

中華民國冰石壺協會114年培育優秀或具潛力運動選手實施計畫

一、依據：教育部體育署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)。

二、選手所具備之培育資格及名單如下：

(一)本計畫培育之選手具備之培育資格，符合本要點第二點第二項：具潛力運動選手之第三款：經專家學者評估認定，於冰石壺競技運動具發展潛力。

(二)冰石壺運動團體賽選手數為5人(含候補1人)，本計畫擬培訓選手為男子隊8人、女子隊選手9人，選手名單及個人基本資料如附件。

三、遴選依據及經過：

(一)國高中生，積極參與年度寒暑假訓練營及初、進階班訓練營，參加本會111、112年全國錦標賽優異表現且極具熱忱參與冰石壺運動者。

(二)經本會教練團評估認可並經本會選訓委員會會議審核通過。

四、訓練計畫

(一)總目標：2025世界冰石壺青年組錦標賽取得優勝成績、依年成績遞增、以取得2028冬季青年運動會參賽資格為目標。

(二)114年計畫：

1、訓練期程：114年2月1日至12月31日。

2、訓練地點：

(1)國內：大直極光冰場。

(2)移地訓練：芬蘭(暫定)。

(3)國際賽：芬蘭(暫定)。

3、訓練計畫：

(1)體能訓練：

甲、一般性體能：核心肌群訓練、肌耐力訓練、平衡訓練。

乙、專項性體能及專注、冷靜思考判斷能力。

(2)專項技術訓練：個人技術訓練、團隊組合技術訓練。

(3) 戰術、策略分析訓練。

(4) 放鬆訓練：比賽後的疲勞得以迅速解除，備戰下一場賽事。

4、執行內容如下表：

日期	訓練性質	地點	訓練內容
114年2-4月	國內訓練 (每週一下午8時至9時30分)	大直極光冰場	1. 體能訓練 2. 專項訓練 (1)擲壺基礎及穩定調整 (2)刷冰及肌力訓練 (3)加強建立比賽觀念 (4)選手棒次定位 3. 戰術、策略示範說明 4. 放鬆訓練 5. 冰石壺精神
6-11月	國內訓練 (每週一下午8時至9時30分)	大直極光冰場	1. 專項訓練 2. 擲壺控制及穩定度訓練 3. 確定選手定位及棒次調整 4. 戰術、策略分析訓練 5. 確實執行冰石壺精神 6. 交流賽 7. 對缺失補強
12月	國際賽含賽前訓練	俟世界總會安排	1. 賽前訓練 2. 比賽 3. 賽後檢討

(三)進退場檢測點：訂於4月及10月。

1、2-4月國內訓練：

(1) 由教練評估專項技術、出席率、團隊向心力。

(2) 缺席率大(等)於20%退場。

2、賽前移地訓練及國際參賽：

(1) 由教練評估專項技術、冰石壺精神、出席率、團隊向心力。

(2) 無法參賽者退場。

五、追蹤考核機制：成立督訓小組進行督訓，教練每個月進行評估(內容另訂)，督訓及教練評估結果提送選訓委員會討論。

六、經費概算：新臺幣168萬2,200元，如附經費概算表。

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

附件 中華民國冰石壺協會114年度辦理「培育優秀或具潛力運動選手計畫」
經費概算表

培育教練：男 4 人、女助理教練 1 人；培育選手：男 8 人、女 9 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/元 (合計)	需求科目明細	
國內集訓	1、時間：2-11月 (計25日) 2、地點：大直極光冰場 3、人數：23 (1)教練4人 (2)助理教練1人 (3)選手17人 (4)防護員1人	414,500	1. 場地費：175,000 元 (7,000*25 場) 2. 教練費：160,000 元 (1,600*100 人次) 3. 保險費：40,000 元 4. 防護員費：39,500 元 (1,700*10+1,500*15 場)	
參加國際賽會及賽前移地訓練	1、時間：11月-12月，賽前移地訓練2日、國際參賽10日，共計12日。 2、地點：未定 3、人數：14人 (1)教練 2人 (2)女性助理教練1人 (3)選手10人 (4)防護員1人	1,262,700	1. 機票費：770,000 元 (55,000*14) 2. 膳宿費：355,000 元 (2,113*14 人*12 天) 3. 賽前移地訓練場地費：16,800 元 (1,400*2 小時*2 道*3 次) 4. 防護員費：18,700 元 (1,700*11) 5. 保險費：15,000 元 6. 國外租車及交通費：20,000 元 7. 服裝費：67,200 元	1. 參加 2025 世界冰石壺青年組(男女組)錦標賽 2. 以 2024 賽事估計、匯率以 34.22 元計
訓練器材採購		5,000	刷布：5,000 元 (500*10)	消耗性器材(刷布)
小計		1,682,200	體育署補助130萬元 本會自籌38萬2,200元	

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：

(二) 達成：☐是 ☐否 ☐其他：

二、計畫內容「活動類別」請依實際需求增刪表格。

