107年各級教練訓練增能研習活動課程表

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 時間 | 11月27日(星期二) | 11月28日(星期三) | 11月29日(星期四) |
| 0820  │  1000 | 球桿運行的秘密  2D vs 3D  張傑明 教練 | Trackman 操作  張傑明 教練 | 推桿天份是什麼？  張傑明 教練 |
| 1020  │  1200 | 揮桿運行順序  3D生物回饋系統  張傑明 教練 | 揮桿生物力學  人體每個關節的工作  (1100)不同的揮桿風格  張傑明 教練 | 球具量身Club Fitting  (1100)你想要成為什麼樣的教練？  張傑明 教練 |
| 1200  │  1330 | 午餐、心得交流 | | |
| 1330  │  1520 | 揮桿的6大力量  張傑明 教練 | SFMA,(選擇性功能動作評估)  FMS,(功能性動作系統)  TPI(高爾夫體適能)  介 紹  張傑明 教練 | 高爾夫專項體能、  重量訓練  黃國倫教練 |
| 1540  │  1720 | 現代揮桿基礎  vs  傳統揮桿基礎  徐易騰教練 | 如何成為短桿大師？  趙勛廷教練 | 問題討論及座談 |