

中華民國帆船協會 115 年度培育優秀或具潛力運動選手實施計畫

經第 12 屆第 70 次選訓會議通過

(一) 依據：運動部發展基金辦理培育優秀或具潛力運動選手作業要點及運動部 0000 年 00 月 00 日運動部(四)字第 00000000 號函辦理。

(二) 教練、選手名單及其所具備之培育資格：經由排名賽選拔出培訓選手。

(三) 選手遴選經過及依據

(一) 選手遴選條件：

1. 帆船選手遴選資格：

(1) ILCA 7 型選手 3 位，2005 年 1 月 1 日以後出生、未滿 22 歲者。

(2) ILCA 6 型選手 6 位，2005 年 1 月 1 日以後出生、未滿 22 歲者。

(3) ILCA 4 型選手 4 位，2009 年 1 月 1 日以後出生、未滿 18 歲者。

2. 風浪板選手遴選資格：

(1) iQF0iL 選手 7 位，2005 年 1 月 1 日以後出生、未滿 22 歲者。

3. 風箏浪板選手遴選資格：

(1) Formula Kite 選手 2 位，2005 年 1 月 1 日以後出生、未滿 22 歲者。

(二) 選手遴選方式

1. 年度訓練營：

(1) 訓練營預計辦理 41 天，得分開執行。訓練營名單由排名賽成績總合進行排序，自 114 年起以最近 4 場取最佳 3 場成績依序錄取；若未有 4 場排名賽，則以實際辦理場次計算，不得扣除最差成績。錄取選手不分男女，依據排名賽成績依序錄取。

(2) 訓練營預定辦理日期、地點及遴選員額：

A. 帆船：

(A) 7 月 13 日至 8 月 22 日(41 天)，澎湖、宜蘭，ILCA 7 型選手 3 名、ILCA 6 型選手 6 名，ILCA 4 型選手 4 名

B. 風箏：

(A) 7 月 13 日至 8 月 22 日(41 天)，澎湖、台南，2 名。

C. 風浪板：

(A) 7 月 13 日至 8 月 22 日(41 天)，澎湖、台南，7 名。

2. 國際賽：欲爭取國際賽選拔參賽資格者，其參賽器材須符合各級別規則或其他相關規定；入選訓練營之選手必須參加該訓練營活動，並符合請假規定，以取得國際賽選拔參賽資格，並再視由本會辦理的排名賽成績總合進行排序。自 114 年起以最近 4 場取最佳 3 場成績依序錄取；若因故未辦理 4 場排名賽，則以實際辦理場次計算，不得扣除最差成績。遴選名額如下：

(1) 2026 年 ILCA 亞洲盃-臺灣站 (2026/3/19-3/24)

- ILCA 7 型男子組 3 名
- ILCA 6 型 6 名
- ILCA 4 型 4 名

(2) 2026 年風箏 Formula Kite 亞錦賽 (9 月，時間地點待確定) -
Formula Kite 1 名

(3) 2026 年 IQ 亞錦賽 (11 月，時間地點待確定)
- iQF0iL 4 名

(4) 2026 年泰國 ILCA 亞錦賽 (12 月)
- ILCA 7 型男子組 1 名
- ILCA 6 型 4 名
- ILCA 4 型 2 名

(5) 2026 年世界青少年帆船錦標賽 - 葡萄牙
- iQF0iL 1 名
- ILCA 6 型 1 名

3. 入選選手經教練評估同意後得轉換船型參加訓練營/賽前集訓/國際賽/其他相關活動。

4. 入選選手必須配合本計畫辦理的訓練營/賽前集訓/其他相關活動等，無法配合、拒絕參加者，視同放棄參加本計畫所規劃的國際賽選拔參賽資格，若因此導致名額從缺者，由選訓會議決議之備取名單依序遞補。無具體理由或無不可抗拒因素而臨時不參加或違反請假第 6 條第 6 項規定者，報本會紀律委員會會議處之，嚴重者將不得參與下一年度潛力計畫。

(三) 排名賽成績計算方式

1. 各個單場排名賽選手至少需下水完成 1 航次，並在啟航時限內通過啟航線，當場次排名賽總成績以實際參賽人數計算，不分性別、不分年齡，第 1 名取得分數為總人數，第 2 名取得分數為(總人數-1)分，第 3 名取得分數為(總人數-2)分，以此類推，最末名分數為 1 分，未參賽或該選手為無效成績者為 0 分。
2. 自 114 年起，每場排名賽分數累積計分，分數越高者越佳，以最近 4 場取最佳 3 場成績依序錄取；若未有 4 場排名賽，則以實際辦理場次計算，不得扣除最差成績。
3. 錄取選手須符合相關條件，排名不分男女，依據排名賽成績依序錄取。
4. 若排序成績相同者，將依最近一次排名賽的取得領先分數最多者為優先入選；再相同，則以時間第二靠近的排名賽評比。
5. 其餘比賽規定及參賽責任規定依據各個賽事競賽規程辦理。

