

中華民國自由車協會

115 年度 B 級自由車教練講習實施辦法(場地賽、登山車、極限單車)

中華民國體育運動總會 115 年 7 月 15 日體總輔字第體總輔字第 1150001652 號函備查

一、宗旨：本課程旨在培育自由車教練的專業能力，透過系統化訓練與實務操作，強化教學與訓練知能，提升競技表現與國際視野，並促進自由車教練人才的發展。

二、指導單位：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：樹德科技大學

五、日期：

(一) 學科：民國 115 年 9 月 25 日至 9 月 27 日(星期五至星期日)，共計 3 天。

(二) 實習：民國 115 年 9 月 28 日(星期一)，共計 1 天。

(三) 增能：民國 115 年 9 月 25 日至 9 月 27 日(星期五至星期日)，共計 3 天。

六、地點：

學科、實習：樹德科技大學(高雄市燕巢區橫山里橫山路 59 號)

七、講師：聘請中。

八、名額：30 名為限(報名人數超過時，以報名先後順序錄取)。

九、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 32 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、報名資格(須符合以下各項條件之一)：

(一) 取證：

1. 取得 C 級教練證 2 年以上，具從事教練實務工作經驗。

2. 曾參加奧林匹克運動會、亞洲運動會、世界單項運動正式錦標賽之國家代表隊選手。

3. 具有 UCI 二級職業車隊之職業選手身分

(二) 增能：具有本會 A 級或 B 級或 C 級教練證照。

十一、報名手續：

(一) 自即日起至 115 年 9 月 1 日 (二) 上午 8:30 止。

(二) 採用 BeClass 線上報名系統報名，不受理電話報名及臨時報名，若資料不齊全者，恕不受理報名。(截止日期未繳交費用者視同放棄)。

(三) 所需資料：

1. 最近二吋半身相片。
2. 本會 C 級教練證正、反面(報名取證者)；A 或 B 或 C 級教練證正、反面(報名增能者)
3. 檢附最近一個月內核發之警察刑事紀錄(良民證)，審查資格用。**報名增能課程者無需檢附。**
4. 身分證正面、反面影本
5. 特定體育團體辦理 B 級教練講習會具結書
6. 報名費：

(一) 取證：新台幣 4,000 元整(含講師費、午餐、保險、講義、證照)

(二) 增能：新台幣 1,000 元整(含講師費、午餐、保險、講義)/天，報名 3 天優惠 2,800 元整。

(三) 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

十二、逾期、資料不齊全者，恕不受理報名；一旦報名不全額退費，報名截止後，如因事故需取消參加，所繳報名費用於扣除相關行政作業所需支出後退還餘款，詳細退費辦法如下：

(一) 若學員於 115 年 8 月 25 日(二)前(含)取消，收取報名費的 20%作為行政作業費。

(二) 若學員於 115 年 8 月 26 日(三)至 115 年 9 月 14 日(一)期間取消，收取報名費的 50%作為行政作業費。

(三) 若學員於 115 年 9 月 15 日(二)至 115 年 9 月 24 日(四)期間取消，將不予退費。

十三、「性別平等教育」與「兒童訓練安全與權利認知」採線上課程，須於 115 年 10 月 2 日(含)前觀看完畢並提供「通過認證時數證書」至

cycling.org.tw@gmail.com。**信件主旨請務必輸入：「115 年自由車 B 級教**

練講習線上課程通過認證時數證書」，以利統計通過測驗之人員名單。

課程線上連結：

(1) 性別平等課程連結(53 分鐘)：<https://elearn.hrd.gov.tw/info/10046148>

(2) 兒童訓練安全與權利認知連結(59 分鐘)：<https://elearn.hrd.gov.tw/info/10046162>

十四、承上，線上課程「通過認證時數證書」下載流程：

https://drive.google.com/file/d/1442e3Guz4wZLw6s78ELf2bME87CNgPYF/view?usp=drive_link

十五、報到日期：115 年 9 月 25 日~28 日上午 8：30 至 9:00。

十六、上課相關規定：參加取證之學員必需全程參與課程，修滿全部課程，並經考試 80 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 B 級教練證。

十七、本實施辦法經報請中華民國體育運動總會、運動部核准後實施，修正時亦同。

十八、課程介紹：

（一）實務操作：從規則面、案例及進行讓學員了解場地賽、登山車及極限單車的運作細節與訓練方向、課表開立及實施與檢測方式。

（二）強化教練證的實質內容。

十九、報名相關事宜請洽：賴小姐。聯絡電話：07-3556978, Email: cycling.org.tw@gmail.com

115 年度 B 級自由車教練講習會課程表

節次	日期 時間	9 月 25 日 (星期五)	9 月 26 日 (星期六)	9 月 27 日 (星期日)	9 月 28 日 (星期一)
0	08：30 至 09：00	報到/始業式	報到	報到	報到
1	09：00 至 09：50	運動禁藥 (自由車協會講師)	運動心理學 (一) (自由車協會講師)	自由車專項訓練 (一) (自由車協會講師)	自由車器材 (自由車協會講師)
2	10：00 至 10：50	運動生理學 (一) (自由車協會講師)	訓練計畫擬定 (一) (自由車協會講師)	自由車專項訓練 (二) (自由車協會講師)	自由車器材 (自由車協會講師)
3	11：00 至 11：50	運動生物力學 (一) (自由車協會講師)	自由車器材與服裝 (自由車協會講師)	運動與法律 (自由車協會講師)	自由車器材 (自由車協會講師)
N	11：50 至 13：10	午餐	午餐	午餐	午餐
4	13：10 至 14：00	自由車運動術語 (自由車協會講師)	自由車運動規則 (自由車協會講師)	運動團隊經營管理 (一) (自由車協會講師)	自由車器材 (自由車協會講師)
5	14：10 至 15：00	運動教練學(一) (自由車協會講師)	運動情報蒐集及其分析 (一) (自由車協會講師)	運動營養學 (一) (自由車協會講師)	自由車專項訓練 戰術演練(一) (自由車協會講師)
6	15：10 至 16：00	運動教練學(二) (自由車協會講師)	運動傷害防護及急救 (一) (自由車協會講師)	運動營養學 (二) (自由車協會講師)	自由車專項訓練 戰術演練(二) (自由車協會講師)
7	16：10 至 17：00	性別平等教育-性別 教育議題 (林佳瑩律師) (可自行於家中觀 看線上課程)	運動傷害防護及急救 (二) (自由車協會講師)	體能測驗、評估及 訓練(一) (自由車協會講師)	自由車專項訓練 戰術演練(三) (自由車協會講師)
8	17：10 至 18：00	兒童訓練安全與權 力之認知-兒童訓練 安全與權利認知(1) (許瓊云教授) (可自行於家中觀	運動疲勞及恢復 (自由車協會講師)	體能測驗、評估及 訓練(二) (自由車協會講師)	自由車專項訓練 戰術演練(四) (自由車協會講師)

		看線上課程)			
9	18：10 至 19：00				學科測驗

特定體育團體辦理 B 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 B 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）
身分證字號：_____
住址：_____
電話：_____

中 華 民 國 年 月 日