

中華民國游泳協會第13屆第28次選訓委員會

視訊會議紀錄

中華民國112年11月29日游任發字第1120000398號函

中華民國112年12月7日臺教體署競(二)字第1120049990號函

紀錄:林佳慧

壹、時間：112年11月23日(星期四)下午8時

貳、地點：LINE視訊會議室

參、出席：陳復龍委員、蔡淑敏委員、陳扭委員、彭翠華委員、蔡祖修委員、宋伯謨委員、陳尚宜委員

肆、列席：訓輔委員蕭委員淑芬、李委員大麟、本會曾秘書長正宗

王教練耀偉、蘇教練裕欽、李教練澄峯、馬老師正一、鄭教練明杉

伍、主席：陳委員復龍

陸、主持人致詞：

柒、討論事項：

【案由一】「2024年第33屆巴黎奧林匹克運動會」游泳項目選手培訓參賽實施計畫、代表隊教練及選手遴選辦法，提請討論。

說明：

- 一、依據教育部體育署111年9月8日臺較體署競(一)字第1110033477號函、及112年7月24日臺教體署競(一)字第1120029121號函辦理。
- 二、2024年第33屆巴黎奧林匹克運動會第2階段培訓於112年9月1日啟動，參賽實施計畫、代表隊教練及選手遴選辦法，如附件一<第1頁>。

【決議】

- 一、由於撰寫未盡完善，敬請培訓隊教練修正後，再行審議。
- 二、照案通過，7位委員，7位通過。

【案由二】「2024年第33屆巴黎奧林匹克運動會」馬拉松游泳項目選手培訓參賽實施計畫、代表隊教練及選手遴選辦法，提請討論。

說明：

- 一、依據教育部體育署111年9月8日臺較體署競(一)字第1110033477號函、及112年7月24日臺教體署競(一)字第1120029121號函辦理。
- 二、2024年第33屆巴黎奧林匹克運動會第2階段培訓於112年9月1日啟動，參賽實施計畫、代表隊教練及選手遴選辦法，如附件二<第14頁>。

【決議】

- 一、 由於撰寫未盡完善，敬請培訓隊教練修正後，再行審議。
- 二、 照案通過，7位委員，7位通過。

【案由三】 113年培育優秀或具潛力游泳選手實施計畫、經費需求案，提請討論。

說明：

- 一、依據：教育部體育署112年9月22日臺教體署競(二)字第1120038108號函辦理。
- 二、目的：本計畫依據「教育部體育署培育優秀或具潛力運動選手作業要點」辦理遴選優秀或具潛力之游泳選手。
實施計畫、經費需求，如附件三<第26頁>

【決議】

- 一、 照案通過，7位委員，7位通過。

【案由四】 113年培育優秀或具潛力跳水選手實施計畫、經費需求案，提請討論。

說明：

- 一、依據：教育部體育署112年9月22日臺教體署競(二)字第1120038108號函辦理。
- 二、目的：本計畫依據「教育部體育署培育優秀或具潛力運動選手作業要點」辦理遴選優秀或具潛力之游泳選手。
實施計畫、經費需求，如附件四<第34頁>

【決議】

- 一、 照案通過(7位委員，7位通過)
- 二、 由於D組年齡過小，訓練及照護上需更多人力支援，故請修正組別編列。

【案由五】 113年培育優秀或具潛力公開水域選手實施計畫、經費需求案，提請討論。

說明：

- 一、依據：教育部體育署112年9月22日臺教體署競(二)字第1120038108號函辦理。
- 二、目的：本計畫依據「教育部體育署培育優秀或具潛力運動選手作業要點」辦理遴選優秀或具潛力之游泳選手。
實施計畫、經費需求，如附件五<第48頁>

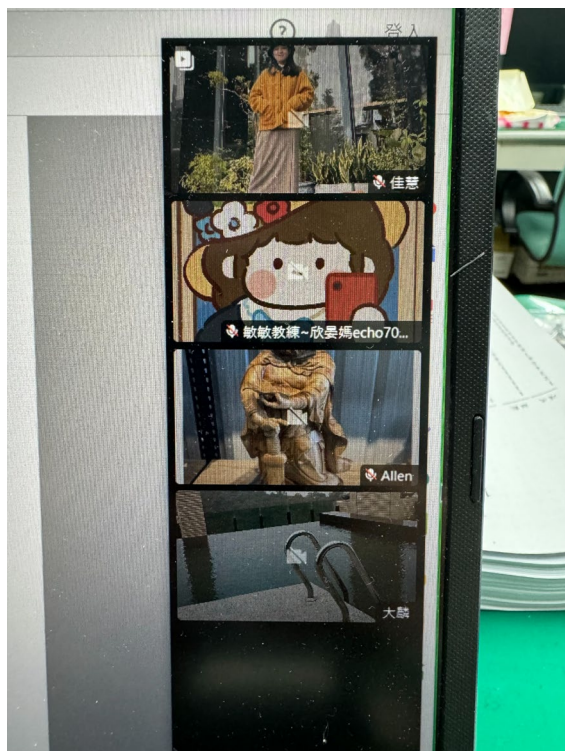
【決議】

- 一、 照案通過(7位委員，7位通過)

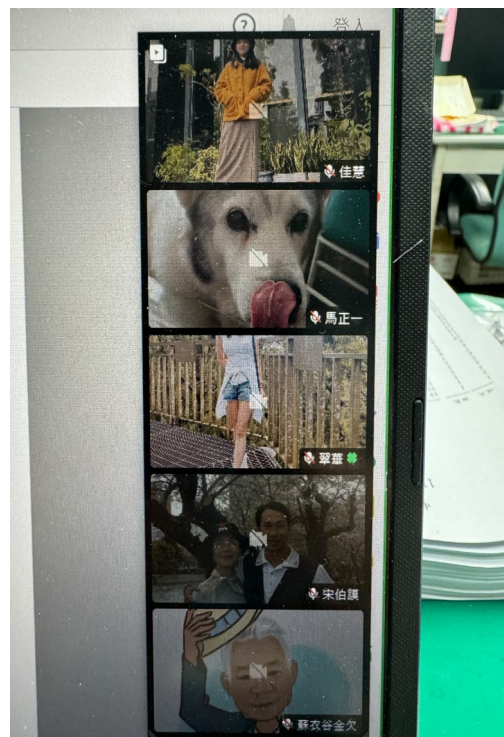
玖、臨時動議：無

拾、出席人員截圖

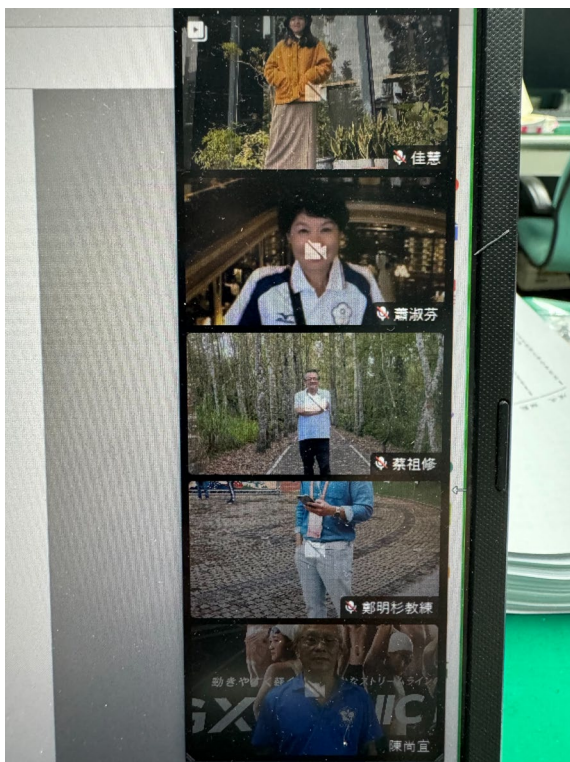
協會人員林佳慧、蔡委員淑敏
李教練澄峯、李委員大麟



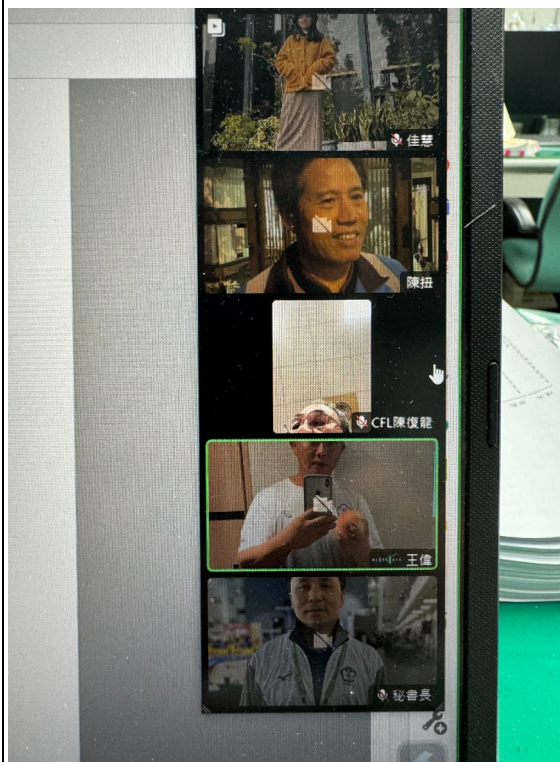
馬教練正一、彭委員翠華
宋委員伯謨、蘇教練裕欽



蕭委員淑芬、蔡委員祖修
鄭教練明杉、陳委員尚宜



陳委員扭、陳主席復龍
王教練耀偉、曾秘書長正宗



【附件一】

中華民國游泳協會參加「2024 年第 33 屆巴黎奧林匹克運動會」 選手培訓參賽實施計畫

- 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）	選手王冠閎已取得奧運 A 標資格，依據上屆成績決賽正常發揮有奪牌實力，經過這些年經驗及技術的磨練進步，若再持續進步加以培養，利用更多的國際賽增加抗壓性，在 2024 奧運會有奪牌之機會。
--------------	---

Weakness (劣勢)	目前應積極安排理想的訓練場地，以國訓中心為主，結合國內北、中、南，計畫性的移地訓練結合大學或基層隊伍刺激訓練效果，並藉由安排較長期國外移地訓練或聘請國外教練來台執教並結合更多國際賽事，讓選手經歷更多磨練，增強選手競技實力，以利培養更多奧運達標人才。
Opportunity (機會)	自協會 111 年完成改選之後，新任理事長大力推動游泳項目，對於教練選手後勤支援願意盡最大努力，創造優質的訓練環境，對於培訓選手更不遺餘力，願意自籌經費至國外移地訓練及比賽，期待共同努力之下促使選手成績登上國際舞台。
Threat (威脅)	在各項法規及制度上，期待上級單位與協會能協調出更佳訓練環境與條件，雙向良好的溝通與克服困難，一起創造出選手最佳成績與參賽人數。本屆 2024 年巴黎奧運會訂定的參賽 B 標，較上屆 2020 東京奧運大幅提高且與 A 標成績相當接近，若本屆我國選手成績無法大幅提升，在參賽人數會比上屆減少。

四、計畫目標及培訓隊遴選

(一) 總目標：2024 奧運會男子選手王冠閎奪牌，女子選手獲得參賽資格並進入複賽，爭取奧運 2 男 2 女參賽資格。

(二) 遴選方式及檢測標準

1、總教練資格條件：

(1) 曾擔任我國國際性綜合賽事之代表隊教練且具有撰寫訓練計畫與執行能力者。

(2) 具中華民國游泳協會合格之國家級(A級)教練資格且當年度並已

註冊之教練。

2、總教練遴選方式：

由本會選訓委員會公開遴選 2024 巴黎奧運會游泳培訓隊總教練擔任之。

3、教練資格條件：

- (1)曾擔任我國國際性賽事之代表隊教練。
- (2)具中華民國游泳協會合格之國家級(A級)教練資格且當年度並已註冊之教練。
- (3)指導之選手入選 2024 巴黎奧運培訓隊。

4、教練遴選方式條件：

- (1)實際指導與訓練的選手入選為 2024 巴黎奧運會培訓隊。
- (2)依入選選手人數多寡、依入選選手項目多寡為遴選標準。
- (3)依核定之教練員額依序入選或遞補。

5、訓練員條件：

- (1)國際綜合賽會之選手退役。
- (2)豐富的國際賽事與國外訓練之經驗。
- (3)能協助執行教練團之訓練計畫。

6、訓練員之遴選：

由本會選訓委員會公開遴選擔任之。

7、選手遴選方式：

(1)第 1 階段（自 111 年 9 月 1 日起至 112 年 8 月 31 日止）

A、遴選方式：2022 杭州亞運代表隊以及 2024、2028 黃金計畫之選手集中調訓者列為培訓資格，黃金計畫營外訓練者為儲訓人員。

B、訓練地點：國家運動中心、國內外移地訓練。

C、預定參加國際賽：2023 年世界游泳錦標賽、2021 成都世大運、

2023 香港公開賽。

(2) 第 2 階段第 1 期(自 112 年 9 月 1 日起至 113 年 1 月 31 日止)

