

立式單槳衝浪 SUP 丙級教練研習營課程表

(附件二)

107 年游泳或水域運動觀摩及研討(習)－立式單槳衝浪 SUP 丙級教練研習營課程表

第一天			
時間	內	講	備註
08:00~09:00	報到及游泳能力檢測	報到組 講師檢測官1 人	運動安全講解及操作、陸上模擬均採分組方式進行，並依學員學習狀況彈性調整上課內容。
09:00~10:00	開訓、課程簡介、編組	講師1 人	
10:00~12:00	立式單槳浪SUP 運動簡介 立式單槳浪SUP 裝備器材介紹 學科講解	講師1 人助教2 人	
12:00~13:00	午餐		
13:00~14:00	立式單槳浪SUP 運動安全講解及操作	講師2 人助教2 人	
14:00~15:00	立式單槳浪SUP 術科講解	講師2 人助教2 人	
15:00~17:00	陸上模擬操作	講師2 人助教2 人	

第二天			
時間	內	講師	備註
08:00~12:00	A 組水域分組操作 B 組試教	講師2 人助教2 人	A、B 點水域操作均採分組方式進行，並依學員學習狀況彈性調整上課內容。
12:00~13:00	午餐		
13:00~15:00	B 組水域分組操作 A 組試教	講師2 人助教2 人	
15:00~17:00	學術科測驗	講師檢測官2 人 助教2 人	

報名網址：

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSc6qXRt0TifUBpvIcmktIn5uCmsCF_0vWtcmHcP7SQrpdEDeQ/viewform?usp=pp_url

