

中華民國田徑協會106年度辦理2017年台北世大運暨2018亞運培訓選手 國外移地訓練計畫

- 一、依據：為備戰 2017 年台北世大運暨 2018 年雅加達亞運特訂此一移地訓練計畫。
- 二、目的：為提升我國田徑水準，本會近年來積極的推展各項訓練計畫，2015 年韓國光州世界大學運動會更展現培訓成果，榮獲一銀一銅（標槍、跳高），為我國參加世界性比賽難得的佳績成績，為低迷的田徑界注入令人振奮的強心劑。今為延續本會多年來積極培訓潛優選手及落實基層紮根的訓練工作，並針對目前我國具亞洲競爭力的項目及具發展性項目擬訂培訓計畫，希藉長期之選手培訓，厚實我國田徑之競爭力，期 2017 年台北世大運及 2018 年雅加達亞運會再創佳績，為國爭光。
- 三、移訓人員：
 - 1、訓輔委員：陳鴻雁 1 人。
 - 2、教練：孫念祖、薛聖融、許績勝、陶武訓、Anders Borgstrom 計 5 人。
 - 3、選手：陳傑、向俊賢、余嘉軒、王偉旭、楊隆翔、楊俊瀚、陳家薰、劉兆軒、吳漢威、劉亞君、鄭兆村、黃士峰、王偉任、李采懌、張竹、張珈鳳、游雅君、洪鈺釗、葉守博、魏溢慶、魏泰陞、李慧君計 22 人。
 - 4、物理治療師：李瑋君 1 人。
- 四、日本教練：聘請專項教練協助指導
- 五、移訓地點：日本一鹿兒島縣一鹿屋體育大學。
- 六、移訓時間：106 年 2 月 19 日至 3 月 10 日計 20 天。
- 七、總目標：2017 年台北世大運男子標槍、跳高、跳遠、400mh、400 公尺接力、110mh（100mh）女子鐵餅及男女半程馬拉松團體賽等項目，目標主要是以突破上屆 2015 年光州世大運成績為目標，並打破全國紀錄；2018 年雅加達亞運會達到參賽標準，並以奪牌及創造個人最佳成績為總目標。有關訓練計畫在落實培訓後成效預估如下所示：

2017 年台北世大運暨 2018 年雅加達亞運成績預估表：

項目	姓名	比賽名稱	預估成績	最佳成績
男子 400mh	陳傑	世大運	48.80	49.05
		亞運會	48.50	
男子跳高	向俊賢	世大運	2.31	2.29
		亞運會	2.33	
男子 400mh	余嘉軒	世大運	49.60	50.04
		亞運會	49.20	
男子 400m	王偉旭	世大運	46.80	46.98
		亞運會	46.30	
男子 400m	楊隆翔	世大運	46.60	46.89
		亞運會	46.30	
男子 200m	楊俊瀚	世大運	20.50	20.53
		亞運會	20.40	
男子 100m	陳家薰	世大運	10.50	10.53
		亞運會	10.45	
男子 100m	劉兆軒	世大運	10.60	10.76
		亞運會	10.50	
男子 110mh	吳漢威	世大運	13.90	13.94
		亞運會	13.60	
女子 100mh	劉亞君	世大運	13.50	13.65

附件四

		亞運會	13.40	
男子標槍	鄭兆村	世大運	83	81.78
		亞運會	84	
男子標槍	黃士峰	世大運	84	83.82
		亞運會	85	
男子標槍	王偉任	世大運	76	73.70
		亞運會	78	
女子鐵餅	李采懌	世大運	60	60.23
		亞運會	60.50	
女子標槍	張竹	世大運	55	55.35
		亞運會	56	
女子競走	張珈鳳	世大運	01 : 20 : 00	01 : 40 : 17
		亞運會	01 : 05 : 00	
女子半程馬拉松	游雅君	世大運	01 : 10 : 00	01 : 21 : 05
		亞運會		
男子 1500m	洪鈺釗	世大運	3 : 50 : 00	3 : 51 : 00
		亞運會	3 : 48 : 00	
男子 100m	葉守博	世大運	10.60	10.65
		亞運會	10.45	
男子 100m	魏溢慶	世大運	10.55	10.59
		亞運會	10.45	

