

# 中華民國自由車協會參加「2024年第33屆巴黎奧林匹克運動會」

## 選手培訓參賽實施計畫

國家運動訓練中心 113 年 1 月 11 日心競字第 113000092 號書函備查

一、依據：教育部體育署 112 年 6 月 9 日臺教體署競（一）字第 1120023084 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)	<p>一、競輪賽：目前我國男子競輪賽國家排名為第 16，奧運資格處於備 2 位，其中以我國選手康世峰個人世界排名為 29 最佳，明年還有 4 場奧運積分賽事，極有機會力拼 2024 奧運資格。</p> <p>(一) 2023 年 UCI 國家盃場地賽(埃及站)獲得該項第 9 名(康世峰)</p> <p>(二) 2023 年亞錦場地賽獲得該項第 7 名、高同質性項目爭先賽第 7 名(康世峰)</p> <p>(三) 2023 年杭州亞運獲得該項第 12 名、高同質性項目爭先賽第 5 名(康世峰)</p> <p>(四) 2023 年香港盃場地賽(CL1)獲得該項第 2 名、高同質性項目爭先賽第 2 名(康世峰)</p> <p>二、個人全能賽：目前我國女子全能賽國家排名為第 28，奧運資格處於備 6 位，其中以我國選手黃亭茵個人世界排名為 26 最佳，明年還有 4 場奧運積分賽事，極有機會力拼 2024 奧運資格。</p> <p>(一) 2014 年仁川亞運獲得該項金牌(蕭美玉)</p> <p>(二) 2018 年雅加達亞運獲得銀牌(黃亭茵)</p> <p>(三) 2015、2016、2017、2018、2019、2023 年亞錦賽曾獲得金、銀、銅牌(黃亭茵)</p>
Weakness (劣勢)	<p>一、我國未具有室內 250 公尺自由車跑道，為有所突破，教練希望能安排康世峰選手前往 UCI 瑞士自由車訓練中心進行長期訓練及比賽。</p> <p>二、沒有室內場地，以時間爭名次之項目台灣已經漸失競爭力。因為沒有國際標準室內 250 公尺周長的自由車場，我國一直在場地賽的慣性運用及速控掌握遠遠落後國際其他各國，在千分之一秒的比賽裡常常失去先機。在沒有室內 250 公尺周長的自由車場可用的情況下，我國僅能藉助至他國場地的移地訓練來彌補訓練的缺憾，但另一方面，我國戰力的情</p>

	況也容易遭外隊情蒐。
Opportunity (機會)	<p>一、競輪賽：康世峰選手目前技術與心理皆已成熟，若能將康世峰選手安排前往 UCI 瑞士自由車訓練中心與其他國家優秀運動員一同訓練，相信將能大幅度提升實力取得好成績。</p> <p>二、個人全能賽：個人全能賽影響致勝的因素多，亞運奪金及取得巴黎奧運資格機會甚高，尤其經過 2020 東京奧運培訓隊的歷練後，黃亭茵的能力及穩定度都明顯上升，對於參加國際一級自由車場地賽的後續發展有很強大的戰力，故在 2022 年杭州亞運會及 2024 年 UCI 國家盃場地賽和 2024 年亞洲自由車場地錦標賽有相當大的機會掌控場上變化，進而把握機會脫逃搶分而取得勝利，也確保後續奧運積分的取得順利。</p>
Threat (威脅)	<p>一、亞洲各國積極參與高強度國際賽事，累積更多賽事經驗，而臺灣尚未有室內 250 公尺場地，訓練及比賽等多方面情境與室外 333.33 公尺場地截然不同，每到國際賽事臺灣選手都須在短時間內適應比賽場地。</p> <p>二、目前歐美國際列強不是擁有 250 公尺室內自由車場就是積極實施海外移地訓練與國際場地系列賽事，我國選手應積極參加國際場地訓練營與國際賽事以增加實戰經驗、謀略、膽識及提升適性場地的能力。</p>

