**附件1：**

**培 训 日 程**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **日 期** | **时 间** | **主 题** | **主讲人** |
| 4月22日  （周一） | 14:30—18:30 | 报 到 | 体育总局教练员学院 |
| 4月23日  （周二） | 08:30—09:00 | 开班仪式 | 体育总局竞体司 |
| 09:00—11:30 | 数字化体能训练的理念与进展 | 闫琪（国家体科所研究员） |
| 14:30—17:30 | 力量训练数字化监控理论与实践 | 闫琪（国家体科所研究员） |
| 4月24日  （周三） | 08:30—11:30 | 速度与灵敏性训练数字化监控理论与实践 | 闫琪（国家体科所研究员） |
| 14:30—17:30 | 耐力训练数字化监控理论与实践 | 魏文哲（国家体科所副研究员） |
| 4月25日  （周四） | 08:30—11:30 | 高水平运动队体能训练数字化监控理论与实践案列 | 王明波（北京市体科所副研究员） |
| 14:30—17:30 | 优秀运动员体能状态大数据监控理论与实践 | 刘昊杨（北京体育大学教授） |
| 4月26日  （周五） | 12:00以前 |  |  |