附件1

课程安排

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 时 间 | 课程名称 | 授课专家 |
| 11月15日 | 18:00前 | 报 到 | —— |
| 11月16日 | 8:10 | 开班仪式 | —— |
| 8:30~11:30 | 教练员成长的基本要素 | 徐志谦 |
| 13:30~16:30 | 动作与能量代谢视角下的训练与训练科学 | 黎涌明 |
| 11月17日 | 8:30~11:30 | 竞技体育高水平备战要素 | 资 薇 |
| 13:30~16:30 | 远跳项目体能训练设计与损伤预防 | 朱昌宇 |
| 11月18日 | 8:30~11:30 | 训练=康复：打造强健且抗损伤的运动员 | 闫 琪 |
| 13:30~16:30 | 运动训练生物学基础与监控方法 | 朱 那 |