

中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會

第 13 屆第四次選訓會議

會議種類：選訓小組會議

時間：111 年 6 月 27 (星期一)

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：修正 111 年現代五項潛力計畫教練名單及更正選手備註內容。

說明：

- (一) 原計畫中教練孔憲文日前接任本會秘書長，故無法兼任教練一職。故變更名單為台南市南新國中蔡宛秦教練，符合本計畫要點第二點第二款第一目（中華民國游泳協會 B 級）。
- (二) 原選手名單胡懿、黃英傑，年齡資格僅符合世界青年錦標賽，備註欄誤植。
- (三) 曾婕娟選手因資格不符合本會訂定 111 年度培育優秀或具潛力運動選手實施計畫中之 三、遴選依據及經過：
 1. 依據下列條件遴選出青年組(需馬術)及 U17 (少年組) 兩組選手：
參加 2022 年度現代五項國際賽事選拔賽當選之選手，需符合青年組及 U17 (少年組) 參賽年齡者。
故未列入潛力選手名單。
- (四) 黃禹晨選手因為未能按照 2022 年度現代五項國際賽事選拔賽競賽規程中第 7 點第 4 條中(4. 「2022 年國際現代五項世界青年錦標賽」及「2022 年現代五項亞洲錦標賽」以及「2022 年國際現代五項世界錦標賽」為五項賽事，該選拔賽男、女子組入選選手須於選拔賽後一周內送交馬術參賽影片，以利申請 UIPM(國際總會)年度參賽選手證，未送交者取消其青年組及成人組賽事資格)規定，故取消該員世界青年錦標賽備取資格。但黃禹晨具備世界少年錦標賽備取資格，仍將其列入潛力計畫選手名單中。
- (五) 附件修正後教練選手名單。

決議：

- (一) 蔡宛秦教練為台南市教練，近年來台南市選手在比賽中表現優異，盼能借重蔡教練長才提升國內基層選手實力。
- (二) 盼協會作業能更加謹慎。
- (三) 按修正後名單實施辦理及執行計畫。

案由二：修正 2022 年現代五項世界錦標賽評估計畫、返國居家檢疫及自主健康管理期間計畫。

說 明：

- (一) 依照臺教體署競(二)字第 1110023266 號。
- (二) 修正實施內容 2022 年現代五項世界錦標賽評估計畫詳如附件 1。返國居家檢疫及自主健康管理期間計畫詳如附件 2。

決 議：

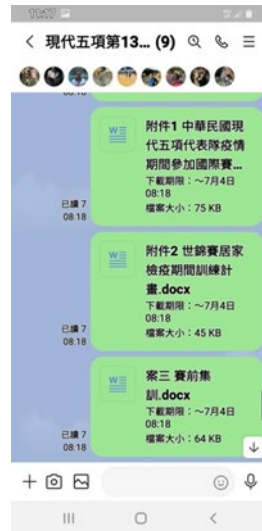
- (一) 按實施內容辦理，請教練及防護員按計畫執行。
- (二) 防疫期間各場地須做好清消，教練嚴格督導選手自我防護。

案由三；2022 年現代五項世界錦標賽賽前集訓計畫。

說 明：依據本會 111 年度計畫及 13-3 次會議紀錄辦理 2022 年現代五項世界錦標賽辦理賽前集訓。

決 議：

- (一) 教練依照內容每日確實執行，防護員須做好監督管控選手、教練及自身防疫措施。
- (二) 依照疫情指揮中心政策，及本會防疫計畫書執行相關防疫規定。
- (三) 協會行政組盡速辦理公假事宜。國際組確認行程及機票簽證相關事宜。
- (四) 賽前集訓實施期間選訓委員不定期檢視。





中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會
第 13 屆第 4 選訓委員小組會議 簽到簿

111 年 6 月 27(一)

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

中華民國現代五項及冬季兩項運動協會
參加「2022現代五項世界錦標賽」代表隊公假申請名冊

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	台南市立南新國中/ 專任約用游泳教練	台南市新營區民治路 65 號	
2.	選手	胡懿	男	國立台南大學體育系/學生	台南市中西區樹林街二段 33 號	
3.	選手	胡翔	男	國立新營高中/學生	台南市新營區民權路 101 號	
4.	選手	黃英傑	男	臺北市立大學體育系/學生	臺北市士林區忠誠路二段 101 號	
5.	防護員	吳佩紋	女	國立新營高中/運動防護員	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。

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	台南市立南新國中/ 專任約用游泳教練	台南市新營區民治路 65 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	國立臺灣師範大學體育系/ 學生	台北市大安區和平東路一段 162 號	
4.	選手	胡懿	男	國立台南大學體育系/學生	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/學生	台南市新營區民權路 101 號	
6.	選手	黃英傑	男	臺北市立大學體育系/學生	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/運動防護員	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。