A、遴選方式：

(A)依體育署國際大型運動賽會培訓標準訂定，達 2024 巴黎奧運參賽 A、B 標者或以 2022 杭州亞運游泳個人項目第 6 名之成績為達標標準列為培訓資格。

(B)2024 與 2028 黃金計畫之選手集中調訓者列為培訓資格，營外訓練選手列為儲訓資格。

(C)經依客觀數據評估並專案核定者列培訓或儲訓資格。

B、訓練地點：國家運動中心、國內外移地訓練。

C、預計參加國際賽事： 2022 杭州亞運、2023 亞洲游泳錦標賽，
2023 世界短水道巡迴賽(中國站)

(3) 第 2 階段第 2 期(113 年 2 月 1 日起至 113 年 8 月 31 日止)

A、遴選方式：

(A)依體育署國際大型運動賽會培訓標準訂定，達 2024 巴黎奧運參賽 A、B 標者或以 2022 杭州亞運個人項目第 6 名之成績為達標標準列為培訓。

(B)具最新 2024 與 2028 黃金計畫之選手集中調訓者列為培訓，營外訓練選手列為儲訓。

(C)經依客觀數據評估並專案核定者。

B、訓練地點：國訓中心及國內、外移地訓練。

C、預定參加之國際賽事： 2023 亞洲游泳錦標賽，2023 世界短水道巡迴賽(日本站)，2024 馬來西亞公開賽，2024 香港奧運達標賽，2024 日本公開賽。

D、進退場檢測標準：

(A) 依據 2022 杭州亞運游泳各單項第 6 名之客觀成績為培訓標準為進場機制。

(B) 依競強會菁英選手黃金計畫進退場機制。

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。

(三) 入選代表隊之教練、選手，無故未能參加總集訓或違反總集訓相關規定者，送本會紀律委員會審議後，送教育部體育署備查。

(四) 教練、選手除名或遞補，須經本會 2024 年奧運培訓參賽計畫選訓小組討論後，送國家運動訓練中心提報運動人才培訓輔導小組審議通過後行之。

六、所需行政支援事項及建議處理方式

(一) 運動科學：國訓中心運科體能加強與生化監控、心理諮詢與協助、體重控制與營養補給、技術診斷與分析、藥檢宣導與用藥須遵守及注意事項。

(二) 運動防護：游泳專項肌肉屬性不同，需配置一名物理治療師、一位運動按摩師及一位體能訓練師。

(三) 醫療：復健、健檢、醫療意外保險。

(四) 調訓：集訓期間請協助教練與選手辦理公假與留職留薪（並請支援代課鐘點費或代理職缺）。

(五) 課業輔導：由國訓中心協助辦理，若國內外移地訓練期程，理應安排講師進行視訊教學，以利集訓最大功效。

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。

2024 巴黎奧運會參賽標準

Men's			Women's	
Olympic Qualifying Time (OQT) - 2 Entries	Olympic Consideration Time (OCT) - 1 Entry	Event	Olympic Qualifying Time (OQT) - 2 Entries	Olympic Consideration Time (OCT) - 1 Entry
21.96	22.07	50m Freestyle	24.70	24.82
48.34	48.58	100m Freestyle	53.61	53.88
1:46.26	01:46.79	200m Freestyle	1:57.26	01:57.85
3:46.78	03:47.91	400m Freestyle	4:07.90	04:09.14
7:51.65	07:54.01	800m Freestyle	8:26.71	08:29.24
15:00.99	15:05.49	1500m Freestyle	16:09.09	16:13.94
53.74	54.01	100m Backstroke	59.99	01:00.29
1:57.50	01:58.09	200m Backstroke	2:10.39	02:11.04
59.49	59.79	100m Breaststroke	1:06.79	01:07.12
2:09.68	02:10.33	200m Breaststroke	2:23.91	02:24.63
51.67	51.93	100m Butterfly	57.92	58.21
1:55.78	01:56.36	200m Butterfly	2:08.43	02:09.07
1:57.94	01:58.53	200m Individual Medley	2:11.47	02:12.13
4:12.50	04:13.76	400m Individual Medley	4:38.53	04:39.92

◎世界泳總公告之參賽成績達標期程為 2023/3/1 起至 2024/6/24，任何國家向世界泳總申報之賽事達標成績均可承認

項次	項目	第1階段 培訓標準	第2階段 培訓標準
		111.09.01 至 112.08.31	112.09.01 至 奧運比賽結束
1	50M 自由式	2022杭州亞運代表隊、2024黃金計畫及2028黃金計畫選手為培訓人員。	
2	100M 自由式		
3	200M 自由式		
4	400M 自由式		
5	800M 自由式		
6	1,500M 自由式		
7	50M 仰式		
8	100M 仰式		
9	200M 仰式		
10	50M 蛙式		
11	100M 蛙式		
12	200M 蛙式		
13	50M 蝶式		
14	100M 蝶式		
15	200M 蝶式		
16	200M 混合式		
17	400M 混合式		

第一階段：2022杭州亞運代表隊、2024黃金計畫及2028黃金計畫選手為培訓人員。

第二階段：依2022杭州亞運第6名成績及2024、2028黃金計畫選手配合集中調訓為培訓人員，黃金計畫營外訓練者為儲訓人員。

項次	項目	第1階段 培訓標準	第2階段 培訓標準
		111.09.01 至 112.08.31	112.09.01 至 奧運比賽結束
1	50M 自由式	依2023亞運代表隊，2024黃金計畫及2028黃金計畫人員為培訓人員。	
2	100M 自由式		
3	200M 自由式		
4	400M 自由式		
5	800M 自由式		
6	1,500M 自由式		
7	50M 仰式		
8	100M 仰式		
9	200M 仰式		
10	50M 蛙式		
11	100M 蛙式		
12	200M 蛙式		
13	50M 蝶式		
14	100M 蝶式		
15	200M 蝶式		
16	200M 混合式		
17	400M 混合式		

第一階段:依2023亞運代表隊，2024黃金計畫及2028黃金計畫人員為培訓人員

第二階段:依2022杭州亞運第6名成績及2024、2028黃金計畫選手配合集中調訓為培訓人員，黃金計畫營外訓練者為儲訓人員。

中華民國游泳協會參加「2024年第33屆巴黎奧林匹克運動會」
代表隊教練及選手遴選辦法

一、依據：教育部體育署111年9月8日臺教體署競（一）字第1110033477號函及112年7月24日臺教體署競（一）字第1120029121號函辦理。

一、目的：2024 奧運會男子選手王冠閔奪牌，女子選手獲得參賽資格並進入複賽，爭取奧運 2 男 2 女參賽資格。

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、教練（團）遴選

（一）資格條件：具 A（國家）級游泳教練資格，並實際從事及擔任教練工作及未受本會任何停權處分，且當年度並已註冊之教練者。

1、總教練：由協會選訓輔遴選推派任之。

2、教練：

（1）實際指導與訓練的選手入選為奧運會培訓隊。

（2）由 2024 年奧運培訓隊產出。

（二）遴選方式

1、指導 2024 奧運黃金計畫三級以上之教練優先入選。

2、依 World Aquatics point 成績評比，依據分數高低進行排序。

3、依入選選手人數多寡為遴選標準。

4、依入選選手項目多寡為遴選標準。

四、選手遴選

1、個人席次：依參賽資格規定取得當然代表

◎世界泳總公告之參賽成績達標期程為 2023/3/1 起至 2024/6/24，任何國家向世界泳總申報之賽事達標成績均可承認。

五、附則

（一）代表隊教練（團）

1、教練以專職培訓工作、不得從事本會選訓委員會之行政工作為原則；

倘有不適任之事實，經國家運動訓練中心（下稱國訓中心）及運動人才培訓輔導小組（下稱訓輔小組）委員查核屬實者，移請本會召開紀律委員會議處。

- 2、為顧及本會會務正常運作與推動並遵守利益迴避原則規範，本會之理事長、副理事長及秘書長，不得擔任教練職務；前述以外之人員如擔任教練職務，涉及本人或關係人之利益事項，應自行迴避。

（二）代表隊選手

- 1、選手須接受教練（團）指導並依訓練計畫施訓，以專注投入訓練、不得從事本會選訓委員會之行政工作為原則，日常生活事項接受教練（團）及國訓中心輔導管理；倘有違反規定之事實，經查核屬實者，移請本會召開紀律委員會議處。
- 2、除經專案核定辦理者外，未達階段標準或目標之選手，予以取消下階段培訓資格，未達最末階段標準或目標者，不予報名參賽。
- 3、選手於代表隊培訓、參賽期間，遵守依本會訂定組隊參加國際賽會活動人員之言行規範。

（三）代表隊之教練、選手，無故未能參加集訓或違反集訓相關規定者，送本會紀律委員會審議後，報教育部體育署備查。

（四）代表隊之教練或選手之除名，須經本會選訓委員會討論後，送國訓中心提報訓輔小組委員會議審議通過後行之。

六、本遴選辦法經本會選訓委員會討論通過後，函送國訓中心提報訓輔小組委員會議審議通過後公布實施，修正時亦同。

**中華民國游泳協會參加「2024年第33屆巴黎奧林匹克運動會」
代表隊教練及選手遴選辦法**

二、依據：教育部體育署111年9月8日臺教體署競（一）字第1110033477號函及

112年7月24日臺教體署競（一）字第1120029121號函辦理。

二、目的：2024 奧運會男子選手王冠閔奪牌，女子選手獲得參賽資格並進入複賽，爭取奧運 2 男 2 女參賽資格。

三、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。

四、教練（團）遴選

（一）資格條件：

8、總教練

（3）曾擔任我國國際性綜合賽事之代表隊教練且具執行能力者。

（4）具中華民國游泳協會國家級（A 級）游泳教練資格，並實際從事及擔任教練工作及未受本會任何停權處分，且當年度並已註冊之教練者。

2、教練

（1）曾擔任我國國際性賽事之代表隊教練。

（2）具中華民國游泳協會國家級（A 級）游泳教練資格，並實際從事及擔任教練工作及未受本會任何停權處分，且當年度並已註冊之教練者。

（3）指導之選手入選 2024 巴黎奧運培訓隊。

（二）遴選方式：

1、代表隊總教練由本會選訓委員會遴選 2024 巴黎奧運會游泳培訓隊總教練擔任之。

2、代表隊教練

（1）實際指導與訓練的選手達 2024 巴黎奧運參賽標之教練。

（2）由 2024 年奧運游泳培訓隊之教練產生。

（3）指導 2024 奧運黃金計畫三級以上之教練優先入選。

（4）依 World Aquatics point 成績評比，依據分數高低進行排序。

（5）依入選選手人數多寡為遴選標準。

(6) 依入選選手項目多寡為遴選標準。

五、選手遴選

2024巴黎奧運游泳標準：

Men's		Event	Women's	
Olympic Qualifying Time (OQT) - 2 Entries	Olympic Consideration Time (OCT) - 1 Entry		Olympic Qualifying Time (OQT) - 2 Entries	Olympic Consideration Time (OCT) - 1 Entry
21.96	22.07	50m Freestyle	24.70	24.82
48.34	48.58	100m Freestyle	53.61	53.88
1:46.26	01:46.79	200m Freestyle	1:57.26	01:57.85
3:46.78	03:47.91	400m Freestyle	4:07.90	04:09.14
7:51.65	07:54.01	800m Freestyle	8:26.71	08:29.24
15:00.99	15:05.49	1500m Freestyle	16:09.09	16:13.94
53.74	54.01	100m Backstroke	59.99	01:00.29
1:57.50	01:58.09	200m Backstroke	2:10.39	02:11.04
59.49	59.79	100m Breaststroke	1:06.79	01:07.12
2:09.68	02:10.33	200m Breaststroke	2:23.91	02:24.63
51.67	51.93	100m Butterfly	57.92	58.21
1:55.78	01:56.36	200m Butterfly	2:08.43	02:09.07
1:57.94	01:58.53	200m Individual Medley	2:11.47	02:12.13
4:12.50	04:13.76	400m Individual Medley	4:38.53	04:39.92

2、個人席次：依參賽成績資格規定取得當然代表。

◎世界泳總公告之參賽成績達標期程為 2023/3/1 起至 2024/6/24，任何國家向世界泳總申報之賽事達標成績均可承認。

五、附則

(五) 代表隊教練(團)

3、教練以專職培訓工作、不得從事本會選訓委員會之行政工作為原則；倘有不適任之事實，經國家運動訓練中心（下稱國訓中心）及運動人才培訓輔導小組（下稱訓輔小組）委員查核屬實者，移請本會召開紀律委員會議處。

4、為顧及本會會務正常運作與推動並遵守利益迴避原則規範，本會之

理事長、副理事長及秘書長，不得擔任教練職務；前述以外之人員如擔任教練職務，涉及本人或關係人之利益事項，應自行迴避。

（六）代表隊選手

4、選手須接受教練（團）指導並依訓練計畫施訓，以專注投入訓練、不得從事本會選訓委員會之行政工作為原則，日常生活事項接受教練（團）及國訓中心輔導管理；倘有違反規定之事實，經查核屬實者，移請本會召開紀律委員會議處。

