

中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會
第 13 屆第九次選訓會議

會議種類：選訓小組會議

時間：111 年 8 月 2 日(星期二)

地點：LINE 會議

主席：孔憲文召集人

紀錄：吳欣好

專項委員：林炳宏專項委員

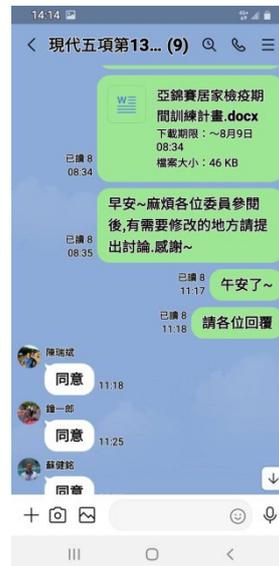
出席人員：譚中明委員、蘇建銘委員、陳瑞斌委員、吳志勇委員、鍾一郎委員、
傅健誠委員。

會議主題：

案由一：審定 2022 年亞洲錦標賽「防疫手冊暨防疫行前說明書」、「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」及 2022 亞洲錦標賽居家檢疫期間訓練計畫。

說明：依據臺教體署競(二)字第 1110020960 號辦理。

決議：各委員一致同意。



中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會

2022 年

現代五項亞洲錦標賽

選手及代表團職員賽會行前說明

暨

防疫手冊

制訂日期 111 年 8 月 01 日

目 錄

- 壹、 前言
- 貳、 賽事資訊
 - 一、 賽會名稱
 - 二、 競賽地點
 - 三、 賽會期程
 - 四、 住宿
 - 五、 交通航班
 - 六、 代表隊防疫窗口
 - 七、 外館聯繫窗口
 - 八、 其他相關資訊
- 參、 全程防疫原則
 - 一、 掌握賽會防疫相關規定
 - 二、 落實衛生習慣
 - 三、 將肢體互動降到最低
 - 四、 搭機安全事項
- 肆、 賽會防疫須知
 - 一、 出發前
 - 二、 賽事中
 - 三、 返國
- 伍、 其他防疫須知事項

壹、前言

2019 年 12 月起中國大陸地區湖北省武漢市發現不明原因肺炎群聚，此疫情隨後迅速擴增至世界各地，而世界衛生組織於 2020 年 2 月 11 日將此新型冠狀病毒所造成疾病稱為 COVID-19。我國衛生福利部疾病管制署(下稱疾管署)綜合疫情研判後，於 2020 年 3 月 21 日提升全球之旅遊疫情建議等級至第三級(警告 Warning 等級)至今。COVID-19 主要傳染途徑是透過飛沫與接觸，潛伏期通常為 1 至 14 天，多數為 5 至 6 天，典型症狀為鼻塞、流鼻水、咳嗽、發燒等一般上呼吸道感染症狀，而確診者發病前 2 天即可能具傳染力。

這份《賽會防疫手冊》是賽事計畫的基礎之一，用意是確保參與賽會的選手及代表隊職員，都能安全健康地參加賽會，請確實瞭解參與賽事期間的您必須採取防疫步驟及遵守規定，確保自己及所有參與賽會人員的安全健康。

貳、賽事資訊

一、賽會名稱：2022 年現代五項亞洲錦標賽

二、競賽地點：哈薩克.阿拉木圖

三、賽會期程：

(一) 9 月 05 日至 11 日：賽前集訓

(二) 9 月 13 日至 9 月 27 日：路程及賽程

(三) 9月27日至10月04日：返國隔離及自主健康管理

四、住宿：阿克布拉克奧林匹克中心酒店

五、交通航班

(一)出國航班

9月13日：OZ 712 臺北 1300→仁川 1630

9月13日：OZ 577 仁川 1805→阿拉木圖 2140

(二)返國航班

9月27日：OZ 578 阿拉木圖 2300→仁川 0740

9月27日：OZ 711 仁川 1000→臺北 1130

六、代表隊防疫窗口：

邱映晨 0956-802111 /LINE ID: 070956802111

七、外館聯繫窗口：

(一)俄羅斯代表處(電話：7-916-837-6058)

(二)土耳其代表處(電話：90-532-322-7162)

參、全程防疫原則

一、掌握賽會防疫相關規定

為了防止新冠肺炎傳播，必須斷絕人傳人的感染途徑，透過檢測找出新冠肺炎帶原者，並透過追蹤接觸者來了解哪些人員可能受到感染，需要採取隔離和檢疫措施，防止病毒進一步擴散。

