

中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會

第 13 屆第三次選訓會議

會議種類：選訓小組會議

時間：111 年 6 月 18 日(星期六)

地點：LINE 會議

主席：孔憲文召集人

紀錄：吳欣妤

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、
傅健誠委員。

會議主題：

案由一：變更 2022 年現代五項世界錦標賽教練選手名單。

說明：

(一) 第 13 屆第一次選訓會議決議代表隊名單

世界錦標賽：

教練：蘇建銘、陳紹章。

男子組：胡翔、黃英傑、胡懿。

女子組：陳均妤、陳均婕、曾婕娟(原第三名陳恩誼無馬術成績)。

(二) 教練蘇建銘、陳紹章因故放棄(已簽放棄同意書)。

(三) 選手陳均妤、陳均婕因故放棄(已簽放棄同意書)。

(四) 更改後名單：

教練：蔡宛秦、莊孟家。

男子組：胡翔、黃英傑、胡懿。

女子組：曾婕娟。

決議：

(一) 依變更後名單辦理報名及機票招標作業作業。

(二) 第 13 屆第二次會議中各級國家代表隊情期間參加國際賽事評估計畫及居家檢疫期間之訓練計畫。更改參賽人員名單及防疫天數後依內容辦理。

案由二：111 年度現代五項暑期訓練營實施辦法。

說明：

(一) 依照 111 年度工作計畫辦理。

(二) 原定辦理時間為 111 年 7 月 5 日至 7 月 24 日，因疫情引響全國中等學校運動會延期辦理，更改為 111 年 8 月 1 日至 8 月 20 日辦理(實施內容詳如附件)。

決議：

(一) 按實施內容辦理，實施期間選訓委員不定期檢視。

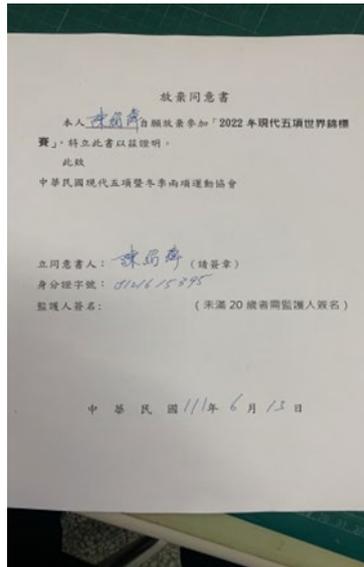
(二) 防疫期間各場地須做好清消，教練嚴格督導選手自我防護。

放棄同意書
本人 蘇銘 自願放棄參加「2022年現代五項世界錦標賽」，特立此書以茲證明。
此致
中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會

立同意書人： (請簽章)
身分證字號：
監護人簽名： (未滿20歲者需監護人簽名)

中華民國 111 年 05 月 30 日

蘇銘
R12011849

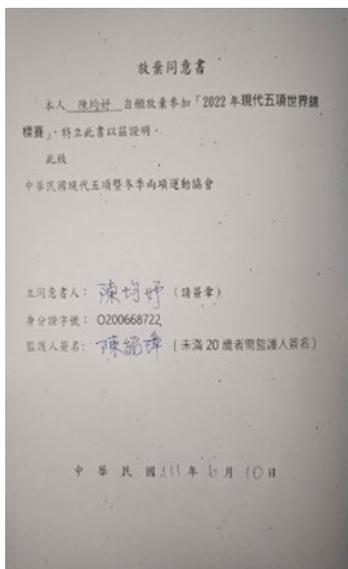


放棄同意書

本人 蘇銘 自願放棄參加「2022年現代五項世界錦標賽」，特立此書以茲證明。
此致
中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會

立同意書人： 蘇銘 (請簽章)
身分證字號： R12011849
監護人簽名： (未滿20歲者需監護人簽名)

中華民國 111 年 6 月 15 日

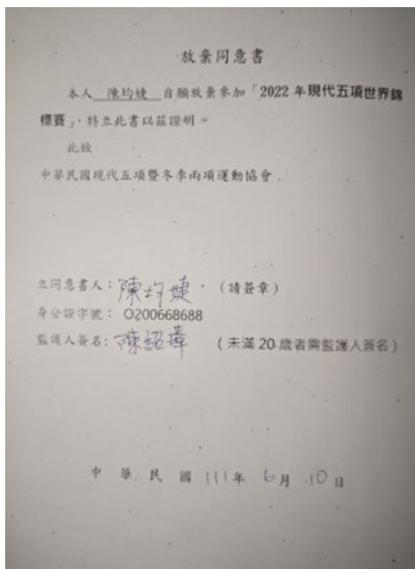


放棄同意書

本人 陳均好 自願放棄參加「2022年現代五項世界錦標賽」，特立此書以茲證明。
此致
中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會

