

# 中華民國山岳協會 113 年度 C 級運動攀登教練講習暨教練增能進修研習會簡章

- 一. 依據：依據中華民國體育運動總會相關授證辦法實施  
目的：本會為推廣攀登運動，提升攀登運動訓練觀念，舉辦 113 年度 C 級運動攀登教練講習，並授予合格教練認證。
- 二. 指導單位：教育部體育署、中華民國體育運動總會
- 三. 主辦單位：中華民國山岳協會
- 四. 協辦單位：原岩攀岩館  
舉辦日期：自 2024 年 8 月 30 日（星期五）起至 9 月 1 日（星期日），共 3 天。  
舉辦地點：原岩攀岩館-中和店(235 新北市中和區立言街 41 號)
- 五. 報名資格：
  - (一)、取得本會效期內 CBT 證照，並有實際從事攀岩運動者。
  - (二)、需年滿 20 歲，具高中職同等學歷。
  - (三)、初訓參加者須自備岩鞋、粉袋、運動攀登用吊帶、確保繩鍊、有鎖大 D 鈎環 3 只、ATC 形式確保器 1 只、快扣六副、繩結練習用 4 米短繩、攀登繩、筆、文具。
  - (四)、參加教練增能進修課程者報名時須附效期內 A、B、C 級之有效教練證。
- 六. 報名人數：依各報名先後順序依序錄取，額滿為止，以 30 名為限。
- 七. 報名手續：
  - (一)、截止日期：即日起至 113 年 8 月 10 日 23:59 止，以線上報名時間戳記為憑；  
**新訓者**：申請書、附上二吋半身脫帽照片(JPG 電子檔)、學歷證書影本、效期內 CBT 證書影本、最近一個月內核發之無違反前條規定之警察刑事紀錄證明；在報名時上傳電子檔至雲端系統。  
**參加教練增能進修複訓者**：請將 A、B、C 級教練證在報名時上傳電子檔至雲端系統。
  - 備註 1：報名文件請備妥完整，報名截止後恕不受理補件。
  - 備註 2：線上報名資料填寫：<https://reurl.cc/bVkaAQl>
  - (二)、**C 級教練新訓報名費**：本會會員新台幣 4000 元整(非會員 4500 元)，報名費用請匯款。
  - (三)、**參加(8/30 五、8/31 六)教練增能進修課程者**：  
參加兩日課程之本會會員繳交新台幣 2000 元整(非會員 3000 元)  
參加擇一日課程之本會會員繳交新台幣 1000 元整(非會員 1500 元)  
**匯款帳戶**：新光銀行(103)，帳號-0611-50-106059-8。  
請將匯款單據之影像(或轉帳截圖畫面，含匯款帳號末五碼)，在報名時上傳電子檔至雲端系統。
  - (四) **證照費**：300 元，檢定合格後以郵件通知繳費。
- 八. 報名截止後，若初訓加複訓人數不滿 10 人，課程取消辦理，報名費將扣除轉帳匯費退回。
- 九. 十二、授課講師簡介：聘請國內體育運動專家教授、國際裁判及國內知名運動科學訓練專家負責授課。
- 十. 十三、課程內容簡介：如附件一
- 十一. 十四、附則：
  - (一)、講習會參加學員經測驗合格者，學科筆試及術科操作經測驗後同時達到規定標準者，始得授予各該級教練證報請中華民國體育運動總會核發 C 級教練證書。
  - (二)、講習會參加學員差旅費請向原服務單位申請報支。
  - (三)、講習會參加人員所需之教材講義及午餐由本會提供，其餘膳宿費用自理。

(四)、本辦法經送中華民國體育運動總會核定後實施，若有未盡事宜，得隨時修正陳報中華民國體育運動總會核備後公布之。

中華民國山岳協會 113 年度  
C 級運動攀登教練講習暨教練增能進修研習會--課程表  
原岩攀岩館

日期 時間	8 月 30 日 (星期五)	8 月 31 日 (星期六)	9 月 1 日 (星期日)
08:30-09:00	報到	報到	報到
9:10-10:00	性平教育 1 張佳穎	運動教練、訓練學 2 翁明嘉	攀登運動沿革 及其發展現況 1 莊嘉仁
10:10-11:00	運動禁藥 1		運動攀登運動術語〔專業 外語〕 1 莊嘉仁
11:10-12:00	兒童及青少年 運動訓練注意事項 1 潘瑞根	運動選材學 1 翁明嘉	技術操作 1 林俊鳴
12:00-13:10	午休	午休	午休
13:10-14:00	運動傷害防護及急救 1.5 劉千臻 13:10-14:30	運動選材學 1 翁明嘉	技術操作 3 林俊鳴
14:10-15:00		運動情報蒐集及其分析 1 楊東偉	
15:10-16:00		運動營養學 1.5 李曉萍 14:40-16:00	
16:10-17:00	攀岩運動生理學 2 李曉萍	運動攀登競賽規則 (含專業英文) 簡翎紋	學科測驗
17:10-18:00			術科測驗
18:10-19:00	技術操作 1 林俊鳴	技術操作 1 林俊鳴	結業

※本課程表為預訂課程，以講習手冊提供之課程表為主。

### 113 年度 C 級教練個人攀登裝備表

品名	規格	數量
運動攀登專用吊帶	需有確保環。有 CE 或 UIAA 認證。	1 副
確保器 (豬鼻仔)	ATC 形式	1 只
攀岩鞋	必備	1 雙
保險鈎環	有 CE 或 UIAA 認證。	3 只
快扣鈎環組	有 CE 或 UIAA 認證。	至少 5 組
粉袋	建議使用	1 個
教學短繩	直徑 7mm 以上，長 4 米。	1 條
主繩	長約 40 米	1 條

文具: 色筆、墊板、螢光筆