附件1：

2019年铁人三项青少年活动讲师培训班日程

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **日期** | **时间** | **课程内容** |
| 6月14日 | 14:00—18:00 | 报到 |
| 6月15日 | 8:30—8:45 | 开班仪式 |
| 8:45—9:45 | 通用理论 |
| 10:00—12:00 | 专项技能训练 |
| 14:00—16:00 | 体能训练 |
| 16:15—18:00 | 医疗急救 |
| 6月16日 | 8:30—10:30 | 铁人三项青少年、儿童培训经验分享与交流 |
| 10:30—12:00 | 工作研讨与布置 |