男子 100m	魏泰陞	世大運	10.50	10.54
		亞運會	10.40	
女子標槍	李慧君	世大運	54	51.03
		亞運會	56	

八、計畫：

(二) 階段目標：培訓中預定達到之階段成績

1. 第一階段：

(1) 第一期：2016 年 9 月 1 日至 2017 年 2 月 1 日止，參加全國性錦標賽及奉准參加之國際比賽（含國外邀請賽）所創成績為依據，其成績達到標準之選手為第一階段第二期培訓對象。

(2) 第二期：2017 年 2 月 1 日至 8 月 31 日成績達參賽 2017 年世界大學動會。重點賽事：港都盃、青年杯、大專田徑錦標賽，大專運動會、亞洲田徑巡迴賽、亞洲田徑錦標賽。

(3) 總目標：2017 年台北世界大學運動會奪牌並達到計畫總目標。

2. 第二階段：2017 年 9 月 1 日至 2018 年 1 月 31 日止，成績達到 2018 年雅加達川亞運會第二階段培訓標準者，甄選為第二階段培訓選手。重點賽事：全國運動會。

3. 第三階段：2014 年 2 月 1 日至 6 月 30 日成績達到 2014 仁川亞運會第三階段培訓標準者，甄選為第三階段培訓選手。重點賽事：港都盃、青年杯、大專田徑錦標賽，大專運動會。

4. 總目標：2018 年雅加達亞洲運動會奪牌並達到計畫總目標。

(三) 訓練起訖日期：

自 2016 年 9 月 1 日起開始培訓至 2018 年 8 月 31 日總目標比賽結束檢討後止。

(四) 階段劃分及訓練地點：(以培訓期間之時段作劃分)

1. 第一階段：自本計畫頒布日起至 2017 年 8 月 31 日止，分二期實施。

附件四

(1)第一期：自 2016 年 9 月 1 日起至 2017 年 1 月 31 日止。共 4 個月，於
國家訓練中心或其他移訓地點。

(2)第二期：自 2017 年 2 月 1 日起至 2017 年 8 月 31 日止。共 7 個月，於
國家訓練中心或其他移訓地點。

2.第二階段：自 2017 年 9 月 1 日起至 2018 年 1 月 31 日止。於國家訓練中心
或其他移訓地點。

3.第三階段總集訓：自 2018 年 2 月 1 日起至雅加達亞運會結束日止。

九、經費預算：

十、預期效益：

(一)配合培訓隊上半年度的訓練與為世大運及亞運比賽特做此移訓。

(二)透過日本移訓安排專項教練協助指導，提升更穩定的成績表現，為往後的比賽奠
下基礎。

(三)希望透過此次移訓能將個人成績做更進一步的提升，並創國家與個人最佳成績。

十一、本計畫經本會選訓會議通過送國訓中心輔導小組審議通過後公布實施，修正時亦
同。

中華民國田徑協會106年度辦理2017年台北世大運暨2018亞運培訓選手 國外移地訓練計畫

- 一、 依據：為備戰 2017 年台北世大運暨 2018 年雅加達亞運特訂此一移地訓練計畫。
- 二、 目的：為提升我國田徑水準，本會近年來積極的推展各項訓練計畫，2015 年韓國光州世界大學運動會更展現培訓成果，榮獲一銀一銅（標槍、跳高），為我國參加世界性比賽難得的佳績成績，為低迷的田徑界注入令人振奮的強心劑。今為延續本會多年來積極培訓潛優選手及落實基層紮根的訓練工作，並針對目前我國具亞洲競爭力的項目及具發展性項目擬訂培訓計畫，希藉長期之選手培訓，厚實我國田徑之競爭力，期 2017 年台北世大運及 2018 年雅加達亞運會再創佳績，為國爭光。
- 三、 移訓人員：
 - 1、 副祕書長：邱為榮 1 人。(2 月 7 日至 9 日計 3 天)
 - 2、 選手：林哲申、馬皓瑋、賴晉豪計 3 人。
- 四、 中國教練：聘請專項教練協助指導
- 五、 移訓地點：中國—上海。
- 六、 移訓時間：106 年 2 月 7 日至 3 月 31 日計 53 天。
- 七、 總目標：因三位男子鉛球選手目前才大一（林哲申）及高三（馬皓瑋、賴晉豪）目標以 2017 年台北世大運及 2018 年雅加達亞運達標及增加國際賽經驗，希望以長期培訓及增加比賽經驗，為日後在國際賽會奪牌為總目標。有關訓練計畫在落實培訓後成效預估如下所示：

