

## 中華民國舉重協會培育運動選手實施計畫

- 一、依據：教育部運動發展基金辦理培育優秀或具潛力運動選手作業要點辦理。
- 二、教練、選手名單及其所具備之培育資格如下：詳附件一
- 三、遴選依據及經過：
  - (一)選手遴選條件：依據教育部運動發展基金辦理培育優秀或具潛力運動選手作業要點第2點第2款第3目，以**本年度2014年亞運培訓隊之陪練員，102年度青年盃及全中運之成績優異選手篩選。**
  - (二)選手遴選方式：依上述條件由本會選訓委員會審查通過。
  - (三)培訓隊教練遴選：現任教練實際指導選手訓練並具B級教練資格者，依入選選手數及排序由本會選訓委員會審查通過。
- 四、訓練計畫
  - (一)總目標：參加2017年世界大學運動會爭取超越上屆成績，目標1金1銀1銅以上。
  - (二)階段目標：
    - 1、參加2013年亞洲青少年舉重錦標賽；世界青少年舉重錦標賽、亞洲青年舉重錦標賽、世界青年舉重錦標賽爭取**前8名**。2013年中國天津東亞運動會(10/6~10/15)爭取超越上屆成績。
    - 2、參加2014年中國南京青年奧林匹克運動會(8/16~28)，2014年韓國仁川亞洲運動會(9/19~10/4)爭取獎牌。
  - (三)分年計畫內容(含訓練時間、地點、訓練方式及內容)
    - 1、2013年計劃：
      - (1)訓練時間：自1月1日起至12月31日止。
      - (2)訓練方式：平日各選手在母隊訓練，暑假集中臺南市立大內國中、高雄市立鼓山高中訓練，預計7/10~7/22辦理。
      - (3)暑假國外移地訓練：赴中國長春市體育運動學校集訓，預計7/25~8/20辦理。
      - (4)以全國總統盃舉重錦標賽為檢測點。
    - 2、2014年計劃：
      - (1)訓練時間：自1月1日起至亞洲運動會賽會後止。
      - (2)訓練方式：長期集中訓練配合短期國外移地訓練。
      - (3)訓練地點：國家運動選手訓練中心。
      - (4)寒假國外移地訓練：赴中國海南島五指山集訓2週。
      - (5)暑假國外移地訓練：赴中國長春市體育運動學校集訓6週。
      - (6)以參加全國中等學校運動會、全國總統盃舉重錦標賽為檢測目標。
  - (四)進退場檢測點：
    - 1、以**總統盃成績**列為檢測之主目標，參加其他賽會之成績為輔，檢討個別選手之潛能及進步幅度。
    - 2、選手參加集訓之勤惰及培訓效果不佳者檢討除名，**次年青年盃及全中運成績列為選手遞補之依據。**
    - 3、教練委員會發現資質甚佳之選手可主動推薦，經選訓委員會審查通過納

入培訓。

五、追蹤考核機制：

(一)由本會選訓委員會配合國家運動選手訓練中心專項委員定期或不定期視察培訓情形。

(二)**總統盃辦理完竣後**，召開選訓委員會就選手成績檢討及建議改進。

(三)母隊訓練或集中訓練，國內外移地訓練及國內外比賽時，選訓委員會派員督導。

(四)國家運動選手訓練中心訓輔委員不定期督導，考核訓練狀況。

六、經費概算：

(一)2013年經費：

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。

中華民國舉重協會 102 年度辦理「培育優秀或具潛力運動選手計畫」教練選手名冊

NO	職稱	組別	級別/成績/賽會	姓名	單位	備註
1	總教練			曾進福	中華民國舉重協會教練委員會召集人	
2	教練			林建志	高雄市立鼓山高中	
3	教練			楊豐田	臺南市立大內國中	
4	教練			林玥初	臺南市立東原國中	
5	教練			陳文昕	臺東縣立知本國中	
6	教練			蒲雅玲	國立臺東大學附屬體育高中	
7	教練			張聖斌	新北市立清水高中	
8	陪練員	國女組	63/155/全中運	廖華梵	桃園縣立建國國中	
9	陪練員	國男組	50/163/青年盃	林世傑	臺東縣立知本國中	
10	陪練員	國男組	56/190/全中運	胡京杉	臺東縣立知本國中	
11	陪練員	國男組	77/197/全中運	陳羽帥	國立臺東大學附屬體育高中(國中部)	
12	陪練員	高女組	48/122/世青少	林幸樺	高雄市立文山高中	
13	陪練員	高女組	58/177/青年盃	江念欣	高雄市立文山高中	亞青運 8/16~24
14	陪練員	高女組	63/175/全中運	吳依蓓	國立臺東大學附屬體育高中	
15	陪練員	高男組	62/223/青年盃	賴力維	國立臺東大學附屬體育高中	
16	陪練員	高男組	69/251/青年盃	謝書胤	國立臺東大學附屬體育高中	亞青運 8/16~24
17	選手	國男組	62/212/青年盃	羅銘嘉	臺南市立大內國中	亞青運 8/16~24
1	選手	國女組	44/112/全中運	吳佳怡	臺南市立東原國中	
2	選手	國女組	44/108/青年盃	楊培妤	臺南市立大內國中	
3	選手	國女組	48/103/青年盃	方莞靈	臺南市立東原國中	
4	選手	國女組	53/123/青年盃	廖于萱	臺中市立東峰國中	
5	選手	國女組	53/121/全中運	余芳如	臺東縣立知本國中	
6	選手	國男組	50/190/全中運	葉富貴	臺南市立大內國中	
7	選手	國男組	56/191/全中運	莊盛閔	高雄市立湖內國中	
8	選手	國男組	69/199/全中運	鄭俊鴻	高雄市立湖內國中	
9	選手	國男組	77/203/全中運	蘇天宗	臺南市立東原國中	
10	選手	國男組	85/220/全中運	湯俊欽	臺東縣立知本國中	
11	選手	國男組	94/235/全中運	蔡鉞均	臺中市立新光國中	
12	選手	國男組	+94/267/全中運	羅鎬至	臺東縣立知本國中	
1	選手	高女組	48/158/青年盃	蔣孟君	高雄市立鼓山高中	
2	選手	高女組	53/147/全中運	劉瑋婷	高雄市立鼓山高中	
3	選手	高女組	53/142/全中運	常樹青	高雄市立鼓山高中	
4	選手	高女組	58/164/青年盃	林明依	新北市立清水高中	
5	選手	高女組	69/185/青年盃	林孟珊	高雄市立鼓山高中	
6	選手	高男組	62/240/全中運	羅坤鎧	新北市立安康高中	
7	選手	高男組	69/265/全中運	呂冠霆	新北市立清水高中	
8	選手	高男組	77/275/全中運	王念祖	國立臺東大學附屬體育高中	

中華民國舉重協會 102 年度辦理「培育優秀或具潛力運動選手計畫」教練選手名冊

NO	職稱	組別	級別/成績/賽會	姓名	單位	備註
9	選手	高男組	85/282/全中運	高恩賜	國立臺東大學附屬體育高中	
10	選手	高男組	94/285/全中運	楊昊昀	新北市立安康高中	
11	選手	高男組	105/296/全中運	張艾瑋	花蓮縣立體育實驗高中	
12	選手	高男組	+105/298/青年盃	王鈺翔	國立臺東大學附屬體育高中	

教練 7+陪練員 9 人+國中組 13 人+高中組 12 人=48 人

國中組羅銘嘉 2013 年亞洲青年運動會選手調至國訓集訓