5、除經專案核定辦理者外，未達階段標準或目標之選手，予以取消下階段培訓資格，未達最末階段標準或目標者，不予報名參賽。

6、選手於代表隊培訓、參賽期間，遵守依本會訂定組隊參加國際賽會活動人員之言行規範。

（七）代表隊之教練、選手，無故未能參加集訓或違反集訓相關規定者，送本會紀律委員會審議後，報教育部體育署備查。

（八）代表隊之教練或選手之除名，須經本會選訓委員會討論後，送國訓中心提報訓輔小組委員會議審議通過後行之。

六、本遴選辦法經本會選訓委員會討論通過後，函送國訓中心提報訓輔小組委員會議審議通過後公布實施，修正時亦同。

【附件二】 中華民國游泳協會參加「2024年第33屆巴黎奧林匹克運動會」

馬拉松游泳教練、選手培訓參賽實施計畫

依據：教育部體育署111年9月8日臺教體署競（一）字第1110033477號函及112年7月24日臺教體署競（一）字第1120029121號函辦理。

一、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。

二、SWOT 分析

Strength (優勢)	1. 以現階段世界各國投入公開水域游泳選手分析年齡約在25-30歲處於巔峰狀態，我們培訓選手的年齡接近這區間為一個優勢。 2. 在公開水域的賽事持續進步也是目前我們選手的優勢，代表技術、生理與心理層面都持續成長與很大進步空間。 3. 近年的國外參賽，各國的教練都表示我們選手各方面條件都具有優秀開放水域選手的條件。 4. 勇於挑戰目標，選手們屬於比賽型選手，往往都能在高張力的賽事中屢創佳績。 5. 樂於學習，雖然已有參加亞運游泳與世錦賽公開水域，但不因此而自滿，加上心智上的成熟，選手持續追求突破自我，也期能為國爭光。 6. 因賽事特殊性，開放水域選手需要有肢體接觸與許多選手一起陪練與競爭及刺激，故選手現階段在國體大合訓，目前教練會安排假期期間或特定時間邀請原母隊選手來一起訓練，以刺激選手，以現有資源參加亞錦賽都能有前三名的成績，進入奧運集訓階段，以賽代訓增加賽事經驗，提高選手訓練成績使持續進步，可望達亞運前3名與進軍奧運的水準。
Weakness (劣勢)	1. 男子選手於訓練中的強度常常因只有一男一女的陪伴訓練而有所消退，亟需要去調度陪練選手來一起相互競爭刺激，反倒是女子選手因有男子選手當目標追足成績有起色，故在訓練情境與對手安排仍屬相對目前的弱勢，須投注更多心力促其成長。 2. 有了亞奧運集訓計畫的支援，可以讓成員的訓練更加完善，並吸收更多賽事經驗。為了讓選手在技術、體能、物理治療防護都能有加強，都尋找與請益各領域專家來一起幫助選手，例如：動作技術上還會請教大學端教授流體力學與游泳專家、路上肌力體能教練的指導、物理治療防護常常麻煩

	台大柴老師協助等等，進入亞奧運集訓計畫階段對選手有更大的幫助。 3. 公開水域除游泳技巧外，肢體的對抗也是不可或缺的一環。選手經過長期針對公開水域項目的培訓成績必能大幅進步，但大賽經驗不足，因此需要以賽代訓的方式多參與國際大賽，以累積大賽經驗，才能順利突破我國目前馬拉松游泳國際參賽的瓶頸。 4. 我國於公開水域項目與亞洲各國比較起來算是起步較慢，在亞錦賽能有現今一些成績如能整合更多選手一起訓練勢必能發揮一加一大於二的成效。
Opportunity (機會)	1. 2023. 2024年對選手來說是一個很好的拼搏機會，經過這近年國際賽的洗禮，近四屆我國選手參賽亞錦賽都能突破性奪下獎牌，以年輕之姿初生之犢的姿態泳出台灣，邁向國際，不只要以突破個人最佳成績為目標，以目前男子選手卓承齊實力，及女子組鄧羽炆亞運拿牌不再是遙不可及的目標。 2. 相較於歐美亞洲國家開放水域部分開發的相對比較晚，我代表隊實力與鄰近國家相近，與日本、新加坡、大陸、香港選手毫不遜色。以實際面來看，奧運參賽資格由各大洲參賽員額中產出機會較大，會朝這一個方向進行。
Threat (威脅)	1. 世界各國運動競技水準持續提高，訓練法與訓練器材不斷更新與提升，不管在技術上或是體能上一定要保持持續進步，高強度的訓練與配合團隊、舒適的休息、好的飲食都非常重要，如此也才能繼續保持競爭力，結合各領域專家一起尋找問題並解決問題。 2. 國際賽事的復辦與否影響教練選手安排訓練期程，國內公開水域賽事也只有日月潭公開水域錦標賽及不定期的全國運動會。目前國際游泳總會公告世界游泳錦標賽、世界盃系列賽，各國家舉辦之公開水域賽事，而非奧運資格賽之亞運項目沒有對應參賽依據。 3. 此外，哈薩克、中國、香港、日本、泰國、韓國等都是極具競爭的對手，各國早已長期培訓近期世界盃賽事都看到各國派出年輕選手開始備戰，甚至送到國外歐美以賽代訓的培訓，我國選手必須持續訓練甚至多參與國際賽事，屆時才能戰勝各個競爭對手，為國爭光。 4. 目前國內公開水域成績除鄧羽炆及卓承齊亞錦賽奪牌之

	外，並無其他選手有此亮麗成績。但也因為兩位選手的好表現，表示國內好手是具有開發潛力的。亞運延期銜接奧運剛好具備時機組成培訓隊比照其他游泳強國與時俱進的以賽代訓之訓練模式成立亞運培訓長期培訓，進而至奧運培訓隊。
--	--

三、計畫目標及培訓隊遴選

(一) 總目標：取得奧運參賽資格並於於2024年巴黎奧運獲得男子組、女子組取得前八名。

(二) 遴選方式及檢測標準

1、 教練（團）

(1) 資格條件：

(一)總教練：1 位，由本會選訓委員會遴選派任之。

(二)外籍教練：視培訓計畫需求提出，且其資格應符合教育部體育署頒布之「教育部運動發展基金輔導全國性體育團體聘任國際級教練作業要點」第 4 條規定。

(三)專項教練：2 位，區分「男子組」及「女子組」，由本會選訓委員會 辦理公開遴選。

(四)培訓隊教練：應具有 A(國家)級以上教練證照，且依實際指導並配合各 階段調(組)訓之本屆奧運會培訓隊入選選手成績，其員額以選手 4 人 教練 1 人之比例配置，但身分屬黃金計畫選手專屬教練者不納入員額， 依序遴選如下：

1. 依參加世界游泳總會（World Aquatics）世界盃、世錦賽亞洲選手名次排序評比，並以選訓 委員會遴選會議前 14 日內排名成績為遴選基準（未達亞洲排名前 8 名不予排 序）。

2. 依入選選手人數多寡為遴選標準。

3. 教練排序相同時，由本會選訓委員遴選之。

(2) 遴選方式：

1. 條件：具備國家級游泳教練證並實際指導選手入選培儲訓練者。

2. 遴選方式：

第2階段：以入選選手人數多寡為順序，人數相同時，以參賽名次最佳者為優先考量，由本會選訓委員會遴選教練1-2名。

3. 如有放棄擔任培訓隊教練者，則由本會選訓委員會遴選。

2、 選手

(1) 第1階段（自111年9月1日起至112年8月31日止）

A、 遴選方式：

1、選拔時間：111年參加世錦賽、亞錦賽、世界盃系列賽

2、選拔地點：埃及、義大利、葡萄牙、日本、烏茲別克、匈牙利

3、選拔項目及人數：依亞、奧運參賽項目，男子組與女子組十公里，男女各取六名為培訓選手，不足六人依序參考110全國運10公里、7.5公里、5公里賽事前三名成績名額替補。

B、 訓練地點：

1. 原訂於國訓中心集中訓練，因受限國訓中心場地及陪練人力支援與賽事特殊因素申請專案營外合訓，考量巴黎奧運所屬地點場地為河道，以國體大為訓練場，不定時至北部各開放水域移地訓練轉換訓練與適應水流。

2. 已接洽配合之開放水域基隆瑞濱海域、龍洞四季灣、新北市碧潭風景區青潭堰、新北市微風運河。

C、 預定參加之國際賽：

1. 2023年世界盃系列賽 World Aquatics Open Water Swimming World Cup 2023 - Meet 1~3 (埃及、義大利、葡萄牙)，進入亞洲選手成績排名前四名。

2. 2023年世界游泳錦標賽公開水域賽事 (日本福岡7/12~7/19)，進入亞洲選手成績排名前四名。

3. 2023年世界盃系列賽 World Aquatics Open Water Swimming World Cup 2023 - Meet 4 (法國8/5~6)，進入亞洲選手成績排名前四名。

D、 進退場檢測標準：

(1)遴選之教練、選手必須配合國家隊調訓集中訓練，未能配合調訓者，送本會紀律委員審議，以決定警告、申

誠、禁賽或其他懲處 方式；情節重大者，取消其該階段培訓隊身分資格(黃金計畫三級 以上之選手，應另提培訓計畫專案申請)。

(2)各階段各期比賽成績未達設定之訓練目標或言行規範不佳之選 手，由教練團向本會選訓委員會報告並經審議通過者，送國訓中 心提報教育部體育署運動人才培訓輔導小組會議審議通過後行 之。出國參賽名次連續兩場賽事，未進入亞洲選手成績排名前六名者。

(2) 第2階段第一期 (自112年9月1日起至113年8月31日止)

A、 遴選方式：

- 1、選拔時間：112年參加世錦賽、2023世界盃系列賽
- 2、選拔地點：埃及、義大利、葡萄牙、日本
- 3、選拔項目及人數：依亞、奧運參賽項目，男子組與女子組十公里，男女各取3名為培訓選手。
- 4、最終出賽名單：依據2024年2月世錦賽各州成績擇優排序的男、女前一名入選。

B、 訓練地點：

1. 於國訓中心集中訓練，因受限國訓中心場地及陪練人力支援與賽事特殊因素申請專案營外合訓，考量巴黎奧運所屬地點場地為河道，以國體大為訓練場，不定時至北部各開放水域移地訓練轉換訓練與適應水流。
2. 已接洽配合之開放水域基隆瑞濱海域、龍洞四季灣、新北市碧潭風景區青潭堰、新北市微風運河。

C、 預定參加之國際賽：

1. 112年全國運動會水上運動-公開水域項目（南投日月潭，9/21~22）。
2. 2023年日月潭公開水域游泳錦標賽9/22~23，參賽選手成績排名前兩名。
3. 2023年亞洲運動會馬拉松游泳(杭州，10/6~10/7) ，目標奪牌。

4. 2024 年世界盃系列賽 World Aquatics Open Water Swimming World Cup 2023 – Meet 5 (葡萄牙12/2~3)，進入亞洲選手成績排名前三名。

D、進退場檢測標準：

(1)遴選之教練、選手必須配合國家隊調訓集中訓練，未能配合調訓者，送本會紀律委員審議，以決定警告、申誡、禁賽或其他懲處方式；情節重大者，取消其該階段培訓隊身分資格(黃金計畫三級以上之選手，應另提培訓計畫專案申請)。

(2)各階段各期比賽成績未達設定之訓練目標或言行規範不佳之選手，由教練團向本會選訓委員會報告並經審議通過者，送國訓中心提報教育部體育署運動人才培訓輔導小組會議審議通過後行之。

(3) 第2階段第二期 (自113年2月1日起至113年8月31日止)

A、遴選方式：

- 1、選拔時間：112年全國運、113年世錦賽
- 2、選拔地點：卡達多哈
- 3、選拔項目及人數：依奧運參賽項目，男子組與女子組十公里，男女各取3名為培訓選手。
- 4、最終出賽名單：依據2024年2月世錦賽各州成績擇優排序的
男、女前一名入選。

B、訓練地點：

1. 於國訓中心集中訓練，因受限國訓中心場地及陪練人力支援與賽事特殊因素申請專案營外合訓，考量巴黎奧運所屬地點場地為河道，以國體大為訓練場，不定時至北部各開放水域移地訓練轉換訓練與適應水流。
2. 已接洽配合之開放水域基隆瑞濱海域、龍洞四季灣、新北市碧潭風景區青潭堰、新北市微風運河。

C、預定參加之國際賽：

1. 2024澳洲公開水域游泳錦標賽總排名前16名。

2. 2024 年世界游泳錦標賽公開水域賽事（卡達杜哈 2/12~2/20），進入亞洲選手成績排名前二名。
3. 2024亞洲公開水域游泳錦標賽總排名前2名。
4. 2024 年世界盃系列賽 World Aquatics Open Water Swimming World Cup 2024 - Meet 1~3，進入亞洲選手成績排名前三名。

D、進退場檢測標準：

(1)遴選之教練、選手必須配合國家隊調訓集中訓練，未能配合調訓者，送本會紀律委員審議，以決定警告、申誡、禁賽或其他懲處方式；情節重大者，取消其該階段培訓隊身分資格(黃金計畫三級以上之選手，應另提培訓計畫專案申請)。

(2)各階段各期比賽成績未達設定之訓練目標或言行規範不佳之選手，由教練團向本會選訓委員會報告並經審議通過者，送國訓中心提報教育部體育署運動人才培訓輔導小組會議審議通過後行之。

四、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。

五、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：視培訓計畫應提供培訓隊專屬肌力體能訓練師、加強生化監控追蹤、心理諮詢與協助、體重控制與營養補給、技術診斷與情報搜集分析、藥檢宣導與用藥遵守及注意事項，安排每兩週或一個月安排進行運動能力檢測及心理狀態檢測，提供教練及選手檢視訓練成效。