(四) 教練遴選

(一) 教練資格：總教練應具帆船 A 級以上教練證及執行教練應具帆船 B 級以上教練證。

(二) 教練遴選方式及人數(共 5 名)：

1. 總教練：1 名。具有統合及領導能力，擔任總教練期間，需接受本會選訓委員會考核與監督。
2. 帆船教練：2 名。具領導能力及計畫執行力，能與總教練相互配合之教練。
3. 風浪板教練：1 名。具領導能力及計畫執行力，能與總教練相互配合之教練。
4. 風箏浪板教練：1 名。具領導能力及計畫執行力，能與總教練相互配合之教練。

五、訓練計畫

(一) 培訓目標

1. 以 U22 選手為主要培育對象，透過系統化訓練，提前銜接國際競技水準，作為參加各項國際賽事之準備。

2. 擴大基層選手培育量能，遴選 ILCA 4 頂尖選手，逐步引導轉型至 ILCA 6 船型，採「母雞帶小雞」模式進行傳承訓練，確保帆船運動在地永續發展，形成穩定的人才循環。
3. 培訓具潛力之優秀選手，全面提升競技實力，培養具備國際競爭力之國家隊接班梯隊，以期在國際賽事為國爭取佳績與最高榮譽。
4. 培養基層教練人才，建立完善之教練養成制度，作為未來國家代表隊教練之儲備與選任來源。
5. 國際賽績效指標：至少 50%以上選手於亞洲賽事進入前六名。以世界青年帆船錦標賽（Youth Worlds）前 50% 名次為主要國際成績目標，逐步提升選手於國際賽場的競技地位。
6. 以亞洲帆船錦標賽或單項亞錦賽之亞洲國家排名前 5 名為目標，確保我國於亞洲區具備穩定競爭力。
7. 國內賽事績效指標：各船型入選培訓選手於全國排名須達前 30%之成績。於國內各項帆船賽事取得領先名次，提升國內競技層級並建立選手自信，作為參與國際賽事的基礎實力展現。

（二）訓練時程

類別	項目	計畫內容		
		日期	地點	參加對象及遴選人數
國內排名賽	帆船、風浪板、風箏			
	第 1 場排名賽 - 風箏、風浪板	2 月	待訂臺南黃金海岸	1. 開放報名。 2. 自 114 年起每場排名賽分數累積計分，分數越高者越佳，以最近 4 場取最佳 3 場成績依序錄取；若未有 4 場排名賽，則以實際辦理場次計算，不得扣除最差成績。 3. 承上，依據排名賽累積成績遴選出本計畫活動之選手。 4. 欲爭取國際賽選拔參賽資格者，其參賽器材須符合各級別規則或其他相關規定；入選訓練營之選手必須參加該訓練營活動，並符合請假規定，以取得國際賽選拔參賽資格。 5. 餘請見本計畫、相關競賽規程及其他相關規定。
	第 1 場排名賽 - 帆船	2 月	待訂宜蘭	
	第 2 場排名賽 - 帆船、風箏	3 月 19 至 24 日	澎湖觀音亭、白坑	
	第 2 場排名賽 - 風浪板	4 月 10 至 12 日	屏東大鵬灣	
	第 3 場排名賽 - 帆船、風箏、風浪板	8 月 13 至 15 日	澎湖觀音亭	
	第 4 場排名賽 - 風浪板	9 月	待訂、澎湖觀音亭	
	第 4 場排名賽-風箏	10 月	待訂臺南黃金海岸	
	第 4 場排名賽-帆船	10 月	待確認	

年度訓練營	度訓練營 - 帆船	7 月 13 日至 8 月 22 日(41 天)	澎湖觀音亭	<ol style="list-style-type: none"> 1. 預計遴選 13 人。 2. 自 114 年起每場排名賽分數累積計分，分數越高者越佳，以最近 4 場取最佳 3 場成績依序錄取；若未有 4 場排名賽，則以實際辦理場次計算，不得扣除最差成績。 3. 承上，依據排名賽累積成績遴選出本計畫活動之選手。 4. 欲爭取國際賽選拔參賽資格者，其參賽器材須符合各級別規則或其他相關規定；入選訓練營之選手必須參加該訓練營活動，並符合請假規定，以取得國際賽選拔參賽資格。 5. 餘請見本計畫、相關競賽規程及其他相關規定。
	年度訓練營 - 風浪板	7 月 13 日至 8 月 22 日(41 天)	澎湖觀音亭， 台南漁光島	<ol style="list-style-type: none"> 1. 預計遴選 6 人。 2. 自 114 年起每場排名賽分數累積計分，分數越高者越佳，以最近 4 場取最佳 3 場成績依序錄取；若未有 4 場排名賽，則以實際辦理場次計算，不得扣除最差成績。 3. 承上，依據排名賽累積成績遴選出本計畫活動之選手。 4. 欲爭取國際賽選拔參賽資格者，其參賽器材須符合各級別規則或其他相關規定；入選訓練營之選手必須參加該訓練營活動，並符合請假規定，以取得國際賽選拔參賽資格。 5. 餘請見本計畫、相關競賽規程及其他相關規定。
	年度訓練營 - 風箏	7 月 13 日至 8 月	澎湖觀音亭、	<ol style="list-style-type: none"> 1. 遴選員額依據第三、(一)條辦