- (一) 針對在主辦國期間也請遵守防疫相關規定及限制。
- (二) 若您出現新冠肺炎症狀或收到接觸追蹤管理人員通知，請接受檢測並採取隔離措施。
- (三) 如有不舒服或相關症狀請即時反應並回報相關單位。
- (四) 其他防疫須知事項請隨時參考中央流行疫情指揮中心相關規定辦理。

二、 落實衛生習慣

透過感染者噴出的飛沫，新冠肺炎病毒就能存活在日常用品的表面上。如果我們以手觸摸這類物品，然後再用手觸摸自己的眼口鼻，就有遭到感染的風險。因此我們必須謹記良好衛生習慣的基本要點：定期徹底洗淨雙手、消毒用品表面、避免觸摸臉部，並在打噴嚏或咳嗽時遮住口部。

- (一) 勤洗手，可以的話請使用乾洗手液消毒。
- (二) 注意與他人保持社交距離，並請盡可能隨時佩戴口罩。
- (三) 咳嗽時應戴著口罩，或使用衣袖或面紙遮蓋。
- (四) 請用拍手鼓掌，取代歌唱或喊叫來為隊伍加油。
- (五) 情況允許時，請避免共用物品，或請將物品徹底消毒。
- (六) 房間和共用空間的空氣，每 30 分鐘應流通一次。

三、 將肢體互動降到最低

新冠肺炎 (COVID-19) 的傳染途徑，是透過咳嗽、打噴嚏、講話、喊叫或歌唱時所呼出的病毒飛沫傳染，並在我們與他人密切接觸時，以人傳人的方式傳染。在人潮擁擠、通風不良的空間中，或是與新冠肺炎帶原者接觸較長時間時，感染新冠肺炎的風險就會增加。因此，我們必須將社交互動降到最低、佩戴口罩，而且要避免「三密」的狀況：避免密閉空間、避免密集人群或避免密切接觸。

- (一) 與他人的肢體互動降到最低。
- (二) 避免擁抱和握手等各種肢體接觸。
- (三) 與運動員及他人保持社交距離，即使在競賽場館也不例外。
- (四) 非必要請盡量避免共餐
- (五) 依照防疫規定搭乘運動會專用交通工具，除事先獲准，否則請勿搭乘大眾運輸工具，請避開密閉空間和擁擠人潮。
- (六) 事先完成行程計畫，並確實依照計畫行動。

四、 搭機安全事項

- (一) 機艙內全程佩戴口罩(餐飲除外)；登機前量測體溫，額溫超過 37.5°C 無法搭機。
- (二) 勿自行更換座位，並減少與其他乘客近距離 (1 公尺內) 非必要之交談及互動。
- (三) 航行途中，請避免以手碰觸眼、鼻、口；如有身體不適，應

主動告知客艙組員並配合座位安排及衛生措施。

(四) 其他相關規定

肆、賽會防疫須知

(請依賽事主辦單位及主辦國防疫規範填列，可依賽事實際規範增減項目)

一、出發前：

(一) 行前講習會：111 年 9 月 05 日行前會議。講習會包含出發前注意事項、我國最新防疫及入境相關規定、賽會防疫注意事項等。

(二) 防疫物資(建議品項如附件)

(三) 主辦國入境檢疫相關措施

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。
2. 有關進入哈薩克的 Covid-19 測試需要的更新信息，大會將會隨時供更新資訊。

(四) 我國代表隊選手自我健康監測

1. 每日測量體溫，體溫不得超過 37.5°C。
2. 社交距離為 2 公尺。
3. 在岸上時必須戴上口罩。
4. 進入會場、競賽辦公室、更衣室及其他建築物時必須使用酒精

消毒雙手。

5. 若有症狀出現時，向領隊通報，並立即就醫。
6. 賽事會議，必須佩戴口罩，消毒雙手，保持社交距離。
7. 抗議審理會，參加者必須戴口罩，並消毒雙手，保持社交距離。

二、賽事中：

- (一)交通接駁：由大會載運選手及器材。
- (二)住宿防疫規定：兩人一室，至多三人一室
- (三)用餐防疫規定：不同桌之人員間保持 1.5 公尺以上間距，離開座位及未進食者配戴口罩。
- (四)嚴禁代表隊出入非必要場所、活動，並避免不必要的外出與交流。
- (五)人員外出佩戴口罩，並避免觸碰眼、口、鼻等部位。
- (六)早晚量測體溫監控身體狀況。
- (七)各人員應勤洗手，隨身物品隨時消毒。
- (八)額溫 ≥ 37.5 度、出現發燒咳嗽症狀應立即協助就醫。
- (九)各人員返回住所時，應落實身體、手部清楚與更換衣物。
- (十)由防護員擔任窗口、隨時注意代表隊人員體溫量測與身體健康狀況。