- (二) 運動防護：希望支援物理治療師1名隨隊或支援選手每週四至五次物理治療費用補助。
- (三) 醫療：提供定期健檢、復健、醫療意外保險等。
- (四) 營養：提供選手營養補給品與平時訓練前中後即三餐飲食營養衛教諮詢等。
- (五) 伙食：中心辦理退伙補助選手用餐情形。
- (六) 選手課業輔導：因都畢業或研究生皆由選手自行與學校教授協調改為視訊課程或選手與學校協調課業自理至奧運結束。
- (七) 調訓：公假留職留薪、代課鐘點費或代理職缺費至奧運結束。
- (八) 其他：國內、外移地訓練之經費概算、出國比賽經費概算及訓練器材設備補助。

六、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。

馬拉松游泳培訓隊名單（第1.2階段）

編號	職稱	姓名	性別	出生年 (西元)	服務單位/ 就讀學校 及年級	項目/ 量級/ 位置	符合培訓標準或遴選辦法/ 建議列入儲訓原因	資格
1	教練	劉曜彰	男	1977	新北市麗園國小		符合本會培訓隊遴選第○點規定	A級
2	教練	蘇裕欽	男	1960	中華民國游泳協會		符合本會培訓隊遴選第○點規定	A級
3	選手	卓承齊	男	1997	臺灣大學碩二年級	男子馬拉松游泳	符合馬拉松游泳項目第一、二階段培訓標準	培訓
4	選手	卓沛齊	男	1999		男子馬拉松游泳	☐ 符合奧運培訓標準，成績： <u>(請填寫)</u> 2022世界游泳錦標賽公開水域十公里項目亞洲排名第6名 ☐ 符合本會培訓隊遴選第○點規定	培訓
5	選手	曾楷文	男	2000	國立體育大學四年級	男子馬拉松游泳	☐ 符合奧運培訓標準，成績： <u>(請填寫)</u> 2022亞洲公開水域游泳錦標賽公開水域十公里項目亞洲排名第5名	培訓
6	選手	廖梓丞	男	2000	國立體育大學四年級	男子馬拉松游泳	☐ 符合本會培訓隊遴選第4點規定	儲訓
7	選手	曹鈞硯	男	2007	基隆高中一年級	男子馬拉松游泳	☐ 符合本會培訓隊遴選第4點規定	儲訓
8	選手	鄧羽玢	女	1995	國立體育大學碩一年級	女子馬拉松游泳	符合游泳項目第一、二階段培訓標準	培訓
9	選手	王怡臻	女	1999	國立台灣科技大學碩一年級	女子馬拉松游泳	☐ 符合本會培訓隊遴選第4點規定	儲訓
10	選手	林璿	女	1997		女子馬拉松游泳	☐ 符合本會培訓隊遴選第4點規定	儲訓
11	選手	詹庭瑜	女	1999	國立台灣	女子	☐ 符合本會培訓隊遴選第4點規定	儲

					師範大學 二年級	馬拉 松游 泳		訓
12	選手	呂治慧	女	2005	國立台灣 科技大學 一年級	女子 馬拉 松游 泳	☐ 符合本會培訓隊遴選第4點規定	儲 訓

中華民國游泳協會參加「2024年第33屆巴黎奧林匹克運動會」

馬拉松游泳代表隊教練及選手遴選辦法

三、依據：教育部體育署111年9月8日臺教體署競（一）字第1110033477號函及

112年7月24日臺教體署競（一）字第1120029121號函辦理。

四、目的：培訓本會參加2024年第33屆巴黎奧林匹克運動會之水上運動-馬拉松游泳選手，以爭取佳績。

五、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。

六、教練（團）遴選（倘有不同職稱，應分別列明）

（一）資格條件

1、總教練：1位，由本會選訓委員會遴選派任之。

2、教練：2位，「男子組」及「女子組」各一位，由本會選訓委員會辦理公開遴選。

（二）遴選方式

1、條件：具備國家級游泳教練證並實際指導選手入選培訓隊者。

2、以入選選手人數多寡為順序，人數相同時，以指定盃賽參賽名次最佳著為優先考量，由本會選訓委員會遴選教練1-2名。

3、如有放棄擔任培訓隊教練者，則由本會選訓委員會遴選。

七、選手遴選

【依據國際奧林匹克委員會、2024巴黎奧運籌備委員會公布該競賽種類之參賽資格規定】

（一）個人席次：

1、選拔時間：2024.02.03~02.08

2、選拔地點：杜哈卡達

3、選拔標準：2024世錦賽前13名取得參賽資格，五大洲排序第一另各有一個席次名額。

八、附則

（一）代表隊教練（團）

- 1、教練以專職培訓工作、不得從事本會選訓委員會之行政工作為原則；倘有不適任之事實，經國家運動訓練中心（下稱國訓中心）及運動人才培訓輔導小組（下稱訓輔小組）委員查核屬實者，移請本會召開紀律委員會議處。
- 2、為顧及本會會務正常運作與推動並遵守利益迴避原則規範，本會之理事長、副理事長及秘書長，不得擔任教練職務；前述以外之人員如擔任教練職務，涉及本人或關係人之利益事項，應自行迴避。

（二）代表隊選手

- 1、選手須接受教練（團）指導並依訓練計畫施訓，以專注投入訓練、不得從事本會選訓委員會之行政工作為原則，日常生活事項接受教練（團）及國訓中心輔導管理；倘有違反規定之事實，經查核屬實者，移請本會召開紀律委員會議處。
- 2、除經專案核定辦理者外，未達階段標準或目標之選手，予以取消下階段培訓資格，未達最末階段標準或目標者，不予報名參賽。
- 3、選手於代表隊培訓、參賽期間，遵守依本會訂定組隊參加國際賽會活動人員之言行規範。

（三）代表隊之教練、選手，無故未能參加集訓或違反集訓相關規定者，送本會紀律委員會審議後，報教育部體育署備查。

（四）代表隊之教練或選手之除名，須經本會選訓委員會討論後，送國訓中心提報訓輔小組委員會議審議通過後行之。

本遴選辦法經本會選訓委員會討論通過後，函送國訓中心提報訓輔小組委員會議審議通過後公布實施，修正時亦同。

【附件三】

113年培育優秀或具潛力游泳選手實施計畫

112年11月23日選訓輔委員會第28次會議通過

一、依據：臺教體署(二)字第1120038108號來文培育優秀或具潛力運動選手計畫辦理。

二、遴選依據

(一)本計畫依據「教育部體育署培育優秀或具潛力運動選手作業要點」辦理遴選優秀或具潛力之游泳選手。

(二)遴選經過：

1. 以高中二年級以下具有在校學籍者(18歲以下)。
2. 依達公告標準(A、B)標準為培育對象。
3. 選拔賽會為113年全國中等學校運動會。
4. 個人項目總共為男女生各17項，依據遴選標準選出選手(每項至多兩人)。
5. 本計畫(國內集訓、國外移訓、國外比賽及滾動性調整集訓時間及比賽計畫)若無法全程參與者將不納入本計畫。

(三)培育2026亞洲運動會、及2028奧林匹克運動會達標人才：

1. 延續112年潛力計畫執行。
2. 2023年亞洲分齡游泳錦標賽入選者。
3. 於113年寒假期間進行集訓及參加2024亞洲分齡錦標賽。

(四)本實施計畫經本會選訓委員會會議通過，陳報教育部體育署核定後實施。

四、訓練計畫：

(一)總目標

為培育入選2028年奧林匹克運動會種子選手，及2026亞洲運動會參賽選手。

(二)計畫內容：

1. 訓練日期：自 113年1月1日起至 113年12月31日止。

(三)運科檢測：

1. 入選選手於集訓前進行運科檢測，運科團隊將針對身體組成、個人運動能力及專項運動能力進行分析並將資料提供給教練團及母隊教練作為集訓訓練及往後能力發展之依據。

(四)訓練方式：因18歲以下皆為在學學生，因此在學日採在地訓練為主，寒、暑假則採國內及國外移地訓練及參加國外比賽訓練等三種方式進行，茲將各種訓練方式說明如下：

1. 國內集訓：

- (1)訓練方式：由總教練依年度訓練計畫，提供與協助各選手教練辦理。
- (2)訓練時間：113年6/28~7/25(28天)。
- (3)訓練地點：國家訓練中心或高雄市立瑞祥高中。
- (4)訓練教練：由入選教練擔任訓練工作，實施訓練。

1. 國外移地訓練：

- (1)訓練方式：由總教練依年度訓練計畫，提供與協助各選手教練辦理。
- (2)訓練教練：將參加國外績優俱樂部與國外選手共同訓練，入選教練擔任訓練工作，實施訓練。

(2)國外移地訓練時間地點：

A-:2023亞洲分齡錦標賽賽前集訓(昆明高原訓練):2024/1/28-2/25(28天)。

b-:2023香港公開賽及113年總統盃賽前集訓(昆明高原訓練):2024/7/26-8/23(28天)。

(3)教練人數：

A. 昆明:2人。

B. 昆明:7人。

(4)選手人數：

A. 昆明:10人。

B. 昆明:34人。

2. 參加國外比賽訓練

(1)訓練方式：訓練結合比賽方式，藉由高原訓練特殊地形提升選手體能，於賽前一周進行調整並於賽前三天返回平地適應參加國際賽事，與世界頂尖好手同場競技，以提升選手之比賽臨場實務經驗與心技戰術及成績表現，激發選手潛能，提振鬥志。

(2)比賽時間地點：

A-:2023亞洲分齡錦標賽(杜哈):2024/2/26-3/9。

b-:2023香港公開賽(香港):2024/8/26-8/29。

c-:2023世界盃巡迴賽亞洲站(東京):2024/10/31~11/5。

(3)教練：

A. 杜哈:2人。

B. 香港:7人。

c. 日本:7人。

(4)參賽選手人數：

A. 杜哈:8人。

B. 香港:34人。

c. 日本:34人。

(四)訓練內容：

1. 訓練時間：依前列兩種訓練方式中之訓練計畫時間辦理。

2. 訓練地點：依前列兩種訓練方式中之訓練計畫地點辦理。

3. 訓練教練：依前列兩種訓練方式中所擬定之教練資格與人數辦理。

4. 訓練內容與課目：

(1)重量訓練：運用各分站訓練器材實施重量訓練，增強選手肌耐力及爆發力。

(2)體能訓練：

A. 重量訓練：每星期二次，共三小時。

(A)臥推。(B)仰臥起坐。(C)划船。(D)蝴蝶機。(E)坐推。

(F)肱二頭肌。(G)股四頭肌。(H)蹬腿。(I)支撐單腿。(J)扭腰。

B. 循環訓練：每項以 10-15 次為一組，實施 5-8 組。

(A)俯地挺身。(B)仰臥起坐。(C)仰臥抬腿。(D)仰臥挺腹。

(E)腰俯蹲跳。(F)跳上跳下。(G)全彎轉體。

C. 柔軟操：每項以 10-15 秒，實施 2 至 4 組。

(A)肩關節。(B)腰關節。(C)髖關節。(D)膝關節。(E)踝關節。

(F)全身柔軟操。

(3)專業技術訓練：

A. 游泳訓練及專項訓練：(A)基本技術訓練：在各種游速中保持技術穩定性。(B)耐力訓練：有氧能力。

(C)速度訓練：一般力量、速度力量和爆發力。

(D)反覆訓練：對多種訓練距離和手段的適應程度。

(E)姿勢修正及調整。

B. 規則常識講解。

C. 比賽常識講解。

D. 心理訓練與建設：

(A)目標建立。(B)毅力培養。(C)心智訓練。

(五)實施要點：

1. 年度訓練計畫需含於多年計畫內，並相互對應於年度訓練中所規定的方向和總安排，又能直接控制階段週、課的訓練。
2. 依運動員實際診斷、素質、機能、技術等各種身體生理及技能現況，制定切實可行的計畫。
3. 計畫必須符合運動訓練之客觀規律與要求，使該技術狀態形成週期性發展規律，和訓練過程形成負荷恢復規律，方能取得成效。

(六)各階段之訓練方式：

項 目	具 潛 力 游 泳 選 手
一、訓練任務	1. 強化和完善個人技、戰術，形成最佳的划頻和划幅組合，提高比賽過程中技術和戰術的穩定性。 2. 發展有氧能力，並使有氧能力達到較高水平。 3. 發展專項力量。 4. 保持良好柔軟性和協調性。 5. 注意及監控女性運動員體脂肪之增長。
二、訓練週課次	12次
三、訓練課時間	120—150 分鐘
四、訓練課運動量	6,000—8,000 公尺
五、年度運動量	200—250 萬公尺
六、水陸練習時間比例	7：3 每次陸上 45—60 分鐘
七、專項素質訓練	單項比例%
磷酸肌酸供能訓練	2—3%
糖酵解乳酸耐受訓練	5—7%
提高最大攝氧量訓練	15—25%
中強度有氧訓練	45—55%
低強度有氧訓練	15—25%
八、訓練內容	1. 專項力量和爆發力訓練，以用於水中產生最大推進力。 2. 極限速度訓練。 3. 乳酸耐受和乳酸峰值能力訓練。 4. 年度運動量達到最高點。