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	<u>賽事主辦國: 埃及</u> (一) 疫情分析: 該國屬於疾管署紅色警告 (二) 防疫措施: 1. 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。 2. 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。 (三) 參賽選手應配合防疫事項: 1. 每日抵達比賽場地須配合測量體溫。 2. 飯店內、搭乘大會巴士須配戴口罩。 3. 應保持社交距離並勤洗手。 4. 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 1. 教練: 蔡宛秦、莊孟家。 2. 防護員: 吳佩紋 3. 選手: 男子組: 胡翔、黃英傑、胡懿。 女子組: 曾婕娟。		

	(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……)	(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。
七	出返國規劃 (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) (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) (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)	(一) 賽前準備期 1. 參賽防疫措施 (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。 (2) 隨時更新主辦單位最新防疫資訊。 (3) 個人餐盒飲食, 盡可能在房間內用餐, 減少離開訓練園區。 2. 選手身心狀態 (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。 (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。 (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。 3. 賽前集訓至登機前防護員每日確實監控教練、選手及自身體溫狀況, 每兩日進行快篩, 如有陽性反應立即依照疫情指揮中心當時期規畫進行處理, 並取消該員當日後行程。 (二) 參賽執行期 1. 防疫措施 (1) 依據大會防疫規定, 落實參賽防疫措施。 (2) 隨時更新主辦單位最新防疫資訊。 2. 防疫宣導 (1) 嚴格執行勤洗手、戴口罩以及保持社交距離。 (2) 飲食部分盡可能挑選清淡的食物及只喝瓶裝水。 (3) 隊職員每人配一瓶酒精, 隨時消毒。 (4) 返回飯店立即沐浴更衣。 3. 處置作業 (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。 (三) 返國觀察期 1. 依照中央疫情指揮中心現行規定: 入境民眾須提供登機前 72 小時內檢測之陰性核酸檢驗報告, 及填寫入境健康聲明暨居家檢疫通知書。 2. 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。 3. 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。 4. 交通規劃： (1) 返國抵達機場即搭乘防疫計程專車至防疫旅館。 (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：孔憲文 教練：蔡宛泰 莊孟豪 111 年 6 月 27 日 111 年 6 月 27 日
十	協會選訓委員會議評估結果	1. 本會近三年因疫情影響未參與國際比賽, 2021 年開始國際總會(UIPM)東京奧運現代五項馬術項目事件後, 陸續會有項目比賽的形式變更。現階段已經將跑步射擊項目更改為 5X600, 為避免中華台北銜接不上國際, 這三年來參加的第一場國際比賽, 全力以赴。 2. 參加選手已於 2022 年國手選拔中選出, 並於本會 13-1 次選訓會議中提出, 13-3 次會議中確認。 111 年 06 月 27 日第 13 屆第四次選訓委員會議(LINE 線上)審議通過。 3. 代表隊出國前快篩或 PCR 完成證明(陽性就取消代表)。代表隊出國行程前國內行程請協會派員隨行, 如若行程中有團員確診, 由隨行人員陪同至就近醫院診治, 並通報大會, 確認該員取消行程。 4. 陽性確診者如事前已得, 三個月內視為舊案不須通報。(衛生署訂定)
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訓練計畫

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

2022 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 7 日 111 年 08 月 02 日至 08 月 05 止。

居家自主 7 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 4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	08/06 - 08/09

附件一

2022 現代五項世界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
08	月	09	日	09:00-12:00 專項體能訓練	15:00-18:30 射擊訓練	自主第4天 午夜 1200 解除

附件二

中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會 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	台南市立南新國中	台南市新營區民治路 65 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。