		22 日 (41 天)	台南黃金海岸	<p>理。</p> <p>2. 自 114 年起每場排名賽分數累積計分，分數越高者越佳，以最近 4 場取最佳 3 場成績依序錄取；若未有 4 場排名賽，則以實際辦理場次計算，不得扣除最差成績。</p> <p>3. 承上，依據排名賽累積成績遴選出本計畫活動之選手。</p> <p>4. 欲爭取國際賽選拔參賽資格者，其參賽器材須符合各級別規則或其他相關規定；入選訓練營之選手必須參加該訓練營活動，並符合請假規定，以取得國際賽選拔參賽資格。</p> <p>5. 餘請見本計畫、相關競賽規程及其他相關規定。</p>
國際賽事	2026 年 ILCA 亞洲盃-臺灣站	3 月 18 日至 3 月 25 日	臺灣澎湖	<p>1. 遴選員額依據第三、(一)條辦理。</p> <p>2. 自 114 年起每場排名賽分數累積計分，分數越高者越佳，以最近 4 場取最佳 3 場成績依序錄取；若未有 4 場排名賽，則以實際辦理場次計算，不得扣除最差成績。</p> <p>3. 承上，依據排名賽累積成績遴選出本計畫活動之選手。</p> <p>4. 欲爭取國際賽選拔參賽資格者，其參賽器材須符合各級別規則或其他相關規定；入選訓練營之選手必須參加該訓練營活動，並符合請假規定，以取得國際賽選拔參賽資格。</p> <p>5. 餘請見本計畫、相關競賽規程及其他相關規定。</p>
	2026 年風箏 Formula Kite 亞錦賽及賽前集訓	9 月	待確認	
	2026 年 iQF0iL 亞錦賽及賽前集訓	11 月	待確認	
	2026 年帆船 ILCA 亞洲錦標賽及賽前集訓	12 月 2 至 21 日	泰國	
	2026 年世界青少年帆船錦標賽及賽前集訓	12 月 11 至 19 日	葡萄牙	

備註：本計畫之各項活動，無具體理由或不可抗拒因素而臨時不參加、無法配合或請假違反第 6 條第 6 項規定者，視同放棄參加本計畫所規劃的國際賽參賽資

格，並報本會紀律委員會會議處之，嚴重者將不得參與下一年度潛力計畫。

(三) 培訓內容

1. 體能訓練

(1) 一般體能：敏捷性、協調性、重量訓練

(2) 專項體能：核心、肌力、肌耐力、心肺

2. 技術訓練：基本動作、戰術綜合應用、比賽規則運用、臨場實戰經驗、比賽相關知識(風況、水流、浪、地形、天氣等)

3. 心理訓練：壓力管理、自信心、專注力、自制力

六、 追蹤考核機制

(一) 選訓委員會派員定期與不定期考察培訓情況。

(二) 每階段召開選訓委員會。

(三) 集訓或於各場地分區訓練、移地訓練、國內外比賽，選訓委員會應適時派員督導。

(四) 培訓選手於培訓過程中表現不良者，違反運動員精神、學習態度、服從性、紀律不佳者，得由教練團報請選訓委員會審議通過予以懲處或淘汰。

(五) 選手因傷、被淘汰或其他因素退訓，無法繼續參加培訓，教練得依實際需求提交更換名單，經選訓委員會審議通過，報運動部核備後予以更換。

(六) 任何有關本計畫活動，請假不得超過該活動的三分之一，訓練營請假不得超過7天，無具體理由或不可抗拒因素而臨時不參加、無法配合者，由教練團報請選訓委員會審議通過予以懲處或淘汰，並報本會紀律委員會會議處之，嚴重者將不得參與下一年度潛力計畫。有關對該教練或選手之經費需求，酌減補助金額、停止補助或賠償相關費。

(七) 培訓結束，教練應依選手訓練出席率、學習態度、服從性、紀律、培訓全程表現優劣，全面檢討，提交書面報告，作為遴選116年培育潛力選手之參考。

七、 為受理性騷擾申訴及調查案件，本會設有性騷擾申訴管道：

申訴電話：02-8771-1442

申訴信箱：tpesailing@ct-sailing.org.tw

八、 本計畫經運動部審議通過後公告實施。其有嗣後修正或廢止者，亦同。