

中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會

第 13 屆第 13 次選訓會議記錄

日期：112 年 4 月 20 日(星期五) 時間：16：30
地點：現代五項楠梓訓練中心 記錄：吳欣妤
主席：楊毅弘召集人
專項委員：林炳宏專項委員
出席人員：譚中明委員、蘇建銘委員、陳瑞斌委員、吳志勇委員、
鍾一郎委員、賴明助委員。

列席人員：孔憲文秘書長

討論議案：

案由一：審定本會「2022 年第 19 屆杭州亞洲運動會選手培訓及參賽實施計畫草案」。

說明：

- 一、依據現代五項國際聯盟 UIPM 行事曆, 2023 年杭州亞運會為 2024 年巴黎奧運會現代五項資格賽。
- 二、本會為爭取巴黎奧運參賽權擬定本計畫, 於本次會議決議後報請國訓中心審核。
- 三、實施計畫草案內容詳如附件一。

決議：依楊召集人毅弘建議更改後同意。

案由二：審核本會「2023 年現代五項 2024 巴黎奧運資格賽選拔賽競賽規程草案」。

說明：

- 一、依據本會 2024 年第 33 屆巴黎奧林匹克運動會選手培訓及參賽實施計畫草案。四、訓練計畫：(一)選手遴選辦法：辦理 2024 年巴黎奧運亞洲區資格賽選拔賽。
- 二、選拔賽競賽規程草案內容詳如附件二。

決議：同意通過。

案由三：審定本會「代表隊教練及選手遴選辦法草案」。

說明：

- 一、依國訓中心辦理 2022 年杭州亞洲運動會計畫內容辦理。
- 二、遴選辦法草案內容詳如附件三。

決議：同意通過。

臨時動議：無。

散會：18:15。

中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會

2022 年第 19 屆杭州亞運會(2024 年第 33 屆巴黎奧林匹

克運動會資格賽)選手培訓及參賽實施計畫 草案

- 一、 依據:依據臺教體署競字第 號函辦理。
- 二、 目的:於 2022 年第 19 屆杭州亞洲運動會(2024 年巴黎奧林匹克運動會亞洲區資格賽)取得 2024 年巴黎奧林匹克運動會參賽資格。
- 三、 SWOT 分析:
 - (一) Strength(優勢):疫情過後現代五項協會於 2022 年開始參與國際賽事，於 2022 年亞洲錦標賽取得 2 面銅牌佳績，全會上下信心大增，也讓參與現代五項運動的各委員會及教練、選手相信只要努力必有收穫，在全體參與現代五項運動人員的努力下必能再創高峰進軍奧運。
 - (二) Weakness(劣勢):本會目前楠梓訓練中心訓練場地尚屬完善，但馬匹能力僅一米高度與世界性賽事須一米 20 高度的能力落差甚大，致使選手馬術障礙能力提升不易，上述問題須解決，讓選手在好的環境及充足的設備下訓練。
 - (三) Opportunity(機會):UIPM(國際現代五項聯盟)決議通過 2024 年巴黎奧運會亞洲區參賽資格將由 2022 年第 19 屆杭州亞運會中決定，亞洲區分配參賽名額為 5 名，且限定一個國家只能一名獲取資格。在此機制及機會下現代五項有很大機會可以取得 2024 巴黎奧運會參賽資格

名額。

- (四) Threat(威脅):目前協會選手除賽前集訓及潛力計畫短期集訓可集中於楠梓訓練中心外，其餘時間分散於各單位學校訓練，現代五項項目多元，選手須兼顧學業及五個項目的訓練，實屬不易。協會將整合選手集中訓練，有計畫性的規劃選手課業及訓練，讓選手及教練能全力以赴往目標邁進。

四、訓練計畫：

- (一) 選手遴選辦法：

辦理 2024 年巴黎奧運亞洲區資格賽選拔賽。

- (二) 教練遴選辦法(依序遴選):男、女教練各一名

1. 由取得資格選手執行教練優先擔任。須具備中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會 B 級以上教練資格，經本會選訓委員會決議，報經教育部體育署核定。
2. 須具備中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會 A 級教練資格。
3. 如未符合上述兩項條件，得經本會選訓委員會推派擔任。

- (三) 現況實力分析:目前協會選手大多為青年、青少年，2022 年亞洲錦標賽取得 2 銅佳績。期望將來再有系統得規劃下，一步步前進，展望未來。

- (四) 目標：

2022 年第 19 屆杭州亞運會中取得 2024 年巴黎奧運參賽資格。

(五) 訓練起訖日期:

1. 第一階段：自 2023 年 5 月 1 日起至 5 月 31 日止
2. 第二階段：自 2023 年 6 月 1 日起至亞運會結束止

(六) 訓練方式:

1. 第一階段：在母隊訓練為主，集中訓練為輔。
2. 第二階段：集中培訓方式。

(七) 訓練內容:

技術性項目:

1. 擊劍:

- (1) 基本腳步訓練，注重提升瞬間轉移重心的能力。
- (2) 反主動攻擊中的搶攻，防守還擊和間隙攻擊的交替運用。
- (3) 進攻時手的延伸協調性、腳步連接之要求。
- (4) 實戰訓練的安排(模擬比賽情況)。
- (5) 參加擊劍協會全國排名賽，再立即做重點檢討和修正。
- (6) 戰術理論觀念之強化。

2. 馬術:

- (1) 強化基本騎坐(脫蹬練習、放手騎乘)。
- (2) 體能障礙訓練，伸展障礙和連續障礙練習。

- (3) 訓練距離之控制，確實掌握起跳點。
- (4) 做簡易三至五道障礙配置伸展障礙或連續障礙特別注意左右裏懷的大小角度控制。
- (5) 排列標準比賽型式練習。
- (6) 參加國內馬術單項競賽，建立選手自信心。

3. 射擊:

- (1) 基礎訓練維持，強化穩、瞄、扣協調能力。
- (2) 以密度射擊強化一致性動作確保基本分數水平。
- (3) 培養射擊感覺能力，槍感、預報、預測等觀察判斷能力。

4. 體能性項目(跑射聯項. 游泳):

基本體能及基本動作、長距離耐力訓練、反覆訓練(有氧性訓練為主)、
間歇訓練(無氧訓練為主)、速度訓練、重量訓練。

五、督導考核:

- (一) 每兩週召開訓練總結會議，教練團另外召開教練會議。
- (二) 每月彙整訓練成效，向協會提報。
- (三) 協會每月定期派員督導。
- (四) 體育署與國訓中心不定期派員訪視。
- (五) 協會選訓小組不定期蒞會訪視訓練情況，發現問題立即改善。
- (六) 教練、選手於集訓期間發生違紀犯法之行為，依協會紀律委員會裁定

辦理。

(七) 教練應訓練週課表和詳實記載教練日記以作為未來成效檢討之依據。

(八) 選手應詳實撰寫訓練日記，以利掌握個人的訓練週期規律。

六、 所需行政支援事項及建議處理方式：

(一) 課業輔導支援。

(二) 國訓中心訓練場地之使用（重量訓練、擊劍場..等）。

(三) 運動傷害防護中心、醫務室和運科中心。

(四) 教師留職留薪或代課鐘點費。

(五) 其他：於本計畫奉准實施後，依執行中實際狀況適時提出需求。

七、 經費籌措：選拔賽及第一階段訓練經費由本會於112年年度計畫經費調整後執行。

八、 本計畫經本會選訓小組通過，送教育部體育署核准通過後公布實施，修正時亦同。

中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會
參加 2022 年第 19 屆杭州亞運會現代五項
(2024 年巴黎奧運資格賽)選拔賽競賽規程草案

一、依據：教育部體育署 112 年月日臺教體署競(二)字第 號。

二、主辦單位：中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會。

三、協辦單位：高雄市體育總會、高雄市楠梓高中、
國立高雄科技大學。

四、承辦單位：高雄市體育總會現代五項暨冬季兩項運動委員會。

五、目的：爭取 2024 年巴黎奧運會參賽資格。

六、參賽地點及日期：

112 年 9/20-24 日中國杭州舉行

七、選拔日期：待定。

賽 程 表

日期	時間	競賽項目	組別
112/	09:30	游泳(200 公尺)	全組
	11:00	擊劍(全循環)	女子組
	12:30	擊劍(全循環)	男子組
	16:00	跑步射擊(3,000 公尺)	全組
待定		馬術	

備註：賽程表可依報名人數適當調整。

八、選拔地點：高雄市楠梓現代五項暨冬季兩項訓練中心。

九、參加資格(需具中華民國國籍)：

1. 本會 2023 年度國家代表選拔男、女前六名選手。
2. 中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會 112 年(111 學年度)第 45 屆全國中正盃現代五項運動錦標賽。公開組男、女前四名，高中組男、女前二名。

十、選拔方式：

依選拔賽成績錄取前三名選手。(人數依核准人數調整)

1. 參加選拔選手需全程完成五項賽事，未完成賽事者除成績不予計算外並扣除賽事參與項目之得失分成績，以示公平。
2. 馬術項目，審判(技術)委員有權視選手熱身場騎乘情況，在安全考量下禁止選手出賽。
3. 參賽選手除報名費外，需繳交 10,000 元馬術參賽保證金，馬術項目完成後退回(熱身場中被禁止出賽者不予退費)。

十一、教練遴選方式：

選訓委員會依符合下列任一教練資格條件者遴選：

1. 由取得資格選手執行教練優先擔任。須具備中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會 B 級以上教練資格，經本會選訓委員會決議，報經教育部體育署核定。

2. 須具備中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會 A 級教練資格。

3. 如未符合上述兩項條件，得經本會選訓委員會推派擔任。

十二、比賽規則：依據國際現代五項之最新規則。

十三、運動禁藥管制注意事項及相關規定：

(一)、選手注意事項：

1. 任何參與國手選拔賽之選手均可能被抽測到藥檢。

2. 參與國手選拔賽之選手如因治療用途而必須使用禁用清單之

禁用物質或禁用方法時，須向財團法人中華運動禁藥防制基金

會申請治療用途豁免。

(申請網址：<https://www.antidoping.org.tw/tue/>)