三、返國

(一) 入境日為第 0 天，進行 3 天居家檢疫及檢疫期滿後接續 4 天自主防疫

(二) 疫處所維持 1 人 1 戶或入住防疫旅宿，並以於同一檢疫地點完成 3 天居家檢疫及 4 天自主防疫為原則。

(三) 入境檢疫

1. 入境資料準備，提供檢疫居所證明(防疫旅館或集中檢疫所)，並進入「入境健康聲明暨居家檢疫電子系統」完成申告。
2. 「入境健康聲明暨居家簡易通知書」將於搭機返臺日於航空公司報到櫃檯劃位時掃描 QR Code，進入「入境檢疫系統」網站，利用在國外航站候機時間，先於線上輸入健康資料；航班抵台後，開啟手機，健康申報憑證將經由簡訊自動發送；旅客入境時，出示手機憑證畫面，即可快速通關。
3. 入境檢疫規定禁止搭乘大眾運輸工具，須搭乘機場的防疫計程車，或自行駕車至防疫旅館或集中檢疫所。
4. 以上規範將視疫情變化隨時調整公告。

(四) 居家檢疫期間

1. 依據中央流行疫情指揮中心相關規定辦理。
2. 組隊單位應建立聯繫群組，群組成員應包含各單項協會聯繫窗口、體育署業務承辦同仁(各單項協會錦標賽)，每日回報健康狀況，

掌握代表隊選手及隊職員健康狀況。

(五)自主健康管理

1. 依據中央流行疫情指揮中心相關規定辦理。
2. 組隊單位應建立聯繫群組，群組成員應包含各單項協會聯繫窗口、體育署業務承辦同仁(各單項協會錦標賽)，每日回報健康狀況，掌握代表隊選手及隊職員健康狀況。

伍、其他防疫須知事項（由各協會依據需求增列）。

六、本辦法可依疫情防疫中心規定適時修訂之。

附件一

參加賽事防疫事項檢核表

一、賽會或活動名稱：2022 現代五項亞洲錦標賽

二、賽會或活動日期：2022 年 9 月 14 日至 25 日

(一) 競賽日期：111 年 9 月 15 日至 9 月 25 日

(二) 賽前集訓：111 年 9 月 5 日至 12 日

(三) 返國隔離及自主健康管理：111 年 9 月 27 日至 10 月 4 日

三、賽會或活動地點：哈薩克.阿拉木圖

四、防疫事項：

(一)出發前(項目可以實際狀況增減)

編號	項目	注意事項內容	檢核
1	疫苗接種	代表隊疫苗接種情形： 1. 領隊林炳宏：最後於 111 年 1 月 30 日接種莫德納，已接種 3 劑。 2. 教練莊孟家：最後於 111 年 6 月 20 日接種莫德納，已接種 3 劑。 3. 教練劉燊鴻：最後於 111 年 1 月 22 日接種莫德納，已接種 3 劑。 4. 選手胡翔：最後於 111 年 6 月 16 日接種 BNT，已接種 3 劑。 5. 選手黃英傑：最後於 111 年 6 月 13 日接種 BNT，已接種 3 劑。 6. 選手曾婕娟：最後於	■ 完成日期：8/1

		<p>111 年 3 月 1 日接種 默德納，已接種 3 劑。</p> <p>7. 選手胡懿：最後於 111 年 1 月 26 接種莫德納，已接種 3 劑。</p> <p>8. 選手陳恩誼：最後於 111 年 7 月 15 接種 BNT，已接種 3 劑。</p> <p>9. 選手李杰翰：最後於 111 年 6 月 7 接種 BNT，已接種 3 劑。</p> <p>10. 選手魏子傑：最後於 111 年 1 月 28 接種 BNT，已接種 3 劑。</p> <p>11. 選手陳均婕：最後於 111 年 1 月 27 接種 BNT，已接種 2 劑。</p> <p>12. 選手陳均好：最後於 111 年 1 月 27 接種 BNT，已接種 2 劑。</p> <p>13. 防護員邱映晨：最後於 111 年 2 月 20 接種 BNT，已接種 23 劑。</p>	
2	PCR 檢測	無	<input type="checkbox"/> 完成
3	防疫物資	個人或團隊用品(建議品項如附件)	<input type="checkbox"/> 完成 日期:9/1
4	主辦國入境檢疫	無	<input type="checkbox"/> 完成

(二) 賽事中(項目可以實際狀況增減)

