附件3：

**培训班日程安排**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **日 期** | **时 间** | **内 容** | **地 点** |
| 4月17日 | 14:00 | 报到 | 酒店大堂 |
| 4月18日 | 8：30—8:45 | 开班仪式 （合影） | 会议室 |
| 8:45—9:45 | 持杖健走理论教学 | 会议室 |
| 10:00—11:30 | 持杖健走技术教学 | 室外场地 |
| 14:30—16:00 | 2018版竞赛规则及裁判法学习 | 室外场地 |
| 16:00--17:00 | 手杖操教学 | 室外场地 |
| 19:00-20:00 | 理论考试 | 酒店 |
| 4月19日 | 8:30—9:30 | 持杖健走技术教学 | 田径场 |
| 9:30—10:30 | 场地接力模拟比赛（技术考核） | 田径场 |
| 14:30—15:30 | 手杖操教学 | 田径场 |
| 15:30—16:00 | 户外穿越比赛内容模拟讲解 | 田径场 |
| 16:30—17:00 | 手杖操教学 | 室外场地 |
| 17:00-17:30 | 结业仪式 | 室外场地 |
| 4月20日 | 8:00 | 早餐后离会 |  |