2017 年台北世大運暨 2018 年雅加達亞運成績預估表：

項目	姓名	比賽名稱	預估成績	最佳成績
男子鉛球	林哲申	世大運	17	7.26 公斤 (15.77)
		亞運會	18.50	6 公斤 (17.78)
男子鉛球	馬皓璋	世大運	17	7.26 公斤 (16.33)
		亞運會	18.50	6 公斤 (17.30)
男子鉛球	賴晉豪	世大運	17	7.26 公斤 (16.18)
		亞運會	18.50	6 公斤 (17.68)

八、訓練計畫：

(二) 階段目標：培訓中預定達到之階段成績

1. 第一階段：

(1) 第一期：2016 年 9 月 1 日至 2017 年 2 月 1 日止，參加全國性錦標賽及奉准參加之國際比賽（含國外邀請賽）所創成績為依據，其成績達到標準之選手為第一階段第二期培訓對象。

(2) 第二期：2017 年 2 月 1 日至 8 月 31 日成績達參賽 2017 年世界大學動會。重點賽事：港都盃、青年杯、大專田徑錦標賽，大專運動會、全中運、亞洲田徑巡迴賽、亞洲田徑錦標賽。

(3) 總目標：2017 年台北世界大學運動會創造個人最佳成績並達到計畫總目標。

2. 第二階段：2017 年 9 月 1 日至 2018 年 1 月 31 日止，成績達到 2018 年雅加達川亞運會第二階段培訓標準者，甄選為第二階段培訓選手。重點賽事：全國運動會。

3. 第三階段：2014 年 2 月 1 日至 6 月 30 日成績達到 2014 仁川亞運會第三階段培訓標準者，甄選為第三階段培訓選手。

重點賽事：港都盃、青年杯、大專田徑錦標賽，大專運動會。

4.總目標：達 2018 年雅加達亞洲運動會參賽標準並創造個人最佳成績達到計畫總目標。

(三) 訓練起訖日期：

自 2016 年 9 月 1 日起開始培訓至 2018 年 8 月 31 日總目標比賽結束檢討後止。

(四) 階段劃分及訓練地點：(以培訓期間之時段作劃分)

1.第一階段：自本計畫頒布日起至 2017 年 8 月 31 日止，分二期實施。

(1)第一期：自 2016 年 9 月 1 日起至 2017 年 1 月 31 日止。共 4 個月，於國家訓練中心或其他移訓地點。

(2)第二期：自 2017 年 2 月 1 日起至 2017 年 8 月 31 日止。共 7 個月，於國家訓練中心或其他移訓地點。

2.第二階段：自 2017 年 9 月 1 日起至 2018 年 1 月 31 日止。於國家訓練中心或其他移訓地點。

3.第三階段總集訓：自 2018 年 2 月 1 日起至雅加達亞運會結束日止。

九、經費預算：

十、預期效益：

(一)配合培訓隊上半年度的訓練與為世大運及亞運比賽特做此移訓。

(二)透過中國移訓安排專項教練協助指導，提升更穩定的成績表現，為往後的比賽奠下基礎。

(三)希望透過此次移訓能將個人成績做更進一步的提升，並創國家與個人最佳成績。

十一、本計畫經本會選訓會議通過送國訓中心輔導小組審議通過公布實施，修正時亦

中華民國田徑協會參加 2017 年台北世大運及 2018 年雅加達亞運培訓 跳遠、三級跳遠、全能選手移地訓練計畫

一、依據：為備戰 2017 年台北世大運暨 2018 年雅加達亞運特訂此一移地訓練計畫。

二、目的：為提升我國田徑水準，本會近年來積極的推展各項訓練計畫，2015 年韓國光州世界大學運動會更展現培訓成果，榮獲一銀一銅（標槍、跳高），為我國參加世界性比賽難得的佳績成績，為低迷的田徑界注入令人振奮的強心劑。今為延續本會多年來積極培訓潛優選手及落實基層紮根的訓練工作，並針對目前我國具亞洲競爭力的項目及具發展性項目擬訂培訓計畫，希藉長期之選手培訓，厚實我國田徑之競爭力，期 2017 年台北世大運及 2018 年雅加達亞運會再創佳績，為國爭光。

