

# 中華民國帆船協會參加「2026 年第 20 屆名古屋亞洲運動會」

## 選手培訓參賽實施計畫

國家運動訓練中心 113 年 9 月 30 日心競字第 1130010125 號書函備查

一、依據：教育部體育署 113 年 4 月 1 日臺教體署競(二)字第 1130012760 號函。

二、組織：由本會選訓委員會負責有關教練及選手遴選暨培訓督導等事宜。

### 三、SWOT 分析

|                  |                                                                                                                                   |
|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Strength (優勢)    | 臺灣四面環海，擁有多樣性的訓練環境和氣候條件，臺灣大部分地區風勢相對穩定，這有助於帆船運動員進行長時間的訓練和競技，提高技術水準。                                                                 |
| Weakness (劣勢)    | 帆船為個人項目運動，又以速度及技術競爭來決勝負，但運動人口較少，導致我國選手無法於特定技術上得到良好的訓練，比如需要多人訓練的啟航及繞標。                                                             |
| Opportunity (機會) | 臺灣帆船運動員近年來在技術和競技水準有了顯著的提升，能夠與亞洲其他國家的頂尖選手展開激烈競爭，常有領先航次。國際外籍教練的加入提供了專業的指導和國際化的訓練方式，有助於提高選手的整體競爭力和戰術應對能力。                            |
| Threat (威脅)      | 已有些許亞洲國家的帆船選手在技術、訓練水平和競技經驗上達到奧運級別，因此他們在比賽中的競爭力可能會對臺灣選手的表現造成壓力。另外，一些亞洲國家投入大量資源和時間進行帆船運動的訓練與發展，他們的訓練計畫可能更加系統化和專業化，這也增加了我國在亞運奪牌的挑戰性。 |

### 四、計畫目標及培訓隊遴選

(一)總目標：第 20 屆名古屋亞洲運動會奪牌為目標。

(二)遴選方式及檢測標準

#### 1. 教練(團)

(1)資格條件：具備帆船 A 級教練證者，若 A 級無適當人選，則以國內 B 級教練為優先，並以訓練員身份執行。(外籍教練不在此限)

(2)遴選方式：

以各階段各項目之入選培、儲訓選手之指導教練為優先考量或由本會協會遴選合適教練。若入選人數相同時，選訓委員會開會決議。

## 2. 選手

### (1)第1階段（自113年8月1日起至114年8月31日止）

#### A. 儲訓人數：共4名儲訓選手及2名陪練員

- a. 帆船 ILCA 7 項目儲訓1人、陪練1人
- b. 帆船 ILCA 4 項目儲訓2人
- c. 風箏浪板 Formula Kite 項目儲訓1人、陪練1人

#### B. 訓練地點：

帆船 ILCA 項目：暫訂4月至10月於澎湖，11月至3月於高雄西子灣。（依天候狀況調整訓練地點）

風箏浪板 Formula Kite 項目：暫訂4月至10月於澎湖，11月至3月於臺南漁光島。（依天候狀況調整訓練地點）

#### C. 預定參加賽事及預估成績：上述各項目以亞洲區參賽國，每國以最優一名做為排序取得前5名。

##### 帆船 ILCA 項目：

- a. 2024年9月3日至9日 ILCA 亞洲盃。
- b. 2024年12月11日至20日中國 ILCA 亞錦賽。
- c. 2025年5月10日至17日中國 ILCA 世錦賽。
- d. 2025年8月22日至29日愛爾蘭 ILCA U21 世青賽。

##### 風箏浪板 Formula Kite 項目：

- a. 2025年3月 Formula Kite 亞錦賽
- b. 2025年 Formula Kite 世青賽。
- c. 2025年 Formula Kite 世錦賽。

#### D. 進退場檢測標準：

帆船 ILCA 項目：於 ILCA 亞錦賽，以亞洲區參賽國，每國以最優一名做為排序取得前5名。

風箏浪板 Formula Kite 項目：於 Formula Kite 亞錦賽，以亞

洲區參賽國，每國以最優一名做為排序取得前 5 名。

(2)第 2 階段(自 114 年 9 月 1 日起至 115 年 1 月 31 日止)

A. 遴選方式：於第 1 階段達檢測標準者，得進入本階段培訓。

B. 訓練地點：

帆船 ILCA 項目：暫訂 4 月至 10 月於澎湖，11 月至 3 月於高雄西子灣。(依天候狀況調整訓練地點)

風箏浪板 Formula Kite 項目：暫訂 4 月至 10 月於澎湖，11 月至 3 月於臺南漁光島。(依天候狀況調整訓練地點)