立同意書人： 陳均好 (請簽章)
身分證字號： O200668722
監護人簽名： 陳紹璋 (未滿20歲者需監護人簽名)

中華民國 111 年 7 月 10 日

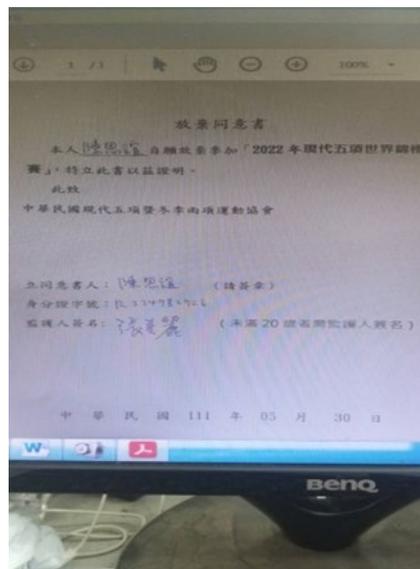


放棄同意書

本人 陳均婕 自願放棄參加「2022年現代五項世界錦標賽」，特立此書以茲證明。
此致
中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會。

立同意書人： 陳均婕 (請簽章)
身分證字號： O200668688
監護人簽名： 陳紹璋 (未滿20歲者需監護人簽名)

中華民國 111 年 7 月 10 日



放棄同意書

本人 陳冠廷 自願放棄參加「2022年現代五項世界錦標賽」，特立此書以茲證明。
此致
中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會

立同意書人： 陳冠廷 (請簽章)
身分證字號： R133471272
監護人簽名： 張麗麗 (未滿20歲者需監護人簽名)

中華民國 111 年 05 月 30 日

附件 LINE 截圖

< 現代五項第13屆第三次選訓會議(9)





中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會
第 13 屆第 3 選訓委員小組會議 簽到簿
111 年 6 月 18(六)

職稱	姓名	簽到
召集人	孔憲文	V
專項委員	林炳宏	V
選訓委員	譚中明	V
	蘇建銘	V
	陳瑞斌	V
	吳志勇	V
	鍾一郎	V
	傅健誠	V

中華民國現代五項代表隊疫情期間參加國際賽事評估計畫

項次	項目	說明		
一	賽事名稱	2022 現代五項世界錦標賽		
二	競賽地點	埃及;亞歷山大港		
三	2022 現代五項世界錦標賽賽事期程 (一) 出國日期(111 年 07 月 21 日) (二) 返國日期(111 年 08 月 02 日)	日期	事項	備註
		07/18	出國前 核酸檢測	登機日前 72 小時內 COVID-19 PCR 檢測陰性證明。
		07/21	TPE 出發	出發時間:2130, 班次:EK-367
		07/22	HBE 抵達	當地抵達時間:1635
		07/24 至 07/31	比賽期間	
		07/31	回國前 核酸檢測	登機日前 72 小時內 COVID-19 PCR 檢測陰性證明。
		08/01	出發返國	當地出發時間:1735, 班次:FZ-172
		08/02	抵達台灣	抵達時間:1710
四	住宿交通 (一) 住宿地點 (二) 交通資訊	(一) 住宿地點 名稱: Arab Academy for Science Technology (大會指定) (二) 地址: Abou Keer, Alexandria Egypt (三) 交通資訊: 乘坐大會安排之巴士及火車。		
五	對賽事主辦國家之分析 (一) 疫情分析 (二) 防疫措施 (三) 參賽選手應配合防疫事項	<p><u>賽事主辦國: 埃及</u></p> <p>(一) 疫情分析: 該國屬於疾管署紅色警告</p> <p>(二) 防疫措施:</p> <ol style="list-style-type: none"> 入境旅客須持有抵達前 72 小時內採檢, 具全名、護照號碼、採樣時間之核酸檢測 (PCR) 陰性報告正本, 報告須附有檢測醫院之章戳或 QR Code。 2022 年 4 月 10 日起旅客須於入境 2 日前至網路平台 https://visitegypt.gov.eg 填報入境資料及上傳 COVID-19 疫苗接種證書, 以申請 QR Code 入境許可。 <p>(三) 參賽選手應配合防疫事項:</p> <ol style="list-style-type: none"> 每日抵達比賽場地須配合測量體溫。 飯店內、搭乘大會巴士須配戴口罩。 應保持社交距離並勤洗手。 配合當地政府防疫事項及公告選手與隊職員規約防疫事項為主。 		
六	參賽效益分析 (一) 出國人員(說明本次出國之人數及職稱、主辦國可接受住宿之人數等)	(一) 出國人員: 合計 7 人 <ol style="list-style-type: none"> 教練: 蔡宛秦、莊孟家。 防護員: 吳佩紋 選手: 男子組: 胡翔、黃英傑、胡懿。 女子組: 曾婕娟。 		

