

2024【令和 6】年度（公財）日本サッカー協会
フィジカルフィットネス C 級コーチ養成講習会【茨城 FA コース】（通い型） 開催要項

1. 目的

フィジカルフィットネストレーニングを計画および実行する際のベースとなる基礎的な知識を会得し、フィジカルフィットネスに関して選手に指導できる人材を養成することを目的とする。

2. 主催

公益財団法人 日本サッカー協会（以下「JFA」という。）

3. 主管

公益財団法人 茨城県サッカー協会（以下「当協会」という。）

4. 受講資格

有効な JFA C 級以上のコーチライセンスを保有していること

5. 定員 24 名 ※最小開催応募人数 12 名

6. カリキュラム概要

【講義】サッカーで要求される体力・心拍数測定法、サッカーで要求される体力分析・W-up とリカバリー、体カトレーニングの分類（運動生理学・酸素運搬系）、サッカー選手の体力テスト/自体重トレーニング、運動生理学：エネルギー供給系、育成年代のトレーニング、運動生理学：筋指導実践プランニング〔合計 約 9 時間〕

【実技】W-up とリカバリー（サッカーで要求される体力）、サッカーの体カトレーニング（有酸素性 TR/スピード）、体力テスト/自体重トレーニング、サッカーの体カトレーニング 1、サッカーのコーディネーション/ランニングトレーニング、サッカーの体カトレーニング 2〔合計 約 6 時間〕

【指導実践】〔約 6 時間〕

【筆記試験】 講義内容からの試験〔約 1 時間〕

7. 開催日時

2024 年 10 月 15 日（火）、16 日（水）、17 日（木）、18 日（金）

受付：10/15 9 時 30 分開始

※詳細は、別紙日程表をご確認下さい。全日程の受講が必須です。

※天候、受講者人数、進行状況等の諸事情によりカリキュラム変更や時間が前後することもあります。

※雨天決行

8. 開催会場

IFA フットボールセンター

〒311-4205 茨城県水戸市下国井町 2201-1 TEL：029-350-7210

9. 受講料

55,000円

10. 受講条件

全日程参加でき、指導者としてのマナー・モラルを守れ、会場の使用規定を遵守できる方

11. 申込み

KICKOFF より、講習会検索画面にて【技能区分】サッカー指導者、【主催協会】茨城県サッカー協会、で検索いただくと本講習会が出てきますのでお申し込みください。お申し込みの際は、「所属（指導）チーム名」をコメント入力欄にご入力ください。お支払い手続きをお済ませいただき、システム上でお支払

い（ご入金）の確認ができた方から受講確定となります。

※「申込入力ボタン」クリック後のページ下部に欄がございます。所属チーム名をご入力下さい。ただし、所属チームがない場合は、空欄のままで結構です。

12. 教本

指定の教本3冊（下記）を必須教材とする。各自で購入して持参する。

・ゲーム形式で鍛えるサッカーの体力トレーニング Aerobic and Anaerobic Training in Soccer
定価 1,760 円 <https://www.taishukan.co.jp/book/b198868.html>

・パフォーマンス向上に役立つサッカー選手の体力測定と評価 Fitness Testing in Football
定価 2,420 円 <https://www.taishukan.co.jp/book/b198938.html>

・スポーツコーチのためのトレーニング生理学 Exercise and Training Physiology
定価 2,750 円 <https://www.taishukan.co.jp/book/b493001.html>

13. その他・注意事項

◇受講料お支払い（お申し込み完了）後、キャンセルをされた場合『辞退理由書』をご提出頂き、「事務手数料 1,000 円」を差し引いた「54,000 円」をご返金致します（別途、ご連絡致します）。

◇講習会開始後、当日（初日）無断欠席および途中辞退をした場合は、受講料の御返金は致しません。あらかじめご了承下さい。

◇お申し込みは先着順となります。定員に達し次第、締め切りいたしますのであらかじめご了承下さい。また、締切日を過ぎての受け付けはできません。

◇KICKOFFにてお申し込みが中断状態となり、未払いの状態が7日間を過ぎた場合はキャンセル扱いとし、当協会にて申し込みを取り消します。あらかじめご了承下さい。

◇受講不可となった場合に「今回のお申し込みが取り消しとなりました」というメッセージがシステムより自動的に送信されます。また、一旦申込を取り消された方にも申込締め切り後「今回のお申し込みが取り消しとなりました」というメッセージが KICKOFF システムより自動的に送信されますのであらかじめご了承下さい。

◇お申し込み後、他の講習会への移行はできません。

◇受講確定は、受講料のお支払い（ご入金）がシステム上で確認できた方から確定となります。受講確定のご連絡等はありませんのでご注意下さい。

◇お支払い手続きの不備等で、お支払い（ご入金）が完了していない場合、受講できませんのでご注意願います。

◇受講料等お支払い時の各種手数料（システム利用料含む）は、各自でご負担をお願い致します。

◇受講料のお支払い期限が過ぎてしまった場合、再度お申し込みいただくこととなります。その際、講習会が定員に達している、または募集期間が過ぎている場合はお申し込みできません。あらかじめご了承下さい。

◇本講習会開催中に発生した事故・傷害等について応急処置は行いますが、主催者側は一切責任を負いません。また参加者全員に対して団体（行事）保険に加入しますが、補償内容の手厚い保険ではございませんので、必要な方は各自でスポーツ傷害保険などに加入して下さい。

◇本講習会は実技講習を伴います、体調を整えて受講して下さい。なお怪我等で実技のできない方は、ご連絡願います。

◇初日、受付がお済みでない方には、担当よりご連絡をすることがございます。

◇会場への直接のお問い合わせは、絶対におやめください。

◇当協会では、領収書の発行は致しかねます。KICKOFF マイページの「支払・配送状況確認」よりお支払いの明細書は出力可能です。

◇応募者数が10名に満たない場合は、開催中止となる場合がございます。開催中止の場合は、KICKOFF ログイン後の、Message あなたへのメッセージエリアへ通知致します。

◇宿泊を希望される方は、お手数でも各自で手配願います。

◇講習会に必要な筆記用具・運動用具は、各自ご持参下さい。

◇実技講習は人工芝ピッチにて行います。 ※スパイクがある方は持参願います。雨天時も屋外にて実技

講習を行います。

※講習会内容および受講申込みなど、ご不明な点が有りましたら下記へ問い合わせ願います。

【講習会に関して】（公財）茨城県サッカー協会 原田 精一郎

TEL : 029-350-7210 MAIL : s_harada@ibaraki-fa.jp

【KICK OFF に関して】

JFA 登録サービスデスク

050-2018-1990