三、移訓人員：

1. 教練：許唐漢

2. 選手：林鴻敏、林子齊、林家穎、李奎龍、洪珮寧、朱佳翎、向嘉莉。

四、隨行人員：一名全職物理治療師，協助選手運動傷害物理治療服務。

五、中國教練：陳尊榮教練、陳燕平教練、牟連娟教練

六、移訓地點：中國大陸福州田徑管理中心。

七、移訓時間：第一階段 106 年 2 月 5 日(星期日)至 3 月 8 日(星期三)。

八、選手現況分析：

2017 年台北世大運暨 2018 年雅加達亞運選手培訓成績概況如下表所示：

姓名	成績	項目	最佳成績	姓名	成績	項目	最佳成績
林鴻敏		跳遠	8.04	洪珮寧		跳遠	6.09
林家穎		跳遠	7.63			三級跳遠	13.48
林子齊		跳遠	7.58	朱佳翎		七項混合運動	5519
李奎龍		三級跳遠	16.14	向嘉莉		七項混合運動	4600

九、總目標：2017 年台北世大運跳遠及三級跳遠、七項全能等項目，總目標主要是以突破上屆 2015 年光州世大運跳部遠度項目奪牌為目標，並打破全國紀錄；2018 年亞運會達成參賽，並獲得前八名目標。有關訓練計畫在落實培訓後成效預估如下所示：

2017 年台北世大運暨 2018 年雅加達亞運成績預估表：

預估獎牌	項目	姓名	比賽名稱	預估成績	最佳成績
銅牌	男子跳遠	林鴻敏	世大運	8.04 公尺	8.04 公尺
第四名			亞運會	8.10 公尺	
第六名	男子跳遠	林家穎	世大運	7.80 公尺	7.63 公尺
前八名			亞運會	7.85 公尺	
前八名	男子跳遠	林子齊	世大運	7.70 公尺	7.59 公尺
前八名			亞運會	7.80 公尺	
前六名	男子三級跳遠	李奎龍	世大運	16.30 公尺	16.14 公尺
前六名			亞運會	16.66 公尺	
前六名	女子跳遠	洪珮寧	世大運	6.30 公尺	6.09 公尺
前八名			亞運會	6.40 公尺	
前六名	女子三級跳遠		世大運	13.64 公尺	13.48 公尺
前六名			亞運會	13.80 公尺	
前八名	女子七項全能	朱佳翎	世大運	5500 分	5519 分
前八名			亞運會	5700 分	
	女子七項全能	向嘉莉	世大運		4600 分
			亞運會	5600 分	

十、訓練計畫：

(二) 階段目標：培訓中預定達到之階段成績

1. 第一階段：

(1) 第一期：2016 年 9 月 1 日至 2017 年 2 月 1 日止，參加全國性錦標賽及奉准參加之國際比賽（含國外邀請賽）所創成績為依據，其成績達到標準之選手為第一階段第二期培訓對象。

(2) 第二期：2017 年 2 月 1 日至 8 月 31 日成績達參賽 2017 年世界大學動會。

重點賽事：青年杯、大專田徑錦標賽，大專運動會、亞洲田徑巡迴賽、亞洲田徑錦標賽。

(3)總目標：2017 年台北世界大學運動會奪牌並達到計畫總目標。

2.第二階段：2017 年 9 月 1 日至 2018 年 1 月 31 日止，成績達到 2018 年雅加達川亞運會第二階段培訓標準者，甄選為第二階段培訓選手。

重點賽事：全國運動會。

3.第三階段：2014 年 2 月 1 日至 6 月 30 日成績達到 2014 仁川亞運會第三階段培訓標準者，甄選為第三階段培訓選手。

重點賽事：港都盃、青年杯、大專田徑錦標賽，大專運動會。

4.總目標：2018 年雅加達亞洲運動會奪牌並達到計畫總目標。

(三) 訓練起訖日期：

自 2016 年 9 月 1 日起開始培訓至 2018 年 8 月 31 日總目標比賽結束檢討後止。

(四) 階段劃分及訓練地點：(以培訓期間之時段作劃分)

