

# 臺北市體育總會角力協會 (函)

地址：10684 臺北市大安路一段 176 巷 16 號 1F

電話：(02)2723-2695 傳真：2703-8979

網站：www.facebook.com/groups/434373009948497

信箱：annohung@hotmail.com

受文者：臺北市體育總會

副本受文：

發文日期：中華民國一〇五年二月十一日

發文字號：(一〇四)北角良字第 104000516 號

主旨：檢送本會舉辦「一〇五年臺北市角力 B 級教練講習」，敬請派員參加

說明：

- 一、依據中華民國體育運動總會 104 年 12 月 7 日體總輔字第 1040002177 號函辦理。
- 二、研習時間：105 年 3 月 23、24 及 26 日 (週三、週四、週六)，三天。
- 三、研習地點：臺北市信義運動中心、信義國中。
- 四、請准予參與人員公(差)假登記(課務派代)，不受學期 1/3 限制公假。
- 五、可上網查詢相關資訊 <https://www.facebook.com/groups/434373009948497/files/>
- 六、請提供公益時段舉辦該項活動，並函轉臺北市信義運動中心與信義國中，借用社區教室及 B1 角力教室。
- 七、敬請協助文發至臺北市各學校及各縣市體育處，共襄盛舉，備查。

理事長 林正良

## 105 年臺北市角力 B 級教練講習活動計畫書

- 一、宗旨：為配合國際及全國角力之推廣縣、省(市)、區角力運動，提昇教練素質與技術水準。
- 二、依據：臺北市體育總會規定辦理。
- 三、主辦單位：臺北市體育總會。
- 四、承辦單位：臺北市體育總會角力協會。
- 五、協辦單位：臺北市信義運動中心、臺北市信義國中。
- 六、指導單位：中華民國角力協會\臺北市政府體育局\臺北市體育總會。
- 七、研習日期：中華民國 104 年 3 月 23、24、26 日(週三、週四、週六)，三天。
- 八、研習地點：臺北市信義運動中心會議室、臺北市信義國中角力室。
- 九、研習規則：最新國際角力規則及角力訓練法。
- 十、參加資格：凡具中等學校以上畢業，對角力運動有興趣者。
- 十一、名額：預計男、女共 20 名。
- 十二、報名日期：即日起至 103 年 2 月 18 日止。
- 十三、報名地點：臺北市大安路一段 176 巷 16 號。
- 十四、報名手續：填寫報名表一份，報名費每人 1000 元。
- 十五、報名方法：將報名表連同二吋照片二張，一併掛號郵寄至  
"10684 臺北市大安路一段 176 巷 16 號 洪淑媚 秘書 收"
- 十六、講師：

國際角力裁判、國家 A 級角力教練	林正良
國際角力裁判、國家 A 級角力教練	畢經隆
國際角力裁判、國家 A 級角力教練	洪肇欽
國際角力裁判、國家 A 級角力教練	童國勝
國家角力裁判、國家 A 級角力教練	林信宏
國家角力裁判、國家 A 級角力教練	許又仁
- 十七、研習內容：如課程(附件一)
- 十八、實施方式：
  1. 集中授課
  2. 分組練習及討論
  3. 實際演練
- 十九、附則：
  1. 參加講習人員須遵守上課時間，並準備裁判服及運動服裝參加本活動。
  2. 講習地點：臺北市信義運動中心、臺北市信義國中。
  3. 參加講習人員完成全部課程，並經測驗及格者，發給結業證書乙只。
  4. 凡持有 C 級教練證書，才得參加本次講習，通過者才能申請(B)級證照，欲參加全國 A 級教練證照，得持有 2 年 B 級證照。
  5. 午餐由承辦單位統籌提供。

二十、一般行政

1. 參加人員，請各單位（學校）准予公（差）假。
2. 報名參加人員，責予以公(差)假登記(課務派代)，不受學期 1/3 公假限制。

二十一、講習會職員：

職 稱	姓 名	備 註
班 主 任	林 正 良	指導全般講習事宜
副 班 主 任	畢 經 隆	襄助指導全般講習事宜
總 幹 事	洪 肇 欽	負責策畫與督導全般講習事宜
副 總 幹 事	童 國 勝	協助策畫與督導全般講習事宜
課 務 組	許 又 仁	課程安排、講師聘請、測驗事宜
總 務 組	陳 昭 月	經費預算、膳食安排、茶水供應
事 務 組	林 信 宏	辦理報到、事前事務之協調
攝 影 組	何 百 桓	講習事宜之攝影
場 地 組	陳 志 堅	會場佈製

二十二、本計劃報請臺北市體育總會轉呈全國體育總會核備後實施，修正亦同。

105 年臺北市角力 B 級教練講習報名表

姓名	出生	年 月 日	
身份證號	性別		
通訊處	縣市	里 鄰	
	路街	段 巷 弄 號 樓	
電話	手機：	住家：	
電子信箱			
影印正、反面 身分證 請浮貼		影印正、反面 C 級裁判證 請浮貼	

請填好報名表傳並傳至及報名費連同二吋照片二張，併繳交貼身分證正反面影本，一併掛號郵寄至"10684 臺北市大安路一段 176 巷 16 號 洪淑媚 秘書 收電子信箱：annohung@hotmail.com

105 年臺北市角力 B 級教練講習課程表 (附件一)

日期	時間	課程內容	講師
3 月 23 日 運 動 中 心	09:00~10:00	學員報到	洪肇欽老師
	10:00~11:00	始業式運動科學講座	林正良老師
	11:00~12:00	運動傷害防護	洪肇欽老師
	12:00~13:00	午餐休息	
	13:00~15:00	運動營養學與禁藥	畢經隆、洪肇欽老師
	15:00~17:00	運動生理學	畢經隆、洪肇欽老師
3 月 24 日 比 賽 會 場	08:00~10:00	最新角力規則講解	童國勝、林信宏老師
	10:00~12:00	運動規則與競賽實務	童國勝、林信宏老師
	12:00~13:00	午餐休息	
	13:00~15:00	角力英文專業用語	畢經隆老師
	15:00~17:00	比賽場務實習	畢經隆老師
3 月 25 日 信 義 國 中	08:00~10:00	角力體能指導	許又仁老師
	10:00~12:00	自由式角力技術指導	許又仁老師
	12:00~13:00	午餐休息	
	13:00~15:00	希羅式角力技術指導	畢經隆、洪肇欽老師
	15:00~17:00	測驗及綜合座談會	林正良老師