

109 年桃園市菁英運動選手培訓計畫-週末測驗賽(划船)競賽規程

一、宗旨：

- 1.本測驗賽主要藉由以賽代訓的方式，提供選手參賽經驗及交流機會，以檢視選手基本體能、專項技術及心理素質等層面，並透過賽後講習會給予回饋，使教練及選手進行各項檢討，以利提升競技實力。
- 2.為發展本市基層划船運動，透過競賽及測驗提昇技術水準，並增進比賽實際經驗。
- 3.透過辦理講習會讓教練及選手瞭解划船規則及發展、認知運動生心理及體能訓練。

二、主辦單位：桃園市政府

三、承辦單位：桃園市體育會划船委員會

四、協辦單位：立法委員呂玉玲平鎮服務處、市議員林昭賢服務處、桃園市立武漢國民中學。

五、比賽日期：109 年 10 月 3 日(星期六)

六、比賽地點：桃園市立武漢國民中學(地址：桃園市龍潭區武中路 227 號)。

七、比賽時間：

(一)領隊會議：109 年 10 月 3 日上午 08:00，於比賽場地召開。

(二)裁判會議：109 年 10 月 3 日上午 08:15，於比賽場地召開。

(三)比賽時間：109 年 10 月 3 日上午 08:30。

八、參賽資格：凡高中、國中及國小報名須在校生或應屆畢業生。

九、競賽分組及項目：凡符合各組規定者皆可參加，可跨組(低年級可跨高年級)參賽者每人只限參加一組個人賽。

(一)高中組男子2000公尺計時排名賽(報名時須交學生証)。

1.高中男子一年級組 2.高中男子二年級組 3.高中男子三年級組

(二)高中女子組2000公尺計時排名賽(報名時須交學生証)。

1.高中女子一年級組 2.高中女子二年級組 3.高中女子三年級組

(三)國中男子組1000公尺計時排名賽(報名時須交學生証)。

1.國中男子一年級組 2.國中男子二年級組 3.國中男子三年級組

(四)國中組女子1000公尺計時排名(報名時須交學生証)。

1.國中女子一年級組 2.國中女子二年級組 3.國中女子三年級組

(五)國小男子組500公尺計時排名賽(報名時須交學生証)。

(六)國小女子組 500 公尺計時排名(報名時須交學生証)。

(七)男子接力賽：1.高中組 2.國中組 (每隊 4 人)

總距離 2000 公尺，每人划 500 公尺(交接棒正負 50 公尺內)，成績計算以四人划完 2000 公尺總計時間計算，取到小數點第一位，時間最少者為優勝。

(八)女子接力賽：1.高中組 2.國中組 (每隊 4 人)

總距離 2000 公尺，每人划 500 公尺(交接棒正負 50 公尺內)，成績計算以 4 人划完 2000 公尺總計時間計算，取到小數點第一位，時間最少者為優勝。

十、參賽辦法：以學校為單位，各單位每項報名人數不限，每人報名項目亦不限。

十一、報名辦法：

(一)報名時間：即日起 109 年 9 月 11 日(星期五)下午五點止，逾期不予受理。

(二)報名方式：

1.採網路報名：

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScWb8EQEI4XMliqjpuDk35MV_x-9UxXt8D0aNZt0Ehn6qwf5g/viewform。

2.聯絡人：陳昭元，聯絡電話：0955-017674 身分證明之影印本於比賽時繳交。

(比賽期間每人投保意外險參百萬及醫療險 30 萬)。

十二、競賽規則：

(一) 所有賽事均採用 CONCEPT 2 廠牌之測功儀進行比賽，參加者可自行調整風阻係數。

(二) 輕量級參賽者須在其參賽項目比賽前一至二小時內，著比賽服裝過磅。未符合體重標準者，不得參加該組別之項目。其他比賽項目於一小時前至檢錄處報到，如參賽者遲到或未能出席（不論任何理由），大會將不安排補賽。

(三) 參賽者須依照大會安排之測功儀進行比賽，參賽者不得自行更改，並應負妥善使用之責任，如有損壞，應負賠償之責任。

(四) 每台測功儀後，得坐一名輔佐員，輔佐員由大會安排，選手不得異議。

十三、獎勵方式：

(一)個人賽：各組前三名頒發獎牌、獎狀或獎勵金，第四~八名頒發獎狀獎勵。

(二)接力賽：各組前三名頒發獎牌、獎狀或獎勵金，第四~八名頒發獎狀獎勵。

十四、注意事項：

凡有身體不適者（如患有心臟病、高血壓或有宿疾...等者），一律禁止報名比賽，否則一切法律責任自行負責。

十五、本競賽規程由承辦單位公布後實施，如有未盡事宜，修正時亦同。

十六、承辦單位聯絡人及聯絡方式：

聯絡人：陳昭元，聯絡電話：0955-017674。

109 年桃園市菁英運動選手培訓計畫-週末測驗賽(划船)講習會

一、宗旨：

- 1.本測驗賽主要藉由以賽代訓的方式，提供選手參賽經驗及交流機會，以檢視選手基本體能、專項技術及心理素質等層面，並透過賽後講習會給予回饋，使教練及選手進行各項檢討，以利提升競技實力。
- 2.為發展本市基層划船運動，透過競賽及測驗提昇技術水準，並增進比賽實際經驗。
- 3.透過辦理講習會讓教練及選手瞭解划船規則及發展、認知運動生心理及體能訓練。

二、主辦單位：桃園市政府。

三、承辦單位：桃園市體育會划船委員會

四、協辦單位：立法委員呂玉玲平鎮服務處、市議員林昭賢服務處、桃園市立武漢國民中學。

五、報名資格：凡參加本次各場次周末測試賽皆可報名。

六、講習名額：預定 100 名（額滿截止）。

七、講習日期及時間：109 年 10 月 4 日(星期日)，上午 08:00 至下午 16:00。

八、講習地點：桃園市立武漢國民中學(地址：桃園市龍潭區武中路 227 號)。

九、報名辦法：

(一)報名時間：即日起 109 年 9 月 11 日（星期五）下午五點止，逾期不予受理。

(二)報名方式：

1.採網路報名：

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSf1lacx68wLhZtPjo1ElPwn49JAXgDt_kYUrXJVb_X9fz8vIHg/viewform。

2.聯絡人：陳昭元，聯絡電話：0955-017674。

十、本講習會由承辦單位公布後實施，如有未盡事宜，修正時亦同。

十一、承辦單位聯絡人及聯絡方式：聯絡人：陳昭元，聯絡電話：0955-017674。

109 年桃園市菁英運動選手培訓計畫-週末測驗賽(划船)講習會課程表

日 期	時 間	課 程 名 稱	講 師
109/10/4	07：30	報 到	本會
	08:10-09:00	FISA 國際划船規則	待聘
	09:10-10:00	划船專業英文	待聘
	11:10-12:00	運動心理學	待聘
	12:00-13:00	午餐	
	13:10-14:00	划船運動體能訓練	待聘
	14:10-15:00	划船運動技術分析	待聘
	15:10-16:00	划船運動戰略與戰術運用	待聘

※ 以上課程視情況（氣候）或講師臨時調整上課時間，主辦單位保有調整之權限。