

中華陳氏太極拳協會
105 年度丙(縣市)級教練講習會實施計劃

一、依據：

依照中華民國體育運動總會頒佈之「全國各運動協會辦理
各級教練裁判講習會實施辦法」。

二、目的：

為提倡太極拳運動，培養教練師資，提昇教練素質與儲訓
教練人才，及配合教學需要，藉以推廣全民運動。

三、主辦單位：中華陳氏太極拳協會

四、承辦單位：新北市陳氏太極拳協會

五、講習日期：5 月 14 日、15 日、22 日

六、講習地點：臺北市文山區一壽街 22 號 9 樓

七、講習內容：

1. 太極拳運動規則。
2. 運動傷害防治醫學。
3. 戰略與戰術。
4. 體能訓練(推手規則)。
5. 拳架套路與運用技術指導。

八、參加對象：年滿二十歲，國中以上程度學歷，品行端正者，各教
練場場地教練，或已取得丙級或 C 級以上教練證者。

九、參加人數：預計 80 人。

十、講習費用：每人 3000 元，複訓 1500 元。

十一、報名：即日起至 5 月 4 日止。

(一) 填寫報名表(可至網站 <http://www.chen-taichi.org/> 下載)

(二) 以下列方式報名

電話：林耿永 0938-156166

Email：hyh.chentaichi@gmail.com

郵寄：231 新北市新店區北新路一段 293 號 19 樓之 15

(三) 繳費：土地銀行新店分行 帳號：061 001 091 921

戶名：新北市陳氏太極拳協會

十二、服裝：上課時請著運動服及功夫鞋。

十三、證書：

(一) 結訓時頒發結業證書。

(二) 全程參加講習，並經考試成績合格者，核發中華陳氏太極
拳協會丙級教練證，並報請核備。

十四、交通：

(一) 公共運輸：綠 1、綠 2、棕 7、237、251、252、253、611、
793、796、819 或至捷運轉乘至景美女中站。

(二) 開車：北二高新店交流道→中興路左轉→寶橋路右轉→
上寶橋→木新路三段→一壽街右轉，即可到達。

十五、所填報名參加本活動之個人資料，僅供本活動相關用途使用。

十六、本計劃報請主管機關核准後實施。

中華陳氏太極拳協會
105 年度丙(縣市)級教練講習會課程表

日期	5 月 14 日	5 月 15 日	5 月 22 日
星期	六	日	日
8:00 8:50	報到	24 式套路之分析 與探討	太極拳規則
9:00 9:50	開訓典禮 教練之職責與修養		
講師	洪允和老師	洪允和老師	施錫欽老師
10:00 11:50	運動醫學與 營養學	運動傷害防護 與養生	太極拳基本技術
講師	李澄奇醫師	陳永森醫師	徐東隆老師
午餐			
13:00 14:50	運動科學與理論	48 式套路之分析 與探討	戰略與戰術
講師	張東海老師	洪允和老師	管仲福老師
15:10 16:00	太極拳技術指導	體能訓練	測驗
16:10 17:00			結訓
講師	林耀堂老師	湯以樸老師	洪允和老師

中華陳氏太極拳協會
105 年度丙(縣市)級教練講習會報名表

姓 名	中文		生 日	年 月 日	照 片
	英文		身分證 字 號		
通 訊 地 址					郵遞區號 _____
電 話	公		行 動 電 話		
	宅				
電 子 信 箱					
學 歷		社 會 經 歷			
所 屬 教 練 場		教 練 場 職 務			
				<input type="checkbox"/> 葷食 <input type="checkbox"/> 素食	
<p>備註：本人同意所提供個人資料作為大會辦理本活動使用。</p> <p style="text-align: center;">匯款影本黏貼處</p>					