1.第一階段：自本計畫頒布日起至 2017 年 8 月 31 日止，分二期實施。

(1)第一期：自 2016 年 9 月 1 日起至 2017 年 1 月 31 日止。共 4 個月，於國家訓練中心或其他移訓地點。

(2)第二期：自 2017 年 2 月 1 日起至 2017 年 8 月 31 日止。共 7 個月，於國家訓練中心或其他移訓地點。

2.第二階段：自 2017 年 9 月 1 日起至 2018 年 1 月 31 日止。於國家訓練中心或其他移訓地點。

3.第三階段總集訓：自 2018 年 2 月 1 日起至雅加達亞運會結束日止。

(五) 訓練方式

訓練重點量化之撰述表

階段 期別	比賽前期	比賽期	比賽前期	比賽期
起訖日期	2017.02.05 2017.03.08	2017.03.09 2017.06.04	2017.06.04 2017.08.10	2017.08.11 2017.08.19

重要比賽		青年盃 大專田徑錦標賽 大專盃 亞洲巡迴賽 亞洲盃		2017 年世大運
訓練重點	培養專項身體能力		強化專項性能力 與速度、技術強化訓練	狀況調整、比賽、前場比賽缺點修正
訓練內容 與量化撰述	全面性體能 40% 專項性體能 20% 技術訓練 20% 速度訓練 20%		速度訓練 30% 技術訓練 20% 專項性體能 20% 比賽狀況調 20% 全面性體能 10%	比賽調整 40% 技術訓練 30% 速度訓練 20% 專項性體能 10%

十一、預期效益：

(一)配合培訓隊上半年度的訓練與為世大運及亞運比賽特做此移訓。

(二)透過中國移訓安排專項教練協助指導，提升更穩定的成績表現，為往後的比賽奠下基礎。

(三)希望透過此次移訓能將個人成績做更進一步的提升，並創國家與個人最佳成績。

十二、本計畫經本會選訓會議通過送國訓中心輔導小組審議通過後公布實施，修正時亦同。

中華民國田徑協會參加 2017 年台北世大運及 2018 年雅加達亞運培訓 跳遠、三級跳遠、全能選手移地訓練計畫

- 一、依據：為備戰 2017 年台北世大運暨 2018 年雅加達亞運特訂此一移地訓練計畫。
- 二、目的：為提升我國田徑水準，本會近年來積極的推展各項訓練計畫，2015 年韓國光州世界大學運動會更展現培訓成果，榮獲一銀一銅（標槍、跳高），為我國參加世界性比賽難得的佳績成績，為低迷的田徑界注入令人振奮的強心劑。今為延續本會多年來積極培訓潛優選手及落實基層紮根的訓練工作，並針對目前我國具亞洲競爭力的項目及具發展性項目擬訂培訓計畫，希藉長期之選手培訓，厚實我國田徑之競爭力，期 2017 年台北世大運及 2018 年雅加達亞運會再創佳績，為國爭光。
- 三、移訓人員：
 1. 教練：許唐漢
 2. 選手：林鴻敏、林子齊、林家顥、李奎龍、洪珮寧、朱佳翎、向嘉莉。
- 四、隨行人員：一名全職物理師，協助選手運動傷害物理治療服務。
- 五、中國教練：陳尊榮教練、陳燕平教練、牟連娟教練
- 六、移訓地點：中國大陸福州田徑管理中心。
- 七、移訓時間：106 年 6 月 14 日至 7 月 19 日。
- 八、選手現況分析：

2017 年台北世大運暨 2018 年雅加達亞運選手培訓成績概況如下表所示：

姓名	成績	項目	最佳成績	姓名	成績	項目	最佳成績
林鴻敏		跳遠	8.04	洪珮寧		跳遠	6.09
林家顥		跳遠	7.63				三級跳遠
林子齊		跳遠	7.58	朱佳翎		七項混合運動	5519
李奎龍		三級跳遠	16.14	向嘉莉		七項混合運動	4600

- 九、總目標：2017 年台北世大運跳遠及三級跳遠、七項全能等項目，總目標主要是以突破上屆 2015 年光州世大運跳部遠度項目奪牌為目標，並打破全國紀錄；2018 年亞運會達成參賽，並獲得前八名目標。有關訓練計畫在落實培訓後成效預估如下所示：