	<p>(二) 參賽效益(說明本次出國參賽之目的為何? 爭取積分? 只去比賽? 或……)</p>	<p>(二) 參賽效益: 本會因疫情影響, 已經三年未派隊出國參賽, 目前新賽制完全未參與過, 為避免與國際脫軌, 及爭取已經延期的杭州亞運會參賽權, 故需派隊參賽。</p>
<p>七</p>	<p>出返國規劃</p> <p>(一) 賽前準備期(說明所擬參賽防疫措施、選手身心狀況、所需防疫用品等)</p> <p>(二) 參賽執行期(說明如何落實參賽防疫措施, 對選手宣導及處置作業等)</p> <p>(三) 返國觀察期(返國居家檢疫及訓練規劃, 如住宿地點、訓練場所及交通規劃等)</p>	<p>(一) 賽前準備期</p> <p>1. 參賽防疫措施</p> <p>(1) 依據中央流行疫情指揮中心相關防疫規定, 落實防疫措施。</p> <p>(2) 隨時更新主辦單位最新防疫資訊。</p> <p>(3) 個人餐盒飲食, 盡可能在房間內用餐, 減少離開訓練園區。</p> <p>2. 選手身心狀態</p> <p>(1) 自賽前一個月起, 每兩週進行 1 至 2 次陸上模擬房間內徒手簡易器材體能訓練, 訓練肌群以擊劍及游泳、跑步項目相關之推、拉、腿、核心、聯結動作為主, 每日監控體能狀態。</p> <p>(2) 每日透過視訊通話, 藉以了解選手目前身心狀態, 若發現異狀可立即處理。</p> <p>(3) 所需防疫用品 搭機: 防護面罩、N95 口罩、乳膠手套、防護衣。 平日: 口罩、酒精、香皂、額溫槍、耳溫槍。</p> <p>(二) 參賽執行期</p> <p>1. 防疫措施</p> <p>(1) 依據大會防疫規定, 落實參賽防疫措施。</p> <p>(2) 隨時更新主辦單位最新防疫資訊。</p> <p>2. 防疫宣導</p> <p>(1) 嚴格執行勤洗手、戴口罩以及保持社交距離。</p> <p>(2) 飲食部分盡可能挑選清淡的食物及只喝瓶裝水。</p> <p>(3) 隊職員每人配一瓶酒精, 隨時消毒。</p> <p>(4) 返回飯店立即沐浴更衣。</p> <p>3. 處置作業</p> <p>(1) 團隊內部每日早晚各量測體溫 1 次, 若額溫超過 37.5 度以及耳溫超過 38 度, 則由教練或防護員陪同至大會醫護站由大會醫師協助診斷。</p> <p>(三) 返國觀察期</p> <p>1. 居家檢疫及訓練規劃, 於防疫旅館-西子灣大飯店(愛河館)執行 3 日居家檢疫, 並擬定訓練課程, 以視訊方式在各自房間內進行訓練。</p> <p>2. 自主健康管理及訓練規劃, 於個人住家執行 4 日自主健康管理, 並維持每日課表訓練。若自主健康管理期間有咳嗽、發燒、頭痛等症狀則立即回報本會, 並採取適當防護措施立即到附近醫院就醫。</p> <p>3. 交通規劃:</p> <p>(1) 返國抵達機場即搭乘防疫計程專車至防疫旅館。</p>

		(2) 3 天隔離期滿由家人開車接送返回住家。
八	支援協助事項(說明其它需本署或國訓中心協助支援之事項)	
九	協會秘書長及教練簽名	秘書長： <u>孔憲文</u> 教練： <u>蔡宛秦 莊孟家</u> 111 年 6 月 18 日 111 年 6 月 18 日
十	協會選訓委員會議評估結果	111 年 06 月 17 日第 13 屆第二次選訓委員會議(LINE 線上)審議通過
十一	專案審查建議事項	