九、比賽目標	1. 建立與比賽有關之各因素模型。 2. 熟悉應用競賽規則，禁藥檢測的程序以及相關規定。 3. 完善比賽技術、戰術及心理調解能力。
十、訓練態度	1. 建立和加強社會責任感，培養為國爭光之榮譽感。 2. 培養頑強的意志品質。 3. 學習參與計畫的制定與實施。 4. 良好的性格特徵，既能獨立自我負責，又能協助教練幫助他人。 5. 提高個人素質（職業目標和文化教育）。 6. 使用運動心理技能（如調整和控制情緒的技能）。

每週訓練課程內容

	一	二	三	四	五	六
AM 主要課程	耐力訓練 團體訓練 9:00~11:00	耐力訓練 團體訓練 9:00~11:00	耐力訓練 團體訓練 9:00~11:00	耐力訓練 團體訓練 9:00~11:00	耐力訓練 團體訓練 9:00~11:00	耐力訓練 團體訓練 9:00~11:00
PM 主要課程	專項分組訓練 15:00~17:00	專項分組訓練 15:00~17:00	體能訓練 增能課程	專項分組訓練 15:00~17:00	專項分組訓練 15:00~17:00	體能訓練 增能課程

(七)合理之進場檢測點：

1. 進場機制：

依113年全國中等學校運動會為選拔賽會(入選標準為列表)。

五、追蹤考核機制：

(一)本計畫以經教育部體育署訓輔（專案）小組通過審核之選手，據以培訓。

(二)入選本計畫之選手，每年須由選手所屬教練研訂年度訓練計畫，於年初送本會備查，本會即依據訓練計畫派員前往督訓。

(三)督訓：由本會選訓輔委員會委員，於選手訓練期間不定期前往督考訓練成效。

(四)請教育部體育署專項與全項委員前往督導，俾以考察訓練成效，並提供本會未來執行本計畫修正之參考。

(五)入選本計畫之教練、選手不得以任何理由（含學校課業、進修、準備考試、工作、傷病等）無故不報到或不參加集訓，如有或違反集訓及各項管理與相關規定者，均依「國家運動選手訓練中心培（集）訓隊教練選手管理要點」辦理，送本會紀律委員會會議處，並陳報教育部體育署國家訓練中心（以下簡稱國訓中心）審議後行之。

(六)本計畫之教練、選手如違培（集）訓隊教練選手管理要點第八條第四項第2、3款者，提送本會紀律委員會會議處禁賽6~12個月。

(七)本計畫之教練如不遵守協會或總教練之各項組訓分工、訓練調度及提報各項訓練計畫與報告者，由總教練或本會訓練組或本會選訓輔委員會提報，送本會紀律委員會會議處解聘。

(八)獲選本計畫之選手及教練，於組訓至比賽後 2 年之內，除因學籍問題外，其在本會註冊之教練或選手名單皆不得隨意更動，如有任意變動者，將提本會紀律委員會議處以禁賽 2 年之處分。

六、教練選手遴選辦法：

(1) 教練團遴選：(7名)

一、資格條件：具B級以上游泳教練資格，並實際從事及擔任教練工作及未受本會任何停權處分，且113年度並已註冊之教練者。

二、遴選方式：

總教練:由協會選訓委員遴選派任之。

教練團之遴選：

(1) 入選本計畫選手之實際指導教練(依據協會系統 113 年註冊教練為主)。

(2) 依實際指導入選為潛力計畫選手的成績，依序遴選如下：

1. 由選訓輔委員依教練團實際功能性教練團推派執行教練一名(其餘教練名額依序遴選)。
2. 依入選選手人數多寡為遴選標準。
3. 依入選選手項目多寡為遴選標準。

(2)選手遴選:(34名)

(1)資格條件：本會113年註冊之選手及未受本會任何停權或禁賽者。

選拔賽會為113年全國中等學校運動會。

(2)遴選方式：依下列公告之標準達標遴選。

(3)達A標項目每項依序入選選手兩名，達B標項目每項依序入選最優選手一名

(4)由選訓輔委員會推薦遴選之。

113年培育優秀或具潛力游泳選手入選標準

男子 遴選標準		項目	女子 遴選標準	
A標	B標		A標	B標
23.53	23.89	50m自由式	26.49	26.85
52.75	53.09	100m自由式	56.99	57.71
1:52.07	1:55.02	200m自由式	2:05.36	2:11.41
3:56.46	4:05.54	400m自由式	4:19.00	4:31.51
8:15.11	8:31.05	800m自由式	9:08.53	9:36.07
16:09.72	16:25.36	1500m自由式	17:20.99	18:21.62
26.80	27.45	50m仰式	30.32	30.87
57.52	58.65	100m仰式	1:03.82	1:05.90
2:07.42	2:10.14	200m仰式	2:18.60	2:23.89
29.16	31.00	50m蛙式	33.43	34.62
1:04.26	1:05.09	100m蛙式	1:14.45	1:17.06
2:23.43	2:28.07	200m蛙式	2:37.57	2:46.03
24.71	24.94	50m蝶式	28.38	28.77
55.98	57.90	100m蝶式	1:03.25	1:03.90
2:04.17	2:07.89	200m蝶式	2:20.10	2:25.30
2:08.99	2:11.32	200m混合式	2:24.23	2:25.79
4:34.40	4:36.17	400m混合式	5:01.48	5:23.36

※本標準為最近一屆亞洲分齡賽15~17歲級A標第三名B標第五名。

※選手達標依A標優先錄取，每項至多入選兩名選手。

※該項目若無人達A標將由選訓委員推薦B標選手入選。

**中華民國游泳協會 113 年度辦理「培育優秀或具潛力運動選手計畫」
游泳經費概算表**

培育教練：7人；培育選手：34人

活動類別	協會所送計畫內容			備註
	時間/地點/人數	需求經費(合計)	需求科目明細	
2024年亞洲分齡錦標賽(賽前集訓)	1、時間1/28~2/25(28天) 2、地點：中國昆明 3、人數：21人 (1)教練 3人 (2)選手 12人 (3)物理治療師 1人 (4)防護員1人 (5)體能師1人 (6)協會行政助理1人 (7)訓輔委員2人	3,516,000	1、機票 21人x40,000=840,000 2、教練費(工作費) 3人x28天x1,600=134,400 3、物理治療師、防護員、體能教練及行政助理工作費 4人x28天x1,600=179,200 4、選手零用金 12人x28天x400=134,400 5、膳宿費 21人x28天x2000=1,176,000 6、保險費 21人x1,000=21,000 7、交通費 15,000x28天=420,000 8、訓練場地費： 20000x28天=560,000 9、雜費 51,000 小計3,516,000	
2024年亞洲分齡錦標賽	1、時間2/26~3/9(10天) 2、地點：菲律賓 3、人數：21人 (1)教練 3人 (2)選手 12人 (3)物理治療師 1人 (4)防護員1人 (5)體能師1人 (6)協會行政助理1人 (7)訓輔委員2人	2,562,000	1、機票 21人x30,000=630,000 2、教練費(工作費) 3人x10天x1,600=48,000 3、物理治療師、防護員、體能教練、行政助理工作費 4人x10天x1,600=64,000 4、選手零用金 12人x10天x400=48,000 5、膳宿費 21人x10天x8,000=1,680,000 6、保險費 21人x1,000=21,000 7、國外交通費 15,000x2=30,000 8、雜支： 41,000 小計2,562,000	
國內集訓	1、時間 6/28~7/25(28天) 2、地點：國訓中心 3、人數：45人 (1)教練 7人 (2)選手 34人 (3)物理治療師 2人 (4)體能訓練師1人 (5)防護員1人	5,000,000	1、教練費(工作費) 7人x28天x1,600=313,600 2、物理治療師、防護員及體能教練工作費 4人x28天x1,600=179,200 3、選手零用金 34人x28天x400=380,800 4、膳宿費 45人x28天x2400=3,024,000 5、保險費 45人x1000=45,000 6、交通費 9,000x28天=252,000 7、訓練場地費：	

			$20000 \times 28 \text{天} = 560,000$ 8、國內交通費(高鐵): $3000 \times 45 = 135,000$ 9、雜支: $110,400$ 小計5,000,000	
國外移地訓練 (高原訓練)	1、時間:7月26-8/23(28天) 2、地點:昆明 3、人數:48人 (1)教練 7人 (2)選手 34人 (3)物理治療師 2人 (4)體能訓練師1人 (5)防護員1人 (6)協會行政助理1人 (7)訓輔委員2人	6,885,800	1、機票 $48 \text{人} \times 40,000 = 1,920,000$ 2、教練費(工作費) $7 \text{人} \times 28 \text{天} \times 1,600 = 313,600$ 3、物理治療師、防護員、體能教練、行政人員工作費 $5 \text{人} \times 28 \text{天} \times 1,600 = 224,000$ 4、選手零用金 $34 \text{人} \times 28 \text{天} \times 400 = 380,800$ 5、膳宿費 $48 \text{人} \times 28 \text{天} \times 2000 = 2,688,000$ 6、保險費 $48 \text{人} \times 1,000 = 48,000$ 7、交通費 $15,000 \times 28 \text{天} = 420,000$ 8、訓練場地費: $30000 \times 28 \text{天} = 840,000$ 9、雜費 $51,400$ 小計6,885,800	
2024香港公開賽	1、時間:8月24-8/30(7天) 2、地點:香港 3、人數:48人 (1)教練 7人 (2)選手 30人 (3)物理治療師 2人 (4)體能訓練師1人 (5)防護員1人 (6)協會行政助理1人 (7)訓輔委員2人	2,764,200	1.機票費 $15,000 \times 48 \text{人} = 720,000$ 2.教練費(工作費) $7 \text{人} \times 7 \text{天} \times 1600 = 78,400$ 3、物理治療師、防護員、體能教練、行政人員工作費 $5 \text{人} \times 7 \text{天} \times 1,600 = 56,000$ 4、選手零用金 $34 \text{人} \times 7 \text{天} \times 400 = 95,200$ 5、膳宿費 $48 \text{人} \times 7 \text{天} \times 5000 = 1,680,000$ 6、保險費 $48 \text{人} \times 1000 = 48,000$ 7、國外交通費 $15,000 \times 2 = 30,000$ 8、雜支 $56,600$ 小計2,764,200	
2024世界盃游泳巡迴賽	1、時間:10月31-11/6(7天) 2、地點:日本東京 3、人數: 48人 (1)教練 7人 (2)選手 34人 (3)物理治療師 2人 (4)體能訓練師1人 (5)防護員1人 (6)協會行政助理1人 (7)訓輔委員2人	4,045,200	1.機票費 $35,000 \times 48 \text{人} = 1,680,000$ 2.教練費(工作費) $7 \text{人} \times 7 \text{天} \times 1600 = 78,400$ 3、物理治療師、防護員、體能教練、行政人員工作費 $5 \text{人} \times 7 \text{天} \times 1,600 = 56,000$ 4、選手零用金 $34 \text{人} \times 7 \text{天} \times 400 = 95,200$ 5、膳宿費 $48 \text{人} \times 7 \text{天} \times 6000 = 2,016,000$ 6、保險費 $48 \text{人} \times 1000 = 48,000$ 7、國外交通費 $15,000 \times 2 = 30,000$ 8、雜支	

			41,600 小計4,045,200	
訓練器材採購	1. 個人競賽裝備 (競賽型泳裝、競賽型泳帽、競賽型泳鏡、禦寒用大衣) 2. 個人訓練用品 (蛙鞋、划手板、浮板、彈力繩、呼吸管、瑜珈墊、拉力繩、阻力褲、阻力襪、水中及陸上拉力繩) 3. 個人服裝裝備(個人套裝、運動鞋、裝備袋) 4. 訓練用碼表 5. 選手運科檢測費用	3,267,000	45,000x34人=1,530,000 20,000x34人=680,000 8000 x34人=272,000 15000 x7=105,000 20,000 x34人=680,000 小計3,267,000	
小計		28,040,200		

備註：

一、前一年度「培育優秀或具潛力運動選手計畫」目標達成情形說明：

(一) 目標：培育 2028 洛杉磯奧運及 2026 名古屋亞運菁英人才

(二) 達成： ☐ 其他：未執行

二、計畫內容「活動類別」請依實際需求增刪表格。

【附件四】

中華民國游泳協會
113 年培育優秀或具潛力跳水運動選手實施計畫(草稿)

112 年 11 月 23 日選訓輔委員會第 28 次會議通過

- 一、 依據：臺教體署(二)字第 1120038108 號來文培育優秀或具潛力運動選手計畫辦理。
- 二、 選手名單及其應具備之培育資格：

本計畫以培育優秀及具發展潛力，並能持續參加長期組訓之跳水選手為主，以培訓2024年世界青少年跳水錦標賽、2024亞洲分齡游泳錦標賽與澳門國際跳水邀請賽跳水選手及2026年亞洲運動會為目標。選手之培育遴選資格第一階段，依據113年全國總統盃跳水錦標賽符合成績標準之選手進退場檢測點辦理遴選，自A、B、C組遴選男、女各四名，共24名選手參加組訓；第二階段依據113年培育優秀及具潛力選手計畫集訓測驗遴選A、B、C每組男、女各兩名選手參加2024年世界青少年跳水錦標賽(A、B組)與澳門國際跳水邀請賽(A、B、C組)參賽，依照遴選結果參加賽前集訓並代表參賽

