

114年度 B級自由車教練講習會 實施辦法

- 一、依據：中華民國體育運動總會體總輔字第1140001112號函核定辦理。
- 二、宗旨：提升我國整體自由車運動水準，特辦理本活動。
- 三、指導單位：中華民國體育運動總會。
- 四、主辦單位：高雄樹德科技大學、中華民國自由車協會。
- 五、協辦單位：高雄樹德科技大學體育室、高雄樹德科技大學休閒遊憩與運動管理系。
- 六、授課日期：1. 取證：114年10月16日至19日(四~日)，共四天。
2. 增能：114年10月16日、10月17日、10月18日(四、五、六)。
- 七、地點：1. 學科：高雄樹德科技大學【824高雄市燕巢區橫山路59號】
2. 術科：高雄楠梓自由車場【811高雄市楠梓區旗楠路160號】
- 八、講師：由國內運動科學知名講師及自由車專家擔任。
- 九、名額：40名為限(報名人數超過時，以報名先後順序錄取)，20人以上即開班。
- 十、實施方式：
 - (一)由中華民國自由車協會規劃課程、遴聘講師，以集中上課方式辦理。
 - (二)本講習會上課共計32小時。
 - (三)講習會期間中餐由主辦單位提供，交通、住宿事宜請自行處理，請學員自備水杯。
- 十一、報名資格：具備下列資格之一者。
 - (一)取得C級自由車教練證2年以上，具從事自由車教練實務工作經驗者。
 - (二)曾參加奧林匹克運動會、亞洲運動會、世界運動會、世界單項運動正式錦標賽之自由車國家代表隊選手。
 - (三)具有自由車之職業運動員身分。
- 十二、報名手續：
 - (一)採用BeClass線上報名系統報名，不受理電話報名及臨時報名，若資料不齊全者，恕不受理報名，截止日期未繳交費用者視同放棄。(報名網址：<https://reurl.cc/eMA5ER>)
 - (二)報名時須準備下列資料：
 1. 最近二吋半身相片。
 2. 身分證正反面、C級教練證正反面影本。(原持有證照級別逾期未換發而失效者，應檢附原持有證照級別之證明文件)
 3. 檢附無違反第4條、第4條之1規定情事之書面具結書(如附件)，**報名增能課程者無須檢附。**
 4. 報名費轉帳收據或轉帳記錄截圖影本。
 5. 報名費：取證新臺幣 3500 元整、增能報名費1000元。

匯款至主辦單位帳號：華南銀行楠梓分行008

帳號：7111 0002 2818

戶名：中華民國自由車協會

6. 報名截止日期：114年9月5日(五) 23:59止。

※ 課程報到當日需繳交最近一個月內核發之警察刑事紀錄(良民證) 審查資格用，報名增能課程者無須檢附。

十三、 報到日期：114年10月16日上午 08：30（高雄樹德科技大學）。

十四、 報到及上課地點：高雄樹德科技大學。

十五、 上課相關規定：參加學員必需全程參與課程。

十六、 修滿全部課程，並經考試80分及格者，經主辦單位呈報**中華民國體育運動總會**核准後，核發 **B 級教練證**。

十七、 本實施辦法經報請中華民國體育運動總會、教育部體育署核准後實施，修正時亦同。

十八、 課程介紹

1. 實務操作：從規則面、案例及進行讓學員了解場地賽的運作細節，訓練方向、課表開立及實施與檢測。

2. 強化教練證的實質內容。

十九、 報名相關事宜請洽：中華民國自由車協會。

聯絡電話：07-3556978, Email: cycling.org.tw@gmail.com

中華民國自由車協會
114年度B級教練講習會課程表

日期 時間	10月16日 (星期四)	10月17日 (星期五)	10月18日 (星期六)	10月19日 (星期日)
08:30 至 08:50	報到/始業式	報到	報到	報到
09:00 至 09:50	性別平等教育	運動心理學 (一)	自由車專項訓練 (一)	技術操作(一)
10:00 至 10:50	運動禁藥	訓練計劃擬定 (一)	自由車專項訓練 (二)	技術操作(二)
11:00 至 11:50	兒童訓練安全與權力之認知	自由車器材與服裝	運動與法律 (黃逸豪律師)	技術操作(三)
13:00 至 13:50	自由車運動術語	自由車運動規則	運動團隊經營管理 (一)	技術操作(四)
14:00 至 14:50	運動生理學 (一)	運動情報蒐集及其 分析(一)	運動營養學 (一)	戰術演練(一)
15:00 至 15:50	運動生物力學 (一)	運動傷害防護及急救(一)	運動營養學 (二)	戰術演練(二)
16:00 至 16:50	運動教練學(一)	運動傷害防護及急救(二)	體能測驗、評估及 訓練(一)	戰術演練(三)
17:00 至 17:50	運動教練學(二)	運動疲勞及恢復	體能測驗、評估及 訓練(二)	學科測驗

(本課所載為規劃之參考課表，課程時間將依實際情況調整)