

中華民國自由車協會 115 年度 C 級自由車教練講習會 實施辦法-公告(台北場)

一、宗旨：為提高自由車教練素質，使有志從事教練工作者均能參加訓練、甄試擔任教練工作。

二、指導單位：運動部、中華民國自由車協會、中華民國體育運動總會

三、主辦單位：中華民國自由車協會

四、協辦單位：極限單車委員會、臺北市西湖實驗國民中學、臺北市極限運動協會、中華臺灣越野自行車聯盟協會、臺北市政府工務局衛生下水道工程處內湖污水處理廠

五、日期：民國 115 年 5 月 2 日 3 日、5 月 9 日 星期六至星期日，共三天。

六、地點：

學科 臺北市 西湖實驗國民中學 環山路一段 27 號

術科 臺北市 內湖極限運動場 臺北市內湖區舊宗路二段 2 號

七、講師：敬邀相關專家學者擔任講師群

八、名額：暫定 35 名

九、學員資格：

(一) 年滿 20 歲以上。

(二) 高級中等學校（高級職業學校）以上畢業（含同等學歷）。

(三) 對自由車運動有特殊造詣者。

(四) 對自由車訓練工作有熱忱者。

十、報名手續：

(一) 自即日起至 4 月 30 日報名截止(不接受現場報名，額滿即截止報名)

(二) 請至「台北市極限運動協會」FB 粉絲專頁，採網路方式報名 報名表單連結
報名網址 - <https://forms.gle/ictwCxDCLi4bDUvn9>

(三) 繳交報名費新台幣 3,000 元（含午餐、晚餐、保險、講義、證照）

(四) 增能課程 5/2、5/3 日，報名費新台幣 1,000 元/每日

◎繳費資訊：

華南銀行楠梓分行，代號 008

銀行帳號: 711-10-0022818 戶名：中華民國自由車協會

(五) 現場報到時請繳交下列資料：

(1)最近二吋半身相片二張（背面寫上姓名）。

(2)身分證正面、反面影本各乙份。

(3)檢附最近一個月內核發之警察刑事紀錄(良民證)正本乙份。報名增能無須檢附。(4)相片電子檔

(5)現場需填寫繳交具結書。

十一、報到時間：115 年 5 月 2 日(星期六)上午 7:30~8:00（請於時間內完成報到）

十二、報到地點：臺北市西湖實驗國民中學 環山路一段 27 號

十三、上課規定:參加學員需全程參與課程。

十四、證書：C級教練證修滿全部課程，並經考試70分及格者，由中華民國自由車協會發予C級教練證。

十五、聯絡方式：極限單車委員會主任委員 成尚哲 0921-935-393

十六、活動術科將考核受試者實際騎乘培訓能力有一定風險性，需自備合格登山車/極限單車與安全帽及人身護具，經現場人員判定器材不合格將不予認定參與術科實作，建議自行承保人身意外險。

十七、本辦法報請中華民國自由車協會、中華民國體育運動總會核備後實施，修正亦同。

115 年度 C 級自由車教練講習會課程表

日期 時間	5 月 2 日 (星期六) 共 8 小時	5 月 3 日 (星期日) 共 9 小時	5 月 9 日 (星期六) 共 8 小時
08:00 至 08:50	性別平等教育 師資資料庫 (基礎學科 1)	自由車運動規則 (專項課程 1)	極限單車/登山車 培訓實習
09:00 至 09:50	運動禁藥 師資資料庫 (基礎學科 2)	自由車器材與服裝 (專項課程 2)	極限單車/登山車 培訓實習
10:00 至 10:50	運動傷害防護及急救 樂橙物理治療 (運動醫學 1)	自由車運動術語 BMX/MTB (專項課程 3)	極限單車/登山車 培訓實習
11:00 至 11:50	運動營養學 (運動醫學 2)	自由車專項訓練 極限自行車 BMX 專項訓練	極限單車/登山車 培訓實習
12:00-12:50	午餐	午餐	午餐
13:00 至 13:50	運動心理學 (待聘) (運動科學 2)	運動團隊經營管理 BMX/MTB (運動管理 1) (待聘)	極限單車/登山車 培訓實習
14:00 至 14:50	運動生理學 (待聘) (運動科學 2)	體能檢定評估及訓練 BMX/MTB	極限單車/登山車 培訓實習
15:00 至 15:50	運動教練學 1 韋翔(自由教練) (運動訓練 1)	BMX 訓練計畫擬定 BMX/MTB (運動訓練 2)	極限單車/登山車 培訓實習
16:00 至 16:50	運動教練學 2 BMX/MTB (待聘)	兒童訓練安全與權利認知 師資資料庫 (基礎學科 3)	極限單車/登山車 培訓實習

17：00 至 17：50	*越野自行車 MTB 專項訓練	筆試測驗	術科測驗
---------------------	--------------------	------	------

115 年度 C 級自由車教練講習會報名表

- 一、時間：民國 115 年 5 月 2 日、5 月 3 日、5 月 9 日(星期六至星期日)，共計 3 天。
 二、報到/上課地點：臺北市西湖實驗國民中學 環山路一段 27 號
 三、報名費：新台幣 3,000 元整 (含午、保險、講義、證照費) 《請自備環保杯》。

單位/職稱		姓名		一張浮貼 ----- 請貼二吋半身 脫帽光面相片 一張實貼
出生年月日	年 月 日	性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	
身分證字號		餐食	<input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素	
聯絡電話	(公): (手機):			
	e-mail:			
通訊地址				
最高學歷	<input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 公假函送單位: 公假函送地址:			

緊急聯絡人	姓名		關係	
	緊急連絡電話	(公) (宅) (手機)		

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

特定體育團體辦理 C 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 C 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