遴選順序機制如下表：

組別	第一順位	第二順位	備註
A (16-18歲)	一米跳板： 男 173.85分以上、女 134.05分以上 三米跳板： 男、女生皆須完成整套正規動作	跳台與雙人項目成績優異者	1.A、B、C組皆須參加一米及三米跳板單人項目 2.以2019年亞洲分齡錦標賽1米跳板為成績標準。 A組第六名 男生前6跳 女生前5跳 B組第十名 男生前6跳 女生前5跳
B (14-15歲)	一米跳板： 男 157.3分以上、女 127.05分以上 三米跳板： 男生至少完成4個不同組別正規動作、女生至少完成3個不同組別正規動作。	跳台與雙人項目成績優異者	
C (12-13歲)	一米跳板 至少完成3個正規不同組別比賽動作 三米跳板 至少完成2個正規不同組別動作。	分數最高者	

三、遴選依據及經過：

(一)選手遴選條件

第一階段：

1. 依據 113 年總統盃跳水錦標賽一米跳板成績為遴選標準，且須參加三米跳板單人項目。
2. A 組男、女前四名之選手，成績男須達 173.85 分，女須達 134.05 分。
3. B 組男、女前四名之選手，成績男須達 157.30 分，女須達 127.05 分。
4. C 組男、女前四名之選手，男、女至少完成 3 個不同組別正規動作。
5. 如各組名額錄取不足時得於同組不限男、女選手遞補或名額依序向下遞補之，唯各組須達標才可遞補。

第二階段：(2024 年世界青少年跳水錦標賽、澳門國際跳水邀請賽)

1. 依據本會 113 年中華民國游泳協會培育優秀及具潛力選手集訓測驗(由合格之裁判依規則評分)。
2. A、B 組遴選一公尺及三公尺跳板，C 組遴選一公尺跳板，必須具備各組限定之規定及自選動作，擇優錄取各組男、女各兩名參加 2024 年世界青少年跳水錦標賽、澳門國際跳水邀請賽。
3. 第二順位以跳台及雙人項目選手優先遴選。
4. 公費選手需參與本會潛優集訓及賽前集訓才可參賽。

(二)培訓隊教練：第一階段 4 名、第二階段 2 名。

1. 培訓隊教練之資格暨遴選方式

- (1) 具中華民國身份者。
- (2) 具有本會跳水教練 B 級以上證照並實際執行訓練者，且未受本會任何停權處分。
- (3) 入選選手成績。
 - A、第一順位，入選成績優：比金牌數。
 - B、第二順位，若金牌同額比銀牌數。
 - C、第三順位，入選人數多。
 - D、第四順位，若前三順位無法產生則由本會(委員會)提名，其資格為

(1) 近二年國際賽指導教練績優者順序。

a FINA 辦理之賽會。

b 中華奧會組隊之賽事。

c 本會組隊參賽之賽事。

(a) 亞洲泳聯之賽事。

(b) 國際邀請賽。

(c) 近二年參加全國賽事教練或選手(需具備教練證)。

四、訓練計畫：

(一)總目標：2026 年亞運會，並建立亞運培訓隊長期培訓，目標亞運前八名進

入決賽。

(二) 中程目標：2024世界青少年跳水錦標賽參賽並進入複賽、2024亞洲分齡游泳錦標賽跳水參賽並進入決賽。

(三) 短期目標：澳門國際跳水邀請賽進入決賽爭取前六名。

(四) 分年計畫內容：

1. 本計畫擬定 113 年二階段集中訓練及參賽：

(1). 第一階段：

國外集訓：自 113 年 7 月 14 日起至 113 年 8 月 03 日，測驗賽暨選拔賽時間 113 年 8 月 4 日(地點：台中)，選手 24 人(依遴選結果辦理)、國內教練 4 人、物理治療師 1 人，共 28 人。

(2). 第二階段：(2024 年世界青少年錦標賽跳水、澳門國際跳水邀請賽)

- 世界青少年錦標賽跳水賽前集訓：賽前 14 日集訓，地點中國深圳，選手 8 人、國內教練 2 人、物理治療師 1 人，共 11 人。

比賽：自 113 年(未定)，地點未定，選手 8 人、國內教練 2 人、物理治療師 1 人及隨隊裁判 1 人，共 12 人。

- 澳門國際跳水邀請賽賽前集訓：賽前 14 日集訓，地點中國深圳，選手 12 人、國內教練 2 人、物理治療師 1 人，共 15 人。

比賽：自 113 年(未定)，地點澳門，選手 12 人、國內教練 2 人、物理治療師 1 人及隨隊裁判 1 人，共 16 人。

- 亞洲分齡游泳錦標賽跳水賽前集訓：賽前 14 日集訓，地點中國深圳，選手 5 人、國內教練 2 人、物理治療師 1 人，共 8 人。

比賽：自 113 年(未定)，地點菲律賓，選手 5 人、國內教練 2 人、物理治療師 1 人及隨隊裁判 1 人，共 9 人。

註：亞分由 2023 延期至 2024 舉辦，參賽選手資格維持 2023 年的遴選結果。

2. 訓練地點分二階段訓練：

第一階段：

(1) 潛優集訓：中國深圳，113 年 7 月 14 日至 113 年 8 月 03 日。

第二階段：

(1) 賽前集訓：113 年賽前 14 日，地點：中國深圳。

(2) 2024 世界青少年錦標賽跳水比賽時間：11 月底、地點：未定。

(3) 2024 澳門國際跳水邀請賽比賽時間：10 月中、地點：澳門。

(4) 2024 亞洲分齡跳水錦標賽比賽時間：2 月底、地點：菲律賓。

※各集訓階段依據教練訓練計畫調整練習。

3. 訓練時間：

(1) 星期一至星期五實施；上午 09：00 至 12：00，下午 14：00 至 18：

00。

(2) 星期六實施；上午 9:00-12:00。

4. 訓練方式及內容：專項訓練：

(1) 基本技術訓練：身體素質在各組動作中保持技術穩定性。

(2) 耐力訓練：有氧能力。

(3) 速度訓練：一般力量、速度力量和爆發力。

(4) 反覆訓練：對多種技術和運用的適應程度。

(5) 姿勢修正及調整。

(6) 心理建設：A.目標建立。B.毅力培養。實施要點：

(1) 各階段訓練重點量化概述

A. 年度訓練計畫需含於多年計畫內相互對應之下，年度訓練中所規定的方向和總安排，又能直接控制階段週、課的訓練。

B. 依運動員現況診斷、素質、機能、技術等各種內容的現實狀態基礎上，制定切實可行的計畫。

C. 計畫必須符合運動訓練客觀規律的要求，該技術狀態形成週期性發展規律，訓練過程形成負荷恢復規律，這才能取得成效。

(2) 各階段訓練方式之撰述：

項目	訓練內容
一、訓練任務	1. 強化和完善個人技術、戰術，形成最佳的動作組合，提高比賽過程中，技術和戰術的穩定性。 2. 發展專項力量。 3. 繼續保持良好柔軟性和協調性。 4. 注意控制脂肪的增長。
二、週課次	9~11
三、課時間	150~180分鐘
四、課運動量	各組基本動作養成
五、年運動量	比賽動作養成
六、水陸練習時間比例	5:5，陸上練習、水上練習。
七、專項素質訓練	跳水所需專項大肌群素質訓練
(一)基本動作訓練	1. 配合影帶教學將正確的動作印象，加深於選手的腦中，在每日的睡前及練習之中於腦中模擬，以產生正確的動作意象。 2. 在訓練中以攝影機拍攝選手的動作，從中可發現選手的缺失，也易於修正動作缺點。
(二)陸上動作訓練	走板、壓板、翻騰、轉體
(三)水上技術訓練	展開、入水、壓水花

十、訓練態度	1. 建立和加強社會責任感，培養為國爭光的榮譽感。 2. 堅強的意志品質。 3. 學習參與計畫的制定與實施。 4. 良好的性格特徵，既能獨立自我負責，又能協助教練幫助他人。 5. 提高個人素質（職業目標和文化教育）。 6. 使用運動心理技能（如調整和控制情緒的技能）。
--------	---

(五)進退場檢測點：

1. 第一階段：依據 113 年總統盃跳水錦標賽一米跳板成績為遴選標準。
2. 第二階段：依據 113 年中華民國游泳協會培育優秀及具潛力選手集訓測驗結果，由合格之裁判依規則評分。

(六)退場機制：

- 1、為增進參訓選手之競爭性，並提升訓練成效，依年度訓練計畫與選手各項運動表現及成績考評等，作為遴選機制與原則。
- 2、成績考核及檢測點：
 - (1) 113 年潛優集訓測驗。
 - (2) 選手應參加本會舉辦之 113 年總統盃跳水錦標賽且須參加單人跳板項目，以檢測具潛力選手之訓練成效，並作為國內集訓選手之遴選標準，未參加者將不得參加下期培訓(特殊狀況需佐證資料提報本會審核)。
 - (3) 教練應於各階段結束前，提交選手訓練成果報告表，以作為選手退場與否之成績考核依據。

五、追蹤考核機制：

(一)本計畫經教育部體育署訓輔小組通過審核之選手據以培訓。

(二)入選本計畫之選手每年須由選手所屬分站教練擬訂年度訓練計畫，於年中送本會備查，本會即依據訓練計畫派員前往督訓。

(三)選手培訓時間將以訓練季節期由本會選訓輔小組人員，採不定期方式前往督訓。

(四)請體育署訓輔小組專項委員會前往督導，以考察訓練成效，提供本會未來執行本計畫修正之參考。

(五)培訓期間凡違反計畫相關規定者，提送本會選訓輔、紀律委員會予以懲處

六、待支援事項：本計畫入選之人員請核予公假和職務派代，以配合集訓事宜。

1. 遴選標準依據 2019 年亞洲分齡跳水錦標賽一米跳板成績為依據(2021 年因疫情停辦，2023 年延至 2024 年尚未舉行)。
2. 設定標準 A 組男、女子第六名及 B 組男、女子組第十名。
3. 各組男子前六跳成績總和及女子前五跳成績總和。

205 1M BOYS SPRING BOARD GROUP B

10 HOSSEINI SHAYAN MOHAMMAD (2005) -- I. R. IRAN

401B	Inward Dive	1	1.5	6.5	7.0	6.5	6.5	6.5	19.5	29
101B	Forward Dive	1	1.3	6.5	6.0	6.0	6.0	6.0	18.0	28
201B	Back Dive	1	1.6	6.0	6.5	6.0	5.5	6.0	18.0	28
301B	Reverse Dive	1	1.7	4.5	5.0	5.0	4.0	5.0	14.5	24
5132D	Forward 1½ Somersaults 1 Twist	1	2.2	4.5	4.5	5.0	4.5	5.5	14.0	30
105C	Forward 2½ Somersaults	1	2.4	3.0	3.0	2.5	3.0	2.5	8.5	20

206 1M GIRLS SPRING BOARD GROUP B

10 NARINTIRA MANETCHAI (2005) -- THAILAND

101B	Forward Dive	1	1.3	5.5	6.0	5.5	5.0	5.0	16.0	20.80
201B	Back Dive	1	1.6	4.5	5.0	5.5	4.5	5.5	15.0	24.00
301B	Reverse Dive	1	1.7	5.0	5.5	5.0	4.5	4.5	14.5	24.60
401B	Inward Dive	1	1.5	6.0	6.0	6.0	6.0	6.0	18.0	27.00
5211A	Back Dive ½ Twist	1	1.8	6.0	6.0	6.0	5.0	4.5	17.0	30.60

401 1 M SPRING BOARD MEN GROUP A

6 N WILLSON SINGH (2002) -- INDIA

103B	Forward 1½ Somersaults	1	1.7	5.5	5.5	5.5	5.5	5.0	16.5	28
201B	Back Dive	1	1.6	4.5	4.5	4.5	5.0	4.5	13.5	21
301B	Reverse Dive	1	1.7	5.0	4.0	4.0	3.5	4.0	12.0	20
401B	Inward Dive	1	1.5	6.0	6.0	5.5	6.5	6.0	18.0	27
5132D	Forward 1½ Somersaults 1 Twist	1	2.2	5.0	5.5	5.0	5.5	5.5	16.0	35
105B	Forward 2½ Somersaults	1	2.6	5.0	5.5	5.0	5.5	5.5	16.0	41

402 1M SPRING BOARD WOMEN GROUP A

6 LEE YIN TING (2002) -- HONGKONG CHINA

201B	Back Dive	1	1.6	4.5	5.0	5.0	5.0	5.0	15.0	24
301B	Reverse Dive	1	1.7	5.5	6.0	5.5	5.0	6.0	17.0	28
5132D	Forward 1½ Somersaults 1 Twist	1	2.2	4.0	4.5	4.0	4.0	4.5	12.5	27
401B	Inward Dive	1	1.5	5.0	5.5	5.0	6.0	6.0	16.5	24
103B	Forward 1½ Somersaults	1	1.7	5.5	6.0	5.5	5.5	6.0	17.0	28

中華民國游泳協會
2024 年世界青少年跳水錦標賽、澳門國際跳水邀請賽
跳水教練、選手遴選辦法(草案)