#### 四、計畫目標及培訓隊遴選

##### (一) 總目標：

1. 取得 2024 巴黎奧運會參賽資格(男子競輪賽及女子個人全能賽)
2. 力爭奧運男子競輪賽前 12 名、女子個人全能賽前 10 名為目標

##### (二) 遴選方式及檢測標準

##### 1、教練 (團)

##### (1) 資格條件：

1. 教練：須符合以下條件者
  - (1)、需具備中華民國體育運動總會國家 A 級教練資格；外籍教練須具備當地國家教練資格或國際自由車總會認定資格證書。
  - (2)、實際指導之選手入選為 2024 年巴黎奧運培訓隊者。
  - (3)、具備擬定年度訓練、參賽等計畫能力。

(4)、實際從事自由車訓練指導工作，近三年曾擔任奧運、亞運、亞錦標賽、協會年度國際賽事國家培訓隊教練有績效者。

2. 機械師：符合以下條件之一者

(1)、具有國際自由車總會授予機械師各級證照或持有本會C級機械師證以上資格者。

(2)、從事自由車競技機械師實務工作經驗。

(3)、近三年實際從事自由車競賽器材維修工作者

(2) 遴選方式：

1. 教練：入選培訓隊選手之所屬現任帶隊教練為當然教練候選人(如有外籍教練則增加口譯員1名)，經本會選訓委員會通過，呈報理事長核定後，報請體育署及國訓中心核備。

2. 機械師：經培訓隊教練推薦，經本會選訓委員會通過，呈報理事長核定後，報請體育署及國訓中心核備。

2、培訓選手：

(1) 第2階段第2期(自113年2月1日起至8月31日止)

A、遴選方式：遴選最具機會取得2024年巴黎奧運會參賽資格者。

(A) 競輪賽世界排名(至2024/1/31止)前30名

(B) 個人全能賽世界排名(至2024/1/31止)前30名

B、進退場檢測標準：取得2024年巴黎奧運參賽資格者。

C、訓練內容及目標：

(A) 短距離

訓練時程	訓練內容	訓練目標
113/2/1~113/4/30	1. 模擬賽事強度。 2. 自信增強，完美演出。 3. 繼續加強各專項肌力、肌耐力、爆發力。	1. 取得2024年亞錦場地賽前2名，取得至少405分以上奧運積分。 2. 取得2024年2月UCI國家盃場地賽第一站(澳洲)前10名，取得360分以上奧運積分。(在歐美選手環視下，以中段名次第10名為任務基準) 3. 取得2024年3月UCI國家盃場地賽第二站(香港)前10名，取得360分以上奧運積分。(在亞洲香港舉行國家盃場地賽，歐美國家

		策略考量下或有選手更動更換，我國要把握機會取得以中上段名次為任務基準) 4. 取得 2024 年 4 月 UCI 國家盃場地賽最終站(加拿大) 前 10 名，取得 360 分以上奧運積分。
113/5/1~113/8/31	1. 模擬賽事強度。 2. 自信增強，完美演出。 3. 繼續加強各專項肌力、肌耐力、爆發力。	1. 2024 年日本盃自由車場地賽 (CL1)-日本伊豆(5/7-5/13 世界積分賽) 2. UCI 台灣盃場地經典賽(CL1 級)( 6/23-6/25 世界積分賽)
113/2/1~113/4/31	WCC 世界訓練中心培訓案	爭取奧運參賽資格
113/5/1~113/8/31	WCC 世界訓練中心培訓案	備戰奧運

## 五、督導考核

- (一) 本會依審議通過之本計畫據以辦理選訓事宜，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，據以執行及考核選手培訓情形。

## 六、所需行政支援事項及建議處理方式（以下自行填寫，如無則刪除）

- (一) 運動科學：（待援項目檢測實施計畫）。
- (二) 運動防護：支援防護員或物理治療師。
- (三) 醫療：（健檢、復健、醫療意外保險等）。
- (四) 調訓：（公假留職留薪或留職停薪、代課鐘點費或代理職缺費）。
- (五) 課業輔導：（就讀學校、課程及建議處理方案）。
- (六) 其他：（依實際狀況提出需求）。

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