編號	項目	注意事項內容	檢核
1	我國代表隊選手自我健康監測	<p>1. 每日測量體溫，體溫不得超過 37.5°C。</p> <p>2. 社交距離為 2 公尺。</p> <p>3. 在岸上時必須戴上口罩。</p> <p>4. 進入會場、競賽辦公室、更衣室及其他建築物時必須</p>	<input type="checkbox"/> 9/15-25，每日執行

		使用酒精消毒雙手。 5. 若有症狀出現時，向領隊通報，並立即就醫。 6. 賽事會議，必須佩戴口罩，消毒雙手，保持社交距離。 7. 各人員返回住所時，應落實身體、手部清楚與更換衣物。 8. 由防護員擔任窗口、隨時注意代表隊人員體溫量測與身體健康狀況。	
--	--	--	--

(三) 返國(項目可以實際狀況增減)

編號	項目	注意事項內容	檢核
3	入境檢疫		<input type="checkbox"/> 完成日期:9/27
4	居家檢疫期間	建立聯繫群組，成員須包含體育署業務承辦同仁(各單項錦標賽)	<input type="checkbox"/> 完成日期:10/4
5	自主健康管理		<input type="checkbox"/> 完成日期:10/4

參加賽事防疫物資建議品項

編號	項目	數量	備註
1	眼鏡式護目鏡	26	
2	N95 或同等級口罩	210	
3	75%酒精乾洗手 100ml	26	
4	75%酒精乾洗手 250ml	13	
5	75%酒精濕紙巾	65	
6	額溫耳溫兩用溫度計	13	
7	快篩試劑	130	

(以上防疫物資品項可依實際狀況增列)

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 現代五項亞洲錦標賽		
二	競賽地點	哈薩克.阿拉木圖		
三	2022 現代五項亞洲錦標賽賽事期程 (一) 出國日期(111 年 09 月 13 日) (二) 返國日期(111 年 09 月 27 日)	日期	事項	備註
		09/05	出國前 防疫說明	
		09/13	TPE 出發	出發時間:1300, 班次:OZ 712
		09/13	ALA 抵達	抵達時間:2140, 班次:OZ 577
		09/14 至 09/25	比賽期間	
		09/27	出發返國	出發時間:2300, 班次:OZ 578
		09/27	抵達台灣	抵達時間:1130
四	住宿交通 (一) 住宿地點 (二) 交通資訊	(一) 住宿地點 名稱:阿克布拉克奧林匹克中心酒店(大會指定) (二) 地址:哈薩克斯坦,阿拉木圖州,塔爾加區, Ryskulov 村 (三) 交通資訊: 乘坐大會安排之交通工具。		
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>賽事主辦國:哈薩克</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"> LOC 承諾在比賽期間採取一切預防措施預防 COVID-19 感染,遵循哈薩克當地政府和 UIPM 的所有建議。 有關進入哈薩克的 Covid-19 測試需要的更新信息,大會將會隨時供更新資訊。 <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) (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?)	<p>(一) 出國人員:合計 13 人(選手名單組別重覆)</p> <ol style="list-style-type: none"> 領隊:林炳宏 教練:劉燊鴻、莊孟家。 防護員:邱映晨。 選手:成人男子組:胡翔、黃英傑、胡懿。 成人女子組:陳均妤、陳均婕、曾婕娟。 少年男子組:胡翔、李杰翰、魏子傑。 少年女子組:陳均妤、陳均婕、陳恩誼。 <p>(二) 參賽效益:亞洲現代五項聯盟(AMPC)因疫情影響,已</p>		

	或……)	經三年未舉辦亞洲錦標賽，2022 年亞洲錦標賽為現代五項國際總會(UIPM)於 2022 年改變賽制後於亞洲區的唯一一場國際級賽事，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	<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，陸續進行暑期集訓及賽前集訓，教練及防護員密切監控體能狀態。</p> <p>(2) 教練及防護員透過訓練，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) 每日進行體溫監測，每兩日進行快篩，如有陽性反應立即至社區醫院進行 PCR 檢測，如確診視須隔離天數及登機日期，視情況決定是否出賽。</p> <p>(4) 出發前快篩，如為陽性反應，為確保代表團其他成員健康，報請大會取消該員出賽，由協會人員陪同赴醫院進行 PCR 檢測及後續行為</p> <p>(5) 所需防疫用品</p> <p>搭機：防護面罩、N95 口罩、乳膠手套、防護衣。</p> <p>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>(2) 設立群組由防護員每日回報代表隊人員體溫及身體狀況每兩日進行快篩。如有不適症狀立即請大會醫師協助</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 7 日居家檢疫，並擬定訓練課程，以視訊方</p>

