公認パワーリフティング競技　コーチ1
資格概要

2019年4月1日現在

主催			公益社団法人日本パワーリフティング協会
養成目的			地域のスポーツクラブ等において、初心者・年少者・高齢者・障害者を対象としてパワーリフティングの専門知識を生かし、対象に合わせた適切な指導にあたることができる指導者を養成する。
役割			パワーリフティングの持つ身体諸機能に対するトレーニング効果を有効に活用することによって、様々なスポーツ種目の基礎的な身体機能の養成に貢献する
養成講習会に係る内容	受講条件		受講年度の４月１日現在で満２０歳以上の者。
	受講科目	共通科目	共通科目Ⅰ（35h）
		専門科目	パワーリフティング専門科目（20h）　※別紙カリキュラム表参照
	受講料	共通科目	共通科目Ⅰ：15,400円（税込）※別途リファレンスブック代
		専門科目	専門科目：15,400円（税込）※実施団体が別途定める場合がある
	実施方法	共通科目	別に定める共通科目実施要領に基づき日本スポーツ協会が実施する
		専門科目	■講習会 集合講習　２日間（講義10h、実技5h） ※事前自宅学習　5h ■検定試験 講習会、最終日に筆記試験 ■免除要件 免除規定なし
登録に係る内容	登録料 （4年間）		基本登録料：10,000円
			資格別登録料：6,000円
			初期登録手数料（初回登録時のみ）：3,300円
	更新登録要件		資格有効期限の6ヶ月前までに、最低1回は日本スポーツ協会または都道府県体育協会が実施する（認める）研修を受けなければならない。
特記事項			

公認パワーリフティング競技　コーチ1

2019年4月1日現在

区分	カリキュラム内容		時間数		
	No.	科目	集合	その他	計
① 種目の特性に応じた 基礎理論	①	パワーリフティングの望ましい指導者像	1 h	0 h	1 h
	②	レジスタンストレーニングの原理と基礎理論	2 h	2 h	4 h
	③	レジスタンストレーニングの 科学的トレーニング法	2 h	1 h	3 h
	④	レジスタンストレーニングの応用 ・基礎体力トレーニング法の指導	2 h	2 h	4 h
	⑤	パワーリフティングにおける 障害と安全対策	2 h	0 h	2 h
	⑥	ドーピング防止の基礎	1 h	0 h	1 h
	小　計		10 h	5 h	15h

区分	カリキュラム内容		時間数		
	No.	科目	集合	その他	計
② 実技・指導実習	①	トレーニング現場における救急処置法	2 h	0 h	2 h
	②	パワーリフティング初心者指導	3 h	0 h	3 h
	小　計		5 h	0 h	5 h
			15h	5h	20h