C. 預定參加賽事及預估成績：各項目以亞洲區參賽國，每國以最優一名做為排序取得前 4 名。

帆船 ILCA 項目：(賽事日期及地點待確認)

a. 2025 年 ILCA 亞錦賽。

b. 2025 年 ILCA 亞洲盃。

風箏浪板 Formula Kite 項目：(賽事日期及地點待確認)

a. 2025 年 Formula Kite 世錦賽。

D. 進退場檢測標準：

帆船 ILCA 項目：於 ILCA 亞錦賽，以亞洲區參賽國，每國以最優一名做為排序取得前 4 名。

風箏浪板 Formula Kite 項目：於 Formula Kite 世錦賽，以亞洲區參賽國，每國以最優一名做為排序取得前 4 名。

(3)第 3 階段(自 115 年 2 月 1 日起至本屆亞運結束日止)

A. 遴選方式：於第 2 階段達檢測標準者列為第 3 階段培訓選手，不另行辦理選拔。

B. 訓練地點

帆船 ILCA 項目：暫訂 4 月至 10 月於澎湖，11 月至 3 月於高雄西子灣。(依天候狀況調整訓練地點)

風箏浪板 Formula Kite 項目：暫訂 4 月至 10 月於澎湖，11 月至 3 月於臺南漁光島。(依天候狀況調整訓練地點)

C. 預定參加賽事及預估成績：各項目以亞洲區參賽國，每國以最

優一名做為排序取得前 3 名。

帆船 ILCA 項目：(賽事日期及地點待確認)

a. 2026 年 ILCA 亞錦賽。

b. 2026 年帆船亞洲錦標賽 ILCA 項目。

風箏浪板 Formula Kite 項目：(賽事日期及地點待確認)

a. 2026 年 Formula Kite 亞錦賽。

b. 2026 年帆船亞洲錦標賽 Formula Kite 項目。

D. 達成總目標：2026 年名古屋亞運前 3 名。

## 五、督導考核

- (一)本會依審議通過之本計畫及教練選手遴選辦法據以辦理選訓事宜，並督促教練（團）落實執行訓練計畫，以及依渠等之績效據以考核。
- (二)教練（團）應擬定訓練計畫及參加國際賽事之預估成績目標（以具體數據訂定檢測點），據以執行及考核選手培訓情形。
- (三)本會選訓委員不定期前往督導與檢測及考核培訓情形，如不按規定訓練者或未達檢測標準者，終止培訓資格。
- (四)各培訓選手需服用藥物時，應向禁藥委員會諮詢及經醫師同意並接受中華奧林匹克委員會不定期實施運動禁藥檢測，檢測結果若有違規用藥或迴避檢測者，即取消培訓資格或參賽資格，其指導教練連帶接受處份。
- (五)培訓期間若經醫生檢查認定不適合繼續培訓，即應中止培訓或取消參賽資格。
- (六)培訓選手必須遵守紀律，若違反紀律者，不論實力如何，一律皆以退訓論處，並召開中華民國帆船協會紀律委員會會議進行懲處。
- (七)培訓隊選手體能或各項檢測須達執行教練設定之標準，未達標準者，由執行教練提出相關資料送選訓委員會召開會議。

## 六、所需行政支援事項及建議處理方式

### (一)運科：

1. 體能測驗(含選手健康檢查)：請國訓中心運科人員協助血乳酸、血清肌酸肌酶(CK)、血尿素氮…等各生化指標檢測與提供材料。並於第二階段培訓選手協助安排至大型醫院作健康檢查，以確保選手訓練安全

及品質。

2. 技能檢測：請國訓中心運科人員協助有關生物力學動作分析與資訊系統分析。

3. 心理輔導與諮商：請國訓中心支援專屬帆船運動選手之心理輔導人員。

4. 營養體重控制：請國訓中心支援生理專家及營養師，協助教練團監控選手體重及營養品之使用，以增進選手身體機能及確保訓練品質與安全。

(二)運動防護：支援各項目各1位防護員。

(三)醫療：復健、健檢、醫療意外保險、水上運動保險。

(四)調訓：協助辦理補助現任教職之培訓教練公假留職留薪或留職停薪、代課鐘點費或代理教師費用等事宜。

(五)課業輔導：協助安排課輔或由選手就讀學校對培訓選手進行課業輔導。

(六)其他：依實際狀況提出需求。

七、本計畫經本會選訓委員會會議討論通過後，函報國家運動中心提送運動人才培訓輔導小組委員會會議審議通過後公布實施，修正時亦同。