113 年 00 月 00 日年度第 屆選訓委員會第 次會議通過

- 一、依據：依據教育部體育署 113 年度運動潛力優秀人才工作計畫辦理。
- 二、目的：遴選參加「2024 年世界青少年跳水錦標賽」（以下簡稱世青少）與「澳門國際跳水邀請賽」教練及選手，以締造佳績，為國爭光。
- 三、組織：由中華民國游泳協會（以下簡稱本會）選訓委員會，組成世青少與澳門國際跳水邀請賽選手選訓小組，負責有關世青少與澳門國際跳水邀請賽教練及選手之遴選暨培訓與督導事宜。
- 四、教練之遴選方式：
 - (一)具本會跳水教練資格，並實際從事及擔任教練工作及未受本會任何停權處分者。
 - (二)實際指導與訓練的選手入選為世青少與澳門國際跳水邀請賽代表隊選手。
 - (三)教練：
 1. 名額：2 人。
 2. 教練資格暨遴選方式
 - (1) 具中華民國身份者。
 - (2) 具有中華民國游泳協會跳水教練證照並實際執行訓練者，且未受本會任何停權處分。
 - (3) 入選選手成績。
 - A、第一順位，入選成績優：比金牌數。
 - B、第二順位，若金牌同額比銀牌數。
 - C、第三順位，入選人數多。
 - D、第四順位，若前三順位無法產生則由協會(委員會)提名，其資格為近年國際賽指導教練績優者順序。
 - a FINA 辦理之賽會。
 - b 中華奧會組隊之賽事。
 - c 協會組隊參賽之賽事。
 - (a) 亞洲泳聯之賽事。
 - (b) 國際邀請賽。
 - (c) 近一年參加全國賽事教練或選手(需具備教練證)。

五、選手之遴選方式：

2024 世界青少年跳水錦標賽			
組別	動作需求	名額	備註
A 組(16-18 歲) 一米&三米單人跳板	男 5 個規定動作(難度不得超過 9.0)；5 個自選動作(無難度限制) 女 5 個規定動作(難度不得超過 9.0)；4 個自選動作(無難度限制)	每組男、女各 2 名	遴選賽事： 113 年中華民國游泳協會培育優秀及具潛力選手集訓測驗
	男 5 個規定動作(難度不得超過 9.5)；5 個自選動作(無難度限制) 女 5 個規定動作(難度不得超過 9.5)；4 個自選動作(無難度限制)		
B 組(14-15 歲) 一米&三米單人跳板	男 5 個規定動作(難度不得超過 9.0)；4 個自選動作(無難度限制) 女 5 個規定動作(難度不得超過 9.0)；3 個自選動作(無難度限制)		
	男 5 個規定動作(難度不得超過 9.5)；4 個自選動作(無難度限制) 女 5 個規定動作(難度不得超過 9.5)；3 個自選動作(無難度限制)		

2024 澳門國際跳水邀請賽			
組別	動作需求	名額	備註
A 組(16-18 歲) 一米&三米單人跳板	男 5 個規定動作(難度不得超過 9.0)；5 個自選動作(無難度限制) 女 5 個規定動作(難度不得超過 9.0)；4 個自選動作(無難度限制)	每組男、女各 2 名	遴選賽事： 113 年中華民國游泳協會培育優秀及具潛力選手集訓測驗
	男 5 個規定動作(難度不得超過 9.5)；5 個自選動作(無難度限制) 女 5 個規定動作(難度不得超過 9.5)；4 個自選動作(無難度限制)		
B 組(14-15 歲)	男 5 個規定動作(難度不得超過 9.0)；4 個自選動作(無難度限制)		

一米&三米單人跳板	女 5 個規定動作(難度不得超過 9.0)；3 個自選動作(無難度限制)		
	男 5 個規定動作(難度不得超過 9.5)；4 個自選動作(無難度限制) 女 5 個規定動作(難度不得超過 9.5)；3 個自選動作(無難度限制)		
C 組(12-13 歲)一米單人跳板	男 5 個規定動作(難度不得超過 9.0)；3 個自選動作(無難度限制) 女 5 個規定動作(難度不得超過 9.0)；2 個自選動作(無難度限制)		

(一)選手：依各賽事可報名之組別，每組男、女各 2 人(依世界泳聯規定)。

(二)2024 世界青少年跳水錦標賽、澳門國際跳水邀請賽參賽選手：

1. 依據本會 113 年中華民國游泳協會培育優秀及具潛力選手集訓測驗。
2. A、B 組遴選一公尺及三公尺跳板，C 組遴選一公尺跳板，必須具備各組限定之規定及自選動作，擇優錄取參加世界青少年跳水錦標賽(A、B 組男、女各 2 人)與澳門國際跳水邀請賽(A、B、C 組男、女各 2 人)。
3. 第二順位以跳台及雙人項目選手優先遴選。
4. 公費選手需參與本會潛優集訓及賽前集訓才可參賽。

(三)自費選手：

1. 名額：世界泳聯賽規定，每個項目至多可兩人參賽為原則，公費選手優先，剩餘之缺額開放自費。
2. 資格：公費名額外，各組別(含公開組)可自費參加，自費人員需包含以下兩個條件。
 - (1)113 年度全國總統盃跳水錦標賽各組前 3 名者。
 - (2)須具備比賽規定之整套動作方可自費參加，動作規定如上。

六、隨隊裁判：由本會推派之。

七、附則：

(一)入選代表隊之教練、選手如未能參加集訓或違反集訓相關規定者，送本會紀律委員會議處。

(二)教練、選手之除名須經本會選訓委員會討論後，送本會紀律委員會辦理之。

八、本辦法經本會選訓委員會議通過後，陳請理事長核可後實施，並於協會網站公告週知，修正時亦同。

中華民國游泳協會113年度辦理「培育優秀或具潛力運動選手計畫」
跳水項目經費概算表

- 1. 2024 年亞洲分齡游泳錦標賽跳水：教練：2 人；參賽選手：男 3 人、女 2 人；物理治療師：1 人；隨隊裁判：1 人。
- 2. 113 年潛優集訓：教練：4 人；培育選手：男 12 人、女 12 人；物理治療師：1 人。
- 3. 2024 年澳門跳水邀請賽：教練：2 人；參賽選手：男 6 人、女 6 人；物理治療師：1 人；隨隊裁判：1 人。
- 4. 2024 年世界青少年跳水錦標賽：教練：2 人；參賽選手：男 4 人、女 4 人；物理治療師：1 人；隨隊裁判：1 人。

壹、經費概算：

活動類別	協會所送計畫內容			備註
	時間/地點/人數	需求經費(合計)	需求科目明細	
2024年亞洲分齡游泳錦標賽跳水項目賽前集訓	1、時間：113年2月(暫計14日) 2、地點：中國深圳 3、人數：8人 (1)教練2人 (2)選手5人 (3)物理治療師1人	1,302,200	1. 機票款 33,000*8人=264,000 2. 選手、教練、物理治療師交通費(高鐵) 4,000*8人=32,000 3. 國外交通費 12,000*14天=168,000 4. 選手零用金 400*5人*14天=28,000 5. 教練費 1,600*2人*14天=44,800 6. 膳宿費 2,400*8人*14天=268,800 7. 服裝費 4,000*8人=32,000 8. 訓練泳裝 3,000*5人=15,000 9. 訓練場地費 3,000*8*14=336,000 10. 保險費 100*8人*14天=11,200 11. 物理治療師 1,600*14天=22,400 12. 防疫費用 30,000*1=30,000 13. 訓練消耗性器材10,000*1式=10,000 14. 雜支40,000*1=40,000	

2024年亞洲分齡游泳錦標賽跳水項目	1、時間：113年2月底(暫計8日) 2、地點：菲律賓 3、人數：9人 (1)教練2人 (2)選手5人 (3)物理治療師1人 (4)隨隊裁判1人	970,400	1. 選手、教練、物理治療師交通費(高鐵) $4,000 \times 9 \text{人} = 36,000$ 2. 機票 $3,7000 \times 9 \text{人} = 333,000$ 3. 膳宿費 $6,600 \times 9 \text{人} \times 8 \text{天} = 475,200$ 4. 服裝費 $4,000 \times 9 \text{人} = 36,000$ 5. 保險費 $1200 \times 9 \text{人} = 10,800$ 6. 教練費 $1,600 \times 2 \text{人} \times 8 \text{天} = 25,600$ 7. 物理治療師 $1,600 \times 8 \text{天} = 12,800$ 8. 選手零用金 $400 \times 5 \text{人} \times 8 \text{天} = 16,000$ 9. 雜支25,000	1.依據大會指定飯店(暫定)
潛優集訓	1、時間：113年07月14日至08月03日 2、地點：中國深圳 3、人數：29人 (1)教練4人 (2)選手24人 (3)物理治療師1人	5,568,932	1. 機票款 $33,000 \times 29 \text{人} = 957,000$ 2. 選手、教練、物理治療師交通費(高鐵) $4,000 \times 29 \text{人} = 116,000$ 3. 國外交通費 $12,000 \times 21 \text{天} = 252,000$ 4. 選手零用金 $400 \times 24 \text{人} \times 22 \text{天} = 211,200$ 5. 教練費 $1,600 \times 4 \text{人} \times 22 \text{天} = 140,800$ 6. 膳宿費 $2,400 \times 29 \text{人} \times 22 \text{天} = 1,531,200$ 7. 服裝費 $4,000 \times 29 \text{人} = 116,000$ 8. 訓練泳裝 $3,000 \times 24 \text{人} = 72,000$ 9. 訓練場地費 $3,000 \times 29 \times 21 = 1,827,000$ 10. 測驗賽場地費 $50,000 \times 1 = 50,000$ 11. 測驗賽裁判費1600*7(A裁)+1200*7人(B裁)=19,600 12. 測驗賽裁判交通費 $938 \times 14 = 13,132$	※8/4結訓測驗賽暨世界青少年跳水錦標賽與澳門跳水邀請賽選拔 ※測驗賽地點：台中北區運動中心

			13. 保險費 $100 \times 29 \text{人} \times 22 \text{天} = 63,800$ 14. 物理治療師 $1,600 \times 22 \text{天} = 35,200$ 15. 防疫費用 $94,000 \times 1 = 94,000$ 16. 訓練消耗性器材20,000*1式=20,000 17. 雜支50,000*1=50,000	
2024澳門跳水邀請賽賽前集訓	1、時間：113年10月(暫計14日) 2、地點：中國深圳 3、人數：15人 (1)教練2人 (2)選手12人 (3)物理治療師1人	2,183,400	1. 機票款 $33,000 \times 15 \text{人} = 495,000$ 2. 選手、教練、物理治療師交通費(高鐵) $4,000 \times 15 \text{人} = 60,000$ 3. 國外交通費 $12,000 \times 14 \text{天} = 168,000$ 4. 選手零用金 $400 \times 12 \text{人} \times 14 \text{天} = 67,200$ 5. 教練費 $1,600 \times 2 \text{人} \times 14 \text{天} = 44,800$ 6. 膳宿費 $2,400 \times 15 \text{人} \times 14 \text{天} = 504,000$ 7. 服裝費 $4,000 \times 15 \text{人} = 60,000$ 8. 訓練泳裝 $3,000 \times 12 \text{人} = 36,000$ 9. 訓練場地費 $3,000 \times 15 \times 14 = 630,000$ 10. 保險費 $100 \times 15 \text{人} \times 14 \text{天} = 21,000$ 11. 物理治療師 $1,600 \times 14 \text{天} = 22,400$ 12. 防疫費用 $30,000 \times 1 = 30,000$ 13. 訓練消耗性器材20,000*1式=20,000 14. 雜支25,000*1=25,000	
2024澳門跳水邀請賽	1、時間：113年10月中(暫計8日) 2、地點：澳門 3、人數：16人 (1)教練2人 (2)選手12人	1,626,800	1. 選手、教練、物理治療師交通費(高鐵) $4,000 \times 16 \text{人} = 64,000$ 2. 機票 $33,000 \times 16 \text{人} = 528,000$	1.依據大會指定飯店(暫定)

	(3)物理治療師1人 (4)隨隊裁判1人		3. 膳宿費 6,600*16人*8天=844,800 4. 服裝費 4,000*16人=64,000 5. 保險費 1200*16人=19,200 6. 教練費 1,600*2人*8天=25,600 7. 物理治療師 1,600*8天=12,800 8. 選手零用金 400*12人*8天=38,400 9. 雜支30,000	
2024年世界青少年跳水錦標賽賽前集訓	1、時間：113年11月(暫計14日) 2、地點：中國深圳 3、人數：11人 (1)教練2人 (2)選手8人 (3)物理治療師1人	1,672,000	1. 機票款 33,000*11人=363,000 2. 選手、教練、物理治療師交通費(高鐵) 4,000*11人=44,000 3. 國外交通費 12,000*14天=168,000 4. 選手零用金 400*8人*14天=44,800 5. 教練費 1,600*2人*14天=44,800 6. 膳宿費 2,400*11人*14天=369,600 7. 服裝費 4,000*11人=44,000 8. 訓練泳裝 3,000*8人=24,000 9. 訓練場地費 3000*11*14=462,000 10. 保險費 100*11人*14天=15,400 11. 物理治療師 1,600*14天=22,400 12. 防疫費用 30,000*1=30,000 13. 訓練消耗性器材20,000*1式=20,000 14. 雜支20,000*1=20,000	
2024年世界青少年跳水錦標賽	1、時間：113年11月底(暫計8日) 2、地點：未定	1,366,000	1. 選手、教練、物理治療師交通費(高鐵) 4,000*12人=48,000	1.依據大會指定飯店(暫定)