說明：

- 1、 協會秘書長及教練提交本評估計畫，並提送協會選訓委員會議討論，並做成評估結果列於項次十。
- 2、 召開專案審查會議，並做成建議事項列於項次十一。
- 3、 申請程序請依附件所示作業流程圖辦理。

2022 現代五項世界錦標賽

返國居家檢疫及自主健康管理期間之計畫

一、緣起

2022 現代五項世界錦標賽中華台北代表隊教練蔡宛秦、莊孟家。選手胡翔、黃英傑、胡懿、曾婕娟、吳佩紋防護員，參與國際現代五項聯盟（UIPM）舉辦現代五項世界錦標賽於返國後進行居家檢疫 3 天，將於高雄防疫旅館-西子灣大飯店(愛河館)隔離，並擬定居家檢疫期間之計畫。

二、計畫目標

為避免與國際脫軌，及爭取已經延期的杭州亞運會參賽權，派隊參賽。

三、行程規劃

202 現代五項世界錦標賽(埃及)

日期	事項	備註
07/18	出國前核酸檢測	登機日前 72 小時內 COVID-19 PCR 檢測陰性證明。
07/21	TPE 出發	出發時間:2130，班次:EK-367
07/22	HBE 抵達	當地抵達時間:1635
07/24 至 07/31	比賽期間	
07/31	回國前核酸檢測	登機日前 72 小時內 COVID-19 PCR 檢測陰性證明。
08/01	出發返國	當地出發時間:1735，班次 FZ-172
08/02	抵達台灣	抵達時間:1710

四、居家檢疫暨自主健康管理期程：

2022 現代五項世界錦標賽

防疫旅館 3 日 111 年 08 月 02 日至 08 月 05 止。

居家自主 3 日 111 年 08 月 06 日至 08 月 09 止。

(視疫情指揮中心規定更改辦理)

五、住宿與訓練之實施方式

(一) 住宿地點：防疫旅館-西子灣大飯店(愛河館) (80143 高雄市前金區大同二路 23 號)。

(二) 訓練地點：個人室內房間。

(三) 參訓人員：教練 2 人、選手 4 人、防護員 1 人，共計 7 人(如附件名冊)。

(四) 實施方式：

1.住宿規劃：預計於賽會及會議結束隔日立即返國，視賽程與航班提早或延後。期程請參照第四大點「居家檢疫暨自主健康管理期程」

2.訓練規劃：

(1) 由教練安排選手每日進行跑步射擊項目的射擊技術訓練，重量及徒手訓練則由本會協助開立課表。

(2) 訓練時間：

上午 09:00-12:00(射擊技術訓練)

下午 15:00-17:30(重量及徒手訓練)

3.膳食規劃：由防疫旅館辦理三餐。

4.核酸(PCR)篩檢規劃：

(1) 出國前：預計安排 07 月 18 日(7 位) 至高雄健仁醫院進行檢測。

(2) 抵達比賽國家:飯店內設有定時定點檢測站，配合大會進行篩檢。

(3) 返國後：預計於高雄健仁醫院進行檢測

(五) 防疫措施：

1.建立聯繫窗口：

(1) 由協會安排人員統一聯繫防疫所在地衛生主管機關(防疫單位)。

(2) 由防護員吳佩紋保持與協會聯繫。

2.建立健康關懷紀錄：防護員要求參與人員每日早午晚實施體溫量測，詢問身體狀況，並記錄體溫表回報協會及訓

練所在地里長，若有發燒症狀，由防護人員即時通知協會及衛生主管機關。

3.人員距離：隔離期間不得擅自離開房間，亦禁止擅自無故開起房門，如有採檢等近距離接觸，應全程戴口罩。

4.消毒作業：由居家檢疫住宿地點安排實施消毒。

5.垃圾處理：由防疫旅館統一處理每日垃圾。

6.防疫醫師與醫院：由協會統一聯繫防疫所在衛生主管機關（防疫單位），實施防疫相關應變措施。

六、居家檢疫期間訓練課表（如附件一）。

七、返回住家

返國居家檢疫期滿出關後，安排至高雄健仁醫院進行自主採檢，並進行7天居家檢疫及自主健康管理。

八、返國人員（返國及居家檢疫日期）

比賽場次	返國日期 (抵達時間)	檢疫情況	成員	檢疫日期 3日	人數	居家檢疫日期 3日
埃及	08/02 EK366 1710	檢疫期間僅活動於飯店房間內。	教練 2 人 選手 4 人 防護員 1 人	0802 - 08/05	7	08/05 - 08/09