中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會

111 年度培育優秀或具潛力運動選手實施計畫

教練及培育選手名單

編號	姓名	基本資料			培育資格	培育理由	備註
		性別	出生年月日	所屬單位			
1.	胡翔	男	94/02/16	國立新營高中	符合本要點第 2 點第 2 款第 2 目	2022 年度現代五項國際賽事選拔男子組第 1 名	世界青年錦標賽、世界少年錦標賽。
2.	黃英傑	男	91/11/10	新北市立林口高級中學	符合本要點第 2 點第 2 款第 2 目	2022 年度現代五項國際賽事選拔男子組第 2 名	世界青年錦標賽
3.	胡懿	男	91/10/11	國立新營高中	符合本要點第 2 點第 2 款第 2 目	2022 年度現代五項國際賽事選拔男子組第 3 名	世界青年錦標賽
4.	李杰翰	男	96/09/22	台中市立石崗國中	符合本要點第 2 點第 2 款第 2 目	2022 年度現代五項國際賽事選拔男子組第 4 名	世界少年錦標賽
5.	魏子傑	男	93/06/16	新北市立林口高級中學	符合本要點第 2 點第 2 款第 2 目	2022 年度現代五項國際賽事選拔男子組第 5 名	世界少年錦標賽
6.	陳均妤	女	94/01/17	台中市私立新民高中	符合本要點第 2 點第 2 款第 2 目	2022 年度現代五項國際賽事選拔女子組第 1 名	世界青年錦標賽、世界少年錦標賽
7.	陳均婕	女	94/01/17	台中市私立新民高中	符合本要點第 2 點第 2 款第 2 目	2022 年度現代五項國際賽事選拔女子組第 2 名	世界青年錦標賽、世界少年錦標賽
8.	陳恩誼	女	95/05/31	國立新營高中	符合本要點第 2 點第 2 款第 2 目	2022 年度現代五項國際賽事選拔女子組第 3 名	世界少年錦標賽
9.	黃禹晨	女	93/10/21	高雄市立中正高中	符合本要點第 2 點第 2 款第 2 目	2022 年度現代五項國際賽事選拔女子組第 5 名 備取選手	世界少年錦標賽備取選手
10.	江心妤	女	93/09/22	國立新營高中	符合本要點第 2 點第 2 款第 2 目	2022 年度現代五項國際賽事選拔女子組第 6 名	世界青年錦標賽
男選手:5 名、女選手:5 名，共 10 名選手							

編號	姓名	基本資料			教練資格	遴選理由	備註
		性別	出生年月日	所屬單位			
1	林生祥	男	65/10/29	高雄市 左營高中	現代五項 A 級教練	2016 亞洲錦標賽教練 2019 亞洲錦標賽教練	第 12 屆第 34 次選訓委員 小組會議選 出
2	蘇建銘	男	49/10/17	國立新營高中	現代五項 A 級教練	2016 亞洲錦標賽教練	
3	莊孟家	男	79/02/13	現代五項協會	現代五項 A 級教練	2018 日本公開賽教練 2018 年跑步射擊世界錦標 賽教練	
4	蔡宛秦	女	80/05/15	台南市立 南新國中	現代五項 游泳協會 B 級教練	110 年全國運動會男子組 冠軍教練	第 13 屆第 4 次選訓委員 小組會議選 出
男教練 3 名，女教練 1 名，共 4 名教練							

*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。

中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會

2022 年世界錦標賽賽前集訓訓練計畫

訓練人數	教練 2 人、選手 4 人、防護員 1 人
訓練地點	高雄市楠梓現代五項暨冬季兩項運動訓練中心
訓練日期	2022 年 7 月 14 日至 20 日
中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會 參加 2022 年世界錦標賽賽前集訓訓練計畫 壹、依據：本會 111 年度計畫辦理。 貳、目的：擬爭取延期之 2022 杭州亞運會及為爭取 2024 年巴黎奧運參賽資格做準備。 參、訓練目標： 總目標：2024 巴黎奧運會參賽資格。 階段目標：擬爭取個人進入 36 強決賽，團體前 12 強，接力前 10 名。 肆、集訓日期：自 111 年 7 月 14 日至 20 日。 伍、教練：蔡宛秦、莊孟家。 陸、集訓及參賽選手： 男子組：胡翔、黃英傑、胡懿。 女子組：曾婕娟。 防護員：吳佩紋。 柒、實力及現況分析：本會因疫情影響，已經三年未派隊參與賽事，為避免與國際脫軌，及爭取延期之杭州亞運會儲運資格，將盡全力備戰。 八、訓練及比賽地點 (一) 本會楠梓現代五項暨冬季兩項運動訓練中心。 (二) 比賽地點：埃及-亞歷山大港。 玖、訓練方式： 採密集訓練及集中管理的訓練模式。 拾、訓練內容： 體能性項目：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(60%)、間歇訓練(無氧性訓練輔速度訓練(20%)、肌力負重訓練(次等訓練輔強全盤性練(20%)。 技術性項目： 射擊項目：定向訓練(定向射擊預習(60%)精神訓練及印象訓練(40%)。	

馬術項目：基本騎座及各項圈程動作及障礙前的扶助能力為主(60%)、
單式障礙及覆式障礙為輔(40%)。

擊劍項目：攻擊各部位對練及對打為主(60%)、攻、防基本概念為輔(40%)。

拾壹、經費：體育署年度預算補助。

拾貳、本計劃如有未盡事宜得適時修訂之。

秘書長：

孔憲文

教練：

蔡冠秦 莊孟家

日期:111 年 6 月 13 日