

中華民國棒球協會舉辦 112 年連江縣 C 級棒球教練講習會  
課程表

日期	時間	課程	講師
6 月 9 日 (五)	08:00-09:00	報到、開訓典禮	主任委員
	09:01-10:50	運動營養與禁藥	
	11:00-12:00	運動心理學	
	12:01-13:00	午餐	
	13:01-13:50	運動傷害與防護	
	14:00-16:00	兒童權利公約	
	16:01-17:00	性別平等教育	
	17:10-18:00	捕手訓練法	
6 月 10 日 (六)	08:00-08:50	捕手訓練法/實務演練	
	09:00-11:00	投手訓練法與戰術運用/實務演練	
	11:10-12:00	運動倫理與道德	
	12:01-13:00	午餐	
	13:01-16:00	棒球規則介紹與專業英語術語	
	16:01-18:00	打擊訓練法與戰術運用/實務演練	
6 月 11 日 (日)	08:00-10:00	跑壘訓練法與戰術運用/實務演練	
	10:10-11:00	基本體能訓練	
	12:01-13:00	守備訓練法與戰術運用/實務演練	
	13:01-13:50	午餐	
	13:01-13:50	守備訓練法與戰術運用/實務演練	
	14:00-15:00	術科測驗	
	15:01-17:00	學科測驗	