2017 年台北世大運暨 2018 年雅加達亞運成績預估表：

預估獎牌	項目	姓名	比賽名稱	預估成績	最佳成績
銅牌	男子跳遠	林鴻敏	世大運	8.04 公尺	8.04 公尺
第四名			亞運會	8.10 公尺	
第六名	男子跳遠	林家顥	世大運	7.80 公尺	7.63 公尺
前八名			亞運會	7.85 公尺	
前八名	男子跳遠	林子齊	世大運	7.70 公尺	7.59 公尺
前八名			亞運會	7.80 公尺	
前六名	男子三級跳遠	李奎龍	世大運	16.30 公尺	16.14 公尺
前六名			亞運會	16.66 公尺	
前六名	女子跳遠	洪珮寧	世大運	6.30 公尺	6.09 公尺
前八名			亞運會	6.40 公尺	
前六名	女子三級跳遠		世大運	13.64 公尺	13.48 公尺
前六名			亞運會	13.80 公尺	
前八名	女子七項全能	朱佳翎	世大運	5500 分	5519 分
前八名			亞運會	5700 分	
	女子七項全能	向嘉莉	世大運		4600 分
			亞運會	5600 分	

十、訓練計畫：

(二) 階段目標：培訓中預定達到之階段成績

1. 第一階段：

(1) 第一期：2016 年 9 月 1 日至 2017 年 2 月 1 日止，參加全國性錦標賽及奉准參加之國際比賽（含國外邀請賽）所創成績為依據，其成績達到標準之選手為第一階段第二期培訓對象。

(2) 第二期：2017 年 2 月 1 日至 8 月 31 日成績達參賽 2017 年世界大學動會。

重點賽事：港都盃、青年盃、大專田徑錦標賽，大專運動會、

亞洲田徑巡迴賽、亞洲田徑錦標賽。

(3)總目標：2017 年台北世界大學運動會奪牌並達到計畫總目標。

2.第二階段：2017 年 9 月 1 日至 2018 年 1 月 31 日止，成績達到 2018 年雅加達川亞運會第二階段培訓標準者，甄選為第二階段培訓選手。

重點賽事：全國運動會。

3.第三階段：2014 年 2 月 1 日至 6 月 30 日成績達到 2014 仁川亞運會第三階段培訓標準者，甄選為第三階段培訓選手。

重點賽事：港都盃、青年杯、大專田徑錦標賽，大專運動會。

4.總目標：2018 年雅加達亞洲運動會奪牌並達到計畫總目標。

(三) 訓練起訖日期：

自 2016 年 9 月 1 日起開始培訓至 2018 年 8 月 31 日總目標比賽結束檢討後止。

(四) 階段劃分及訓練地點：(以培訓期間之時段作劃分)

1.第一階段：自本計畫頒布日起至 2017 年 8 月 31 日止，分二期實施。

(1)第一期：自 2016 年 9 月 1 日起至 2017 年 1 月 31 日止。共 4 個月，於國家訓練中心或其他移訓地點。

(2)第二期：自 2017 年 2 月 1 日起至 2017 年 8 月 31 日止。共 7 個月，於國家訓練中心或其他移訓地點。

2.第二階段：自 2017 年 9 月 1 日起至 2018 年 1 月 31 日止。於國家訓練中心或其他移訓地點。

3.第三階段總集訓：自 2018 年 2 月 1 日起至雅加達亞運會結束日止。

(五) 訓練方式

訓練重點量化之撰述表

階段 期別	鍛鍊期	比賽前期	比賽期
起訖日期	6 月 15 日 6 月 30 日	7 月 1 日 7 月 23 日	7 月 24 日 8 月 19 日
重要比賽			2017 年世大運

訓練重點	培養專項身體能力	強化專項性能力與速度、技術強化訓練	狀況調整、比賽、前場比賽缺點修正
訓練內容與量化撰述	全面性體能 40% 專項性體能 20% 技術訓練 20% 速度訓練 20%	速度訓練 30% 技術訓練 20% 專項性體能 20% 比賽狀況調 20% 全面性體能 10%	比賽調整 40% 技術訓練 30% 速度訓練 20% 專項性體能 10%

十一、預期效益：

- (一)配合培訓隊上半年度的訓練與為世大運及亞運比賽特做此移訓。
- (二)透過中國移訓安排專項教練協助指導，提升更穩定的成績表現，為往後的比賽奠下基礎。
- (三)希望透過此次移訓能將個人成績做更進一步的提升，並創國家與個人最佳成績。
- (一) 其他：依實際狀況提出需求

十二、本計畫經本會選訓會議通過送國訓中心輔導小組審議通過後公布實施，修正時亦同。