

110 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：桃園市體育總會划船委員會

四、協辦單位：桃園市立武漢國民中學。

五、比賽日期：110 年 11 月 6 日至 7 日。

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)。

石門水庫阿姆坪生態公園。

七、比賽時間：

(一) 領隊會議：110 年 11 月 6 日上午 08:00，於比賽場地召開。

(二) 裁判會議：110 年 11 月 6 日上午 08:15，於比賽場地召開。

(三) 比賽時間：110 年 11 月 6 日上午 08:30。

八、參賽資格：凡高中、國中及國小報名須在校生。

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)室內划船

1. 高中組男子2000公尺計時排名賽。

(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

2. 高中女子組2000公尺計時排名賽。

(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

3. 國中男子組1000公尺計時排名賽。

(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

4. 國中組女子1000公尺計時排名。

(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

5. 國小男子組高年級4年級~6年級500公尺計時排名賽。

6. 國小女子組高年級4年級~6年級500公尺計時排名。

7. 國小男子組高年級1年級~3年級500公尺計時排名賽。

8. 國小女子組高年級1年級~3年級500公尺計時排名賽。

(二)水上划船

1. 高中組男子2000公尺計時排名賽。

(1)單人雙槳 (2)雙人單槳

2. 高中女子組2000公尺計時排名賽。

(1)單人雙槳 (2)雙人單槳

3. 國中男子組2000公尺計時排名賽。

(1)單人雙槳 (2)雙人單槳

4. 國中組女子2000公尺計時排名。

(1)單人雙槳 (2)雙人單槳

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 110 年 10 月 29 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 E-mail：row750118@gmail.com。

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：

各組前三名頒發獎狀，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。

110 年桃園市菁英運動選手培訓計畫-週末測驗賽(划船)室內划船

報名表

單位名稱：

聯絡人姓名：

連絡電話：

E-mail：

參賽組別：

☐ 男子組 ☐ 女子組

編號	姓 名	身分證字號	出生日期	高中組	國中組	國小高年級組	國小低年級組
			年/月/日	2000m	1000m	500m	500m
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							

領隊：

管理：

教練：

◎ 報名表不敷使用時請自行影印，請在參賽項目欄位中打「V」。

◎ 參賽項目不限但賽程間隔時間自行負責。

110 年桃園市菁英運動選手培訓計畫-週末測驗賽(划船)水上划船

報名表

單位名稱：

聯絡人姓名：

連絡電話：

E-mail：

參賽組別：

☐ 男子組

☐ 女子組

項 目	槳位	姓 名	出生日期	身份證字號
JM1X	B			
JW1X	B			
YJM1X	B			
YJW1X	B			
JM2—	B			
	S			
	替補			
JW2—	B			
	S			
	替補			
YJM2—	B			
	S			
	替補			
YJW2—	B			
	S			
	替補			

※本表不敷使用請自行影印

110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：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：110年11月14日（星期日）。

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110年10月29日（星期五）下午五點止，逾期不予受理。

（二）報名方式：

1. 採網路報名表如附件1-E-mail：row750118@gmail.com。

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。

110 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
110/11/14	07:30	報 到	本會
	08:00-09:00	FISA 國際划船規則及划船專業英文	待聘
	09:00-10:00	運動心理學	待聘
	11:00-12:00	運動禁藥	待聘
	12:00-13:00	午餐	
	13:00-14:00	划船運動技術分析及訓練監控與評估	待聘
	14:00-15:00	划船運動體能訓練	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。

110 年桃園市菁英運動選手培訓計畫-週末測驗賽(划船)講習會

報名表

序	姓名	服務單位或就讀學校	聯絡電話	備註
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				