3. 本次賽事之治療用途豁免申請截止日期為 112 年 月 日。

(二)、運動禁藥相關規定請參閱財團法人中華運動禁藥防制基金會

官網「公告欄」，單項協會辦理國手選拔賽說明

(<https://www.antidoping.org.tw>)。

十四、選手報名手續及費用：

1. 日期：即日起至 112 年 月 日下午 4 點前截止報名。

2. 報名費用：報名費新台幣 1000 元整，如未參賽所繳報名費於扣除相關行政作業費用支出後退還餘款。
3. 報名費用需連同馬術參賽保證金共 11,000 元整，於報名截止日前一併匯入本會，戶名：中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會，匯款銀行： 銀行 分行，帳號： 。匯款後請致電協會確認，確認匯款後完成報名程序。
4. 報名連結

<https://forms.gle/PHLpbgSb6fy1Xrgu9>



報名 QR-code

5. 未滿 15 歲保險表單連結

<https://forms.gle/SVZHfeelZCWrcz6q8>



未滿 15 歲表單 QR-Code

十五、比賽成績如有異議，可在公佈後三十分鐘內，以書面提出並繳

納申訴費參仟元，經審判委員判決後不得再申訴。

十六、受理性騷擾爭議管道：中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會

/07-3528976/Email:tpe.mpb@msa.hinet.net, 活動現場由大

會服務組受理申訴。

十七、依據教育部體育署輔導全國性體育團體經費補助第 6 條規定辦

理投保 300 萬元以上人身保險(含死亡、傷殘及醫療給付)。

十八、注意事項：

1. 各參加隊伍、單位或個人應依疾管署、教育部等發布之新冠肺炎疫情作業規定辦理。
2. 所有器材規格需符合 UIPM 規則。
3. 未能全程參與集訓之選手請勿報名。
4. 游泳賽程需搭乘巴士或自行前往，需搭乘巴士者請於報名表中登記。為避免浪費資源，登記搭乘而未搭乘者~酌收車資每人 150 元。
5. 連絡人：吳欣妤/電話：(07)352-8976 FAX：(07)352-7309

6. 本規程有未盡事宜得適時修訂之。

十九、罰則：獲選參加之選手如無故不參加集訓，將取消該選手參加
2023年現代五項巴黎奧運資格賽資格，並送交紀律委員會懲
處，以維護其他選手權利。

二十、本競賽規程經教育部體育署備查後發布實施。修正時亦同。

中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會
參加 2022 年第 19 屆杭州亞運會現代五項
(2024 年巴黎奧運資格賽)

代表隊教練及選手遴選辦法 草案

一、 依據：教育部體育署 112 年月日臺教體署競(二)字第 號。

二、 代表隊隊職員名額：

(一) 教練：男子隊一名，女子隊一名。

(二) 選手：男子組三名，女子組三名。(名額將視核定名額調整)

三、 遴選資格：

(一) 教練：依據下列資格順序遴選。

1. 由取得資格選手執行教練優先擔任。須具備中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會 B 級以上教練資格，經本會選訓委員會決議，報經教育部體育署核定。

2. 須具備中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會 A 級教練資格。

3. 如未符合上述兩項條件，得經本會選訓委員會推派擔任。

(二) 選手：需具下列資格得參加選拔賽。

1. 2023 年度現代五項國際賽事選拔賽男、女前六名選手。

2. 中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會 112 年(111 學年度)第 45 屆全國中正盃現代五項運動錦標賽。公開組男、女前四名選手，高中組男、女前二名。
3. 需具馬術騎乘能力。

四、 附則：

(一) 代表隊教練：

1. 教練以專職訓練工作為原則，倘於訓練期間有不適任之事實，經本會選訓委員會查核屬實者，取消其資格。
2. 為顧及本會會務正常運作與推動並遵守利益迴避原則規範，本會秘書長（含）以上人員，不得擔任教練職務。

(二) 代表隊選手：

選手須接受教練指導並依訓練計畫施訓，日常生活事項接受教練輔導管理，倘於培訓期間有違反前述規定之事實，經查核屬實者，得取消培訓資格。

- ##### (三) 入選之教練、選手，無故未能參加集訓或違反集訓相關規定者，送本會紀律委員會審議後，報教育部體育署備查。

五、 本遴選辦法經本會選訓委員會討論通過後，函送教育部體育署審核通過後公布實施，修正時亦同。



中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會

第 13 屆第 13 次選訓委員小組會議 簽到簿

112 年 4 月 20 日(四)

秘書長	孔憲文	孔憲文
召集人	楊毅弘	楊毅弘
專項委員	林炳宏	林炳宏
選訓委員	譚中明	譚中明
	蘇建銘	蘇建銘
	陳瑞斌	視訊
	吳志勇	吳志勇
	鍾一郎	鍾一郎
	賴明助	賴明助
協會人員	趙虹瑜	趙虹瑜
	吳欣妤	吳欣妤