附件一

2021 亞洲現代五項錦標賽返國居家檢疫期間訓練課表

西子灣大飯店				訓練時間/內容		備註
08	月	02	日	返國/入住檢疫飯店		
08	月	03	日	休息	15:00-18:30 重量訓練	隔離第1天.
08	月	04	日	09:00-12:00 射擊訓練		隔離第2天.
08	月	05	日	09:00-12:00 專項體能訓練		隔離第3天.
08	月	06	日	採檢(健仁醫院)	回各自住家	自主第1天.
08	月	07	日	09:00-12:00 專項體能訓練	15:00-18:30 重量訓練	自主第2天.
08	月	08	日	09:00-12:00 專項體能訓練	15:00-18:30 射擊訓練	自主第3天 午夜 1200 解除

附件二

中華民國現代五項及冬季兩項運動協會
參加「2022現代五項世界錦標賽」代表隊出國名冊

編號	職稱	姓名	性別	任職單位/ 就讀學校職稱	服務單位地址	備註
1.	教練	蔡宛秦	女	國立新營高中	台南市新營區民權路 101 號	
2.	教練	莊孟家	男	現代五項協會	高雄市楠梓區旗楠路 160 號	
3.	選手	曾婕娟	女	國立臺灣師範大學	台北市大安區和平東路一段 162 號	
4.	選手	胡懿	男	國立台南大學	台南市中西區樹林街二段 33 號	
5.	選手	胡翔	男	國立新營高中	台南市新營區民權路 101 號	
6.	選手	黃英傑	男	臺北市立大學	臺北市士林區忠誠路二段 101 號	
7.	防護員	吳佩紋	女	國立新營高中	台南市新營區民權路 101 號	

本文件列有個人資料，請依「個人資料保護法」及其施行細則辦理。

第 13 屆第三次選訓會議
附件 LINE 截圖

< 現代五項第13屆第三次選訓會議(9)





中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會
第 13 屆第 3 選訓委員小組會議 簽到簿
111 年 6 月 18(六)

職稱	姓名	簽到
召集人	孔憲文	V
專項委員	林炳宏	V
選訓委員	譚中明	V
	蘇建銘	V
	陳瑞斌	V
	吳志勇	V
	鍾一郎	V
	傅健誠	V

附件 LINE 截圖



附件

放棄同意書

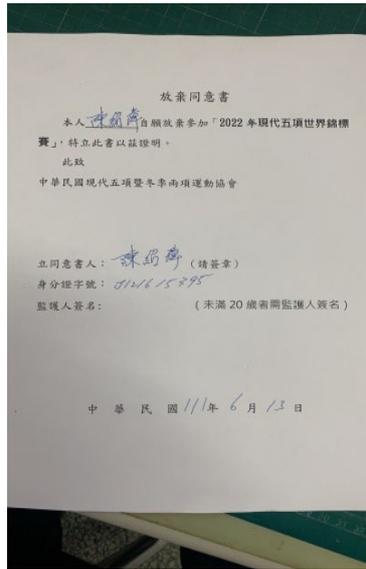


放棄同意書
本人 蘇建銘 自願放棄參加「2022年現代五項世界錦標賽」，特立此書以茲證明。
此致
中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會

立同意書人： (請簽章)
身分證字號：
監護人簽名： (未滿20歲者需監護人簽名)

中華民國 111 年 05 月 30 日

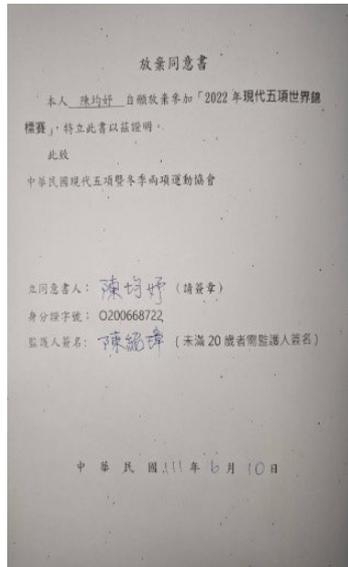
蘇建銘
R120111849



放棄同意書
本人 蘇建銘 自願放棄參加「2022年現代五項世界錦標賽」，特立此書以茲證明。
此致
中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會

