 至 13:50	路跑訓練  黃文成	運動疲勞 及恢復  程效良	鐵人三項運動規則
第五節 14:00 至 14:50	教練倫理職責及素養	自由車訓練	運動禁藥
14:50 至 15:10			
第六節 15:10 至 16:00	鐵人三項運動沿革及其 發展現況	自由車訓練	運動禁藥
第七節 16:10 至 17:00	鐵人三項運動沿革及其 發展現況	運動生理學	專項技術操作
第八節 17:10 至 18:00	性別平等教育	運動生理學	專項技術操作