		<p>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，於防疫旅館或執行 7 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> <p>(2) 7 天隔離期滿由家人開車接送返回住家。</p>
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>莊孟家 劉藥鴻</u> 111 年 8 月 2 日 111 年 8 月 2 日
十	協會選訓委員會議評估結果	111 年 08 月 2 日第 13 屆第九次選訓委員會議(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 現代五項亞洲錦標賽

返國居家檢疫及自主健康管理期間之計畫

一、緣起

2022 現代五項亞洲錦標賽中華台北代表隊領隊林炳宏、教練莊孟家、劉燦鴻，選手胡翔、黃英傑、胡懿、曾婕娟、陳均妤、陳均婕、陳恩誼、李杰翰、魏子傑、邱映晨防護員，參與亞洲現代五項聯盟（AMPC）舉辦現代五項亞洲錦標賽，入境日為第 0 天，進行 3 天居家檢疫及檢疫期滿後接續 4 天自主防疫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 現代五項亞洲錦標賽(哈薩克.阿拉木圖)

日期	事項	備註
09/5	代表隊賽前集訓 防疫說明會	有關進入哈薩克的 Covid-19 測試需要的更新信息，大會將會隨時供更新資訊。
09/13	TPE 出發	出發時間:1300，班次:0Z 712
09/13	ALA 抵達	當地抵達時間:2140
09/14 至 09/25	比賽期間	
09/26	回國前篩檢測	視疫情指揮中心規定辦理。
09/27	出發返國	當地出發時間:2300，班次 0Z 578
09/27	抵達台灣	抵達時間:1130

四、居家檢疫暨自主健康管理期程：

2022 現代五項亞洲錦標賽

防疫旅館 3 晚 111 年 09 月 27 日至 09 月 30 止。

居家自主 4 日 111 年 10 月 01 日至 10 月 04 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

入境日為第 0 天，進行 3 天居家檢疫及檢疫期滿後接續 4 天自主防疫。

(一) 訓練地點：個人室內房間。

(二) 參訓人員：領隊 1 人、教練 2 人、選手 9 人、防護員 1 人，共計 13 人(如附件名冊)。

(三) 實施方式：

1.住宿規劃：預計於賽會及結束隔日立即返國，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代表隊開立課表。

(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。

(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) 由防護員邱映晨保持與協會聯繫。

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

防疫旅館或居家自主。（視疫情指揮中心規定辦理）。

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
阿薩克.阿 拉木圖	09/27 抵達時間:1130 班次 OZ 578	檢疫期間僅活動於防疫旅館 或居家自主	領隊 1 人 教練 2 人 選手 9 人 防護員 1 人	09/27 - 09/30	13	09/30 - 10/04

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

防疫旅館 或居家自主				訓練時間/內容		備註
09	月	27	日	返國/入住檢疫飯店		
09	月	28	日	休息	15:00-18:30 重量訓練	隔離第1天.
09	月	29	日	09:00-12:00 射擊訓練		隔離第2天.
09	月	30	日	09:00-12:00 射擊訓練		隔離第3天.
10	月	01	日	09:00-12:00 專項體能訓練	15:00-18:30 重量訓練	自主第1天
10	月	02	日	09:00-12:00 專項體能訓練		自主第2天
10	月	03	日	09:00-12:00 專項體能訓練	15:00-18:30 重量訓練	自主第3天
10	月	04	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現代五項亞洲錦標賽」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	領隊	林炳宏	男	現代五項協會	高雄市楠梓區旗楠路 160 號	無須公假
2	教練	莊孟家	男	現代五項協會	高雄市楠梓區旗楠路 160 號	無須公假
3	教練	劉燾鴻	男	現代五項協會	高雄市楠梓區旗楠路 160 號	無須公假
4	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	
5	選手	陳均婕	女	私立新民高中	台中市北區健行路 111 號	
6	選手	陳均妤	女	私立新民高中	台中市北區健行路 111 號	
7	選手	胡懿	男	國立台南大學	台南市中西區樹林街二段 33 號	
8	選手	胡翔	男	國立新營高中	台南市新營區民權路 101 號	
9	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	
10	選手	李杰翰	男	臺中市立 石岡國民中學	台中市石岡區豐勢路國中巷 1 號	
11	選手	魏子傑	男	國立體育大學	桃園市龜山區文化一路 250 號	
12	選手	陳恩誼	女	國立新營高中	台南市新營區民權路 101 號	
13	防護員	邱映晨	女	台中市 國民運動中心	台中市北區崇德路一段 55 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。