

平成2年度 コーチ1専門科目 日程案 北海道コース

開催日 平成2年8月21日（金）～23日（日）

8月21日（金）

- 11:00～ 開会式
- 11:10～ カーリングの基礎理論（1）
- 12:20～ カーリングの基礎理論（2）
- 13:30～ 競技規則と審判（1）
- 14:40～ カーリングの基礎技術（1） オンアイス
- 16:50～ 作戦の基本と戦略 オンアイス
- 19:00～ 教室・講習会の企画と指導計画書作成（1）

8月22日（土）

- 9:00～ 指導者制度と指導者の役割
- 10:10～ 競技規則と審判(2)
- 11:20～ ウォーム・アップとトレーニング法
- 12:20～ 昼食
- 13:00～ カーリングの歴史と組織・運営
- 14:10～ コーチングと作戦
- 15:20～ 競技規則と審判法の実践 オンアイス
- 17:30～ カーリングの基礎理論（2） オンアイス
- 19:30 終了

8月23日（日）

- 9:00～ 教室・講習会の企画と指導計画書作成（2）
- 10:10～ ⑥メンタルトレーニング法
- 11:20～ ⑥カーリングの安全対策
- 12:30～ 検定試験 オンアイス
- 13:30～ 閉会式