

## 113年度 A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業字第 1130000907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：**A 級教練取證**113 年08 月03 日(六)~07日(三) **共五天**。  
**增能**113 年08 月04 日(日) **共一天**。
- 七、地點：高雄樹德科技大學。
- 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**40**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B級自由車教練證3年以上，具從事自由車教練實務工作經驗者。
  - (二) 獲得二等一級以上國光體育獎章者。( 應於講習會辦理日期前一天年滿20歲以上 )
- 十二、報名手續：
  - (一) 採紙本或電子郵件寄送報名資料，不受理電話報名及臨時報名。  
報名資料下載網址：<https://cycling.org.tw/>
  - (二) 報名時，須準備下列資料：
    1. 報名表。
    2. 浮貼最近二吋半身相片，並附製證用相片檔。
    3. 黏貼身分證正反面、B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 )
    4. 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 )。
    5. 報名費轉帳收據或轉帳記錄截圖影本。
    6. 報名費：**A級教練取證新臺幣 5000 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**  
(報名費含講師費、教材費、茶點、午餐費、保險)。
    7. 上述資料請郵寄至**811高雄市楠梓區旗楠路160號**  
或以電子郵件寄至**tourdetw@ms35.hinet.net**  
如資料不齊全者，恕不受理報名。(截止日期未繳交費用者視同放棄)。
    8. 報名截止日期：113 年7 月15日 12:00止。

9. 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。
- 十三、 報到日期：113年8月03~07日上午 08：00(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85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**A 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：蘇意珊小姐。
- 聯絡電話：07-3556978, Email: tourdetw@ms35.hinet.net

**中華民國自由車協會**  
**113年度A級教練講習會課程表**

日期 時間	8月03日 (星期六)	8月04日 (星期日)/增能	8月05日 (星期一)	8月06日 (星期二)	8月07日 (星期三)
07:30 至 08:00	報到/始業式	報到	報到	報到	報到
08:00 至 09:00	性別平等教育 (樹科大沈英俊組 長)	運動心理學 (一) (張芷瑄講師)	訓練計劃擬定 (一) (彭逸坤教授)	自由車專項訓練 (一) (林昆鴻教練)	自由車運動現場 技術操作(一) (楊東蓁教練)
09:00 至 10:00	運動禁藥 (財團法人中華運 動禁藥防制基金會 簡呈恩 高級專員)	運動心理學 (二) (張芷瑄講師)	訓練計劃擬定 (二) (彭逸坤教授)	自由車專項訓練 (二) (林昆鴻教練)	自由車運動現場 技術操作(二) (楊東蓁教練)
10:00 至 11:00	兒童訓練安全與權 力之認知 (徐仲欣教授)	自由車器材與服裝 (甘中元裁判)	運動與法律 (一) (國立政治大學法 學院林佳和教授)	體能測驗、評估及 訓練(一) (廖啟迪)	自由車運動現場 技術操作(三) (楊東蓁教練)
11:00 至 12:00	自由車運動術語 張壽生教練	自由車運動規則 (甘中元裁判)	運動與法律 (二) (國立政治大學法 學院林佳和教授)	體能測驗、評估及 訓練(二) (廖啟迪)	自由車運動現場 技術操作(四) (楊東蓁教練)
13:00 至 14:00	運動生理學 (一) (正修科大吳志銘 教授)	運動營養學 (國家運動中心科 學處陸康豪博士)	奧會模式 (中華奧會)	運動情報蒐集及其 分析(一) (屏科大陳家祥教 授)	自由車運動現場 戰術演練(一) (楊東蓁教練)
14:00 至 15:00	運動生理學 (二) (正修科大吳志銘 教授)	運動傷害防護及急 救 (黃弘君博士)	運動員健康管理 (許龍池教授)	運動情報蒐集及其 分析(二) (陳家祥教授)	自由車運動現場 戰術演練(二) (楊東蓁教練)
15:00 至 16:00	運動教練學(一) (梁澤敬教授)	運動疲勞及恢復 (一) (國家運動中心科 學處陸康豪博士)	運動團隊經營管理 (一) (吳海助教授)	運動生物力學 (一) (陳家祥教授)	自由車運動現場 戰術演練(三) (楊東蓁教練)
16:00 至 17:00	運動教練學(二) (梁澤敬教授)	運動疲勞及恢復 (二) (國家運動中心科 學處陸康豪博士)	運動團隊經營管理 (二) (吳海助教授)	運動生物力學 (二) (陳家祥教授)	考試測驗 結業式
17:00 至 18:00					

(本課所載為規劃之參考課表，課程時間將依實際情況調整)

**中華民國自由車協會**  
**113年度A級教練講習會**  
**報名表**

一、時 間：1. 學科：民國 113 年 08 月 03 日至 08 月 06 日(六~二)，共 4 天。

2. 術科：民國 113 年 08 月 07 日 (三)，共 1 天。

二、地 點：學科：**高雄樹德科技大學【82445 高雄市燕巢區橫山路 59 號】**

術科：**高雄樹德科技大學【82445 高雄市燕巢區橫山路 59 號】**

三、a. 取證：新台幣 5,000 元整(含講師、午餐、保險、講義、證照、請自備環保杯)

b. 增能：新台幣 1,000 元整(含講師、午餐、保險、講義、研習證明)。

所屬單位				姓 名			一張浮貼
出生年月日	年	月	日	性別	<input type="checkbox"/> 男	<input type="checkbox"/> 女	
身分證字號							
聯絡電話	公			宅			
	手機			e-mail			
戶籍地址							
最高學歷	<input type="checkbox"/> 研究所 <input type="checkbox"/> 大學 <input type="checkbox"/> 高中職						
是否需公假	<input type="checkbox"/> 是 公假單位： <input type="checkbox"/> 否				飲食習慣	<input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素	
公假地址							
服務單位							
通訊地址 (發證地址)							
緊急聯絡人	姓名			關係			
	緊急聯絡電話	(公)	(宅)	(手機)			

填寫日期：

### 相關證件黏貼表（一）

身分證正面影本黏貼處

身分證反面影本黏貼處

教練證正面影本黏貼處

教練證反面影本黏貼處

## 特定體育團體辦理A級教練講習會 具結書

具結人\_\_\_\_\_申請參加中華民國自由車協會辦理之A級教練講習會，茲聲明本人確無「特定體育團體建立運動教練資格檢定及管理辦法」第4條、第4條之1規定情形，若被查出有上開規定情形，講習會已辦理，同意報名費不再退回及已核發教練證註銷，特立具結書為證。

此致

中華民國自由車協會

具結人：\_\_\_\_\_（簽名或蓋章）

身分證統一編號：\_\_\_\_\_

住址：\_\_\_\_\_

電話：\_\_\_\_\_

中華民國年月日