	3、人數：12人 (1)教練2人 (2)選手8人 (3)物理治療師1人 (4)隨隊裁判1人		2. 機票 $4,400 \times 12 \text{人} = 528,000$ 3. 膳宿費 $6,600 \times 12 \text{人} \times 8 \text{天} = 633,600$ 4. 服裝費 $4,000 \times 12 \text{人} = 48,000$ 5. 保險費 $1200 \times 12 \text{人} = 14,400$ 6. 教練費 $1,600 \times 2 \text{人} \times 8 \text{天} = 25,600$ 7. 物理治療師 $1,600 \times 8 \text{天} = 12,800$ 8. 選手零用金 $400 \times 8 \text{人} \times 8 \text{天} = 25,600$ 9. 雜支30,000	
小計		14,689,732		

備註：

一、 前一年度「培育優秀或具潛力運動選手計畫」目標達成情形說明：如附件成果報告。

二、 計畫內容「活動類別」請依實際需求增刪表格。

貳、經費合計

項次	名稱	小計	備註
1	2024年亞洲分齡游泳錦標賽跳水賽前集訓	1,302,200	
2	2024年亞洲分齡游泳錦標賽跳水項目	970,400	
3	潛優集訓	5,568,932	
4	2024年澳門跳水邀請賽賽前集訓	2,183,400	
5	2024年澳門跳水邀請賽	1,626,800	
6	2024年世界青少年跳水錦標賽賽前集訓	1,672,000	
7	2024年世界青少年跳水錦標賽	1,366,000	
合 計		14,689,732	

【附件五】 中華民國游泳協會113年培育優秀或具潛力 公開水域游泳選手實施計畫

112年0月0日臺教體署競(二)000000000字第號函

112年11月23日選訓委員會第28次會議通過

壹、依據：

中華民國游泳協會(以下簡稱本會)依據「教育部運動發展基金辦理培育優秀或具潛力運動選手作業要點」(以下簡稱本要點)，及教育部體育署 112 年臺教體署競(二)字第 0000000000 號函辦理。

貳、計畫目標：

本計畫以培育優秀及具發展潛力，並能持續參加長期組訓之公開水域游泳選手為主，以培訓 2024 年亞洲公開水域游泳錦標賽、2024 世界青少年公開水域游泳錦標賽、世界盃馬拉松游泳系列賽、以取得 2026 亞洲運動會 2028 奧運會 參賽資格為目標。

參、選手培育資格及遴選條件：

一、培育年齡及員額：

(一)19-21歲級組(2003/01/01-2005/12/31)：男女選手各4名。

(二)16-18歲級組(2006/01/01-2008/12/31)：男女選手各4名。

(三)13-15歲級組(2009/01/01-2011/12/31)：男女選手各4名

二、遴選條件：參加本會舉辦之公開水域測驗賽成績排序前4名者，獲選為本計畫之潛力選手。本項測驗賽規劃如下：

(一)舉辦日期：113年6月3日。

(二)舉辦地點：臺中市北區國民運動中心。

(三)測驗項目：5公里(5000公尺)

(四)其他：相關報名辦法與細則以本會網站公告為準。

肆、教練資格及遴選條件

一、資格條件：具中華民國身份者，且持有本會游泳教練B級以上證照並實際執行公開水域賽事訓練者，且未受本會任何停權處分。

二、執行教練：6名，依入選本計畫選手之人數及成績比序遴選之。

伍、訓練計畫：

一、計畫訓練期程：113 年 1 月 1 日至 12 月 31 日止。

二、計畫訓練方式：因 21 歲以下皆為在學學生，因此在學日採在地(母隊)訓練為主，另採國內暑期集訓及參加國內外參賽訓練等方式進行，茲將本計畫訓練執行項目說明如下：

(一)國內暑期集訓：

1、集訓時間：自 113 年 7 月 1 日至 8 月 18 日(49 天)。

- 2、集訓地點：新北新莊國民運動中心、新泰游泳池、微風運河。
- 3、訓練方式：採集中訓練。
- 4、培育人數：教練 6 人、選手 24 人。

(二)國外參賽(暫定)：

2024世界青少年相關賽事

1. 參賽時間：113年3月
2. 參賽地點：日本
3. 參賽人數：教練4人、選手11人。
4. 訓練方式：以賽代訓。

2024日本公開水域游泳錦標賽(暫定)

1. 參賽時間：113年10月
2. 參賽地點：日本高知
3. 參賽人數：教練6人、選手24人。
4. 訓練方式：以賽代訓

2024世界公開水域游泳錦標賽

1. 參賽時間：113年10月26日-113年10月27日。
2. 參賽地點：香港
3. 參賽人數：教練4人、選手12人。
4. 訓練方式：以賽代訓

(三)國內參賽

1. 參賽時間:113年9月14日
2. 參賽地點:南投日月潭
3. 參賽人數:教練6人、選手24人
4. 訓練方式:以賽代訓

計畫訓練內容：專項訓練：

- 1、基本游泳技術訓練：身體素質在各組動作中保持技術穩定性。
- 2、耐力訓練：有氧能力、速度耐力。
- 3、速度訓練：一般力量、速度力量和爆發力。
- 4、反覆訓練：對多種技術和運用的適應程度。
- 5、公開水域戰術及調整。
- 6、開放水域游泳訓練。
- 7、運動科學學科基礎課程。
- 8、心理建設：目標建立及毅力培養。

(二)各階段訓練方式之撰述

項目	訓練內容
訓練任務	5. 強化和完善個人游泳能力、技術、戰術，形成最佳的組合，提高比賽過程中，技術和戰術的穩定性。 6. 發展專項力量。 7. 繼續保持良好抗壓性和協調性。 8. 注意控制身體脂肪的增長。
週課次	12~15
課時間	150~180 分鐘
週訓練量	週訓練量約85000~110000公尺
月訓練量	月訓練量約350,000~450,000公尺
水陸練習時間比例	2:8，陸上練習、水上練習。
專項素質訓練	公開水域所需專項大肌群素質訓練
基本游泳訓練	3. 配合開放水域比賽項目需求，增加選手的水中游訓練量，在每日的游泳訓練課表中模擬賽事分段距離，以適應比賽的距離。 4. 在訓練中觀察選手的動作，從中找出選手的缺失，修正動作缺點。
陸上肌力體能訓練	1. 針對身體各部位關節肌群依照需求，增加選手的身體素質，提高身體質量與抗壓力。 2. 在訓練中提高身體動力鍊的連結，讓選手提高身體的連動機制，減少受傷機率。
水中技術訓練	藉由浮球在泳池練習繞標過彎技術
開放水域技術訓練	每周至少安排兩次開放水域練習，讓選手實際體驗不同水域、水流、氣候、環境的差異。
訓練態度	7. 建立和加強社會責任感，培養為國爭光的榮譽感。 8. 堅強的意志品質。 9. 學習參與計畫的制定與實施。 10. 良好的性格特徵，既能獨立自我負責，又能協助教練幫助他人。 11. 提高個人素質（職業目標和文化教育）。 12. 使用運動心理技能（如調整和控制情緒的技能）。

陸、追蹤考核機制：

- (一)參與本計畫暑期集訓之選手，應報名參加本會113年全國總統盃錦標賽之1500公尺自由式項目及2024日月潭公開水域錦標賽，2024世界盃公開水域錦標賽(香港站)以作為暑期集訓成效之檢測成績。
- (二)參與本計畫教練應於各階段(賽事)結束前，提交選手訓練成果報告表，以作為教練及選手考核依據。
- (三)入選本計畫之選手，每年須由選手所屬教練研訂年度訓練計畫，於年初送本會備查，本會即依據訓練計畫派員前往督訓。
- (四)督訓：由本會選訓輔委員會委員，於選手訓練期間不定期前往督考訓練成效。
- (五)入選本計畫之教練、選手不得以任何理由（含學校課業、進修、準備考試、工作、傷病等）無故不報到或不參加集訓，如有或違反集訓及各項管理與相關規定者，送本會紀律委員會議處，並依相關程序處置。
- (六)本計畫之教練如不遵守協會或總教練之各項組訓分工、訓練調度及提報各項訓練計畫與報告者，由總教練或本會訓練組或本會選訓輔委員會提報，送本會紀律委員會議處。

本計畫經本會選訓委員會審議通過，報教育部體育署專案小組審議通過後公告實施。嗣後修正或廢止者，亦同。

中華民國游泳協會113年培育優秀或具潛力 公開水域游泳選手實施計畫-經費概算表

活動類別	協會所送計畫內容			備註
	時間/地點/人數	需求經費(合計)	需求科目明細	
國內暑期集訓	1、時間：49 日 7/1~8/18 2、地點： 新北市新莊國民運動中心、新泰游泳池、微風運河 3、人數：34人 (1)教練 6人 (2)選手 24人 (3)防護員或物治師 3人 (4)體能師1人	6,226,080	1、選手零用金： 400元×24人×49天=470,400元 2、教練費： 1,600元×6人×49天=470,400元 3、防護員或物治師、體能師： 1,600元×4人×49天=313,600元 4、膳宿費： 2,400元×34人×49天=3,998,400元 5、服裝費： 4,000元×34人=136,000 6、場地費： 120,000元×2式=240,000元 7、交通費(高鐵)： 1460元×34人次=99,280元 8、交通費(大巴)： 7000,000元×42天=294,000元 9、保險費： 1,000元×34人=34,000元 10、雜支：170,000元×1式=170,000 小計：6,226,080元	
2024世界青少年公開水域賽事(暫定)	1、時間：7 日 3/8-3/14(暫定) 2、地點： 日本(暫定) 3、人數：17人 (1)教練4人 (2)選手11人 (3)防護員或物治師2人	1,731,040	1、機票款： 33,000元×17人=561,000元 2、選手零用金： 400元×11人7天=30,800元 3、教練費： 1,600元×4人×7天=44,800元 4、防護員或物治師、體能師： 1,600元×2人×7天=22,400元 5、膳宿費： 4,500元×17人×7天=535,500元 6、交通費(高鐵)： 1460元×34人=49,640元 7、交通費(境外交通)： 40,000元×8趟=320,000元 8、報名費： 5,000元×11人=55,000 9、保險費： 1,000元×17人=17,000元 10、雜支：99,900元×1式=99,900 小計：1,731,040元	
2024日本公開水域游泳錦標賽	1、時間：6 日 10/19-10/24(暫定) 2、地點：	3,106,260	1、機票款： 33,000元×33人=1,089,000元 2、選手零用金：	

	日本高知(暫定) 3、人數:33人 (1)教練6人 (2)選手24人 (3)防護員或物治師3人		400元×24人6天=57,600元 3、教練費: 1,600元×6×6天=57,600元 4、防護員或物治師、體能師: 1,600元×3人×6天=28,800元 5、膳宿費: 6,000元×33人×6天=1,188,000 6、交通費(高鐵): 1460元×66人=96,360元 7、交通費(境外交通): 60,000元×6趟=360,000元 8、報名費: 4,000元×24人=96,000 9、保險費: 1,000元×33人=33,000元 10、雜支:99,900元×1式=99,900 小計:3,106,260元	
2024世界公開水域游泳錦標賽	1、時間:6日 10/24-11/29 2、地點: 香港 3、人數:18人 (1)教練4人 (2)選手12人 (3)防護員或物治師2人	1,786,860	1、機票款: 33,000元×18人=594,000元 2、選手零用金: 400元×12人6天=28,800元 3、教練費: 1,600元×4人×6天=38,400元 4、防護員或物治師、體能師: 1,600元×2人×6天=19,200元 5、膳宿費: 6,000元×18人×6天=648,000 6、交通費(高鐵): 1460元×36人=52,560元 7、交通費(境外交通): 40,000元×6趟=240,000元 8、報名費: 4,000元×12人=48,000 9保險費: 1,000元×18人=18,000元 10、交通費(高鐵): 1460元×66人=96,360元 雜支:99,900元×1式=99,900 小計:1,786,860元	

2024日月潭錦標賽	1、時間：4日 9/12-9/15 3、地點： 南投日月潭 3、人數：34人 (1)教練6人 (2)選手24人 (3)防護員或物治師3人 (4)體能師:1人	951,280	1、選手零用金： 400元×24人×4天=38,400元 2、教練費： 1,600元×6人×4天=38,400元 4、防護員或物治師、體能師： 1,600元×4人×4天=25,600元 5、膳宿費： 3600元×34人4天=496,600元 6、服裝費： 4,000元×68人=136,000 6、交通費(高鐵)： 1460元×66人=99,280元 7、交通費(大巴)： 6,000元×4天=24,000元 8、保險費： 1,000元×34人=34,000元 9、雜支：66,000元×1式=66,000 小計：951,280元	
訓練器材		1,200,000	個人競賽裝備 (代表隊服裝、競賽型泳裝/蛙鏡、競賽型防寒衣) 50,000×24人=1,200,000	
訓練器材		100,000	餵食桿 20,000*5支=100,000	
訓練器材		75,000	治療按摩床 25,000*3張=75,000	
小計		15,176,520		