立同意書人： 蘇建銘 (請簽章)
身分證字號： R120111849
監護人簽名： (未滿 20 歲者需監護人簽名)

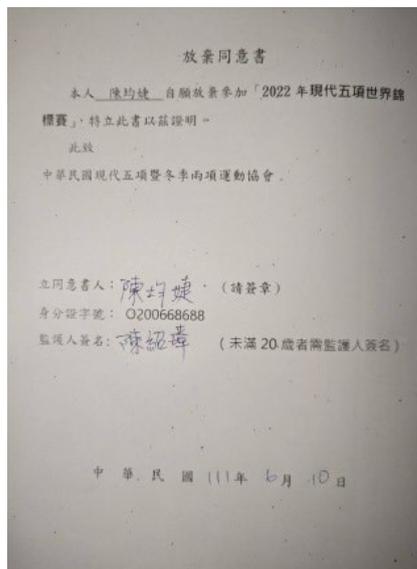
中華民國 111 年 6 月 15 日



放棄同意書
本人 陳均妤 自願放棄參加「2022年現代五項世界錦標賽」，特立此書以茲證明。
此致
中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會

立同意書人： 陳均妤 (請簽章)
身分證字號： O200668722
監護人簽名： 陳紹璋 (未滿 20 歲者需監護人簽名)

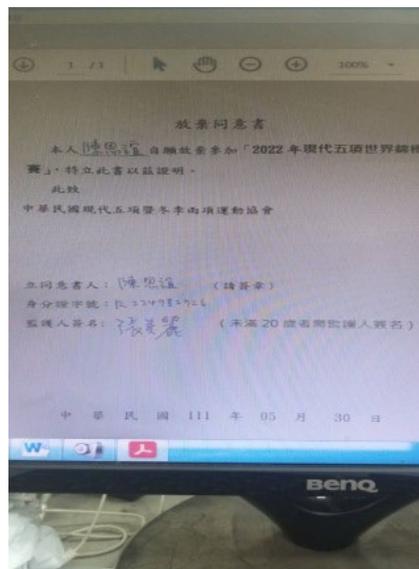
中華民國 111 年 6 月 10 日



放棄同意書
本人 陳均婕 自願放棄參加「2022年現代五項世界錦標賽」，特立此書以茲證明。
此致
中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會。

立同意書人： 陳均婕 (請簽章)
身分證字號： O200668688
監護人簽名： 陳紹璋 (未滿 20 歲者需監護人簽名)

中華民國 111 年 6 月 10 日



放棄同意書
本人 陳郁智 自願放棄參加「2022年現代五項世界錦標賽」，特立此書以茲證明。
此致
中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會

立同意書人： 陳郁智 (請簽章)
身分證字號： R1234752726
監護人簽名： 張美麗 (未滿 20 歲者需監護人簽名)

中華民國 111 年 05 月 30 日

中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會

111 年辦理暑假訓練營訓練計劃

- 一、依據：本會 111 年度工作計劃。
- 二、目的：為提昇本會選手運動水平，特在暑期實施全面性訓練加強各項競技能力。
- 三、時間：自 111 年 8 月 01 日起至 8 月 20 日止。
- 四、選手：參與者須具備下列 1.2 項或第 3 項條件。
 1. 由各縣市委員會推派。
 2. 近兩年需參與本會舉辦全國性賽事個人前三名(不含國小組)。
 3. 由本會教練團推薦具潛力選手。
- 五、教練：由本會派任兩名教練，再由參加選手中依各單位選手比例徵選 4 名教練擔任。
- 六、培育理由:增強國內現代五項選手競技實力，提昇運動水平。
- 七、訓練提要
 1. 技術性項目：基本技巧的修正和組合運用。
 2. 體能性項目：全面加強核心肌群能力增強肌耐力，進而提升速度及爆發力。
 3. 各別單項重點加強。
- 八、訓練地點：本會楠梓訓練中心場館及高雄國際游泳池。
- 九、訓練效益評估：以弱項為加強重點，並於每節訓練課結束前做考核，達到五項成績全面提昇。
- 十、本計畫送交本會選訓委員會審核，通過後按計畫實施。
- 十一、本會選訓委員得隨時視察訓練和訪談選手或教練。
- 十二、本計劃若有未盡事宜得隨時修訂之。