



中華民國舉重協會
CHINESE TAIPEI WEIGHTLIFTING ASSOCIATION

2026 年亞青暨亞青少舉重錦標賽報名辦法

一、活動日期：2026 年 8 月 07 日到 8 月 14 日(共計 8 天)

二、活動地點：烏茲別克·塔什干

三、參賽年齡：

1. 亞青少 13-17 歲

2. 亞青 15-20 歲

已有 ADAMS 禁藥行蹤填報帳號者。

四、報名日期：即日起至 4 月 10 日下午 5 點前。

五、報名表 GOOGLE 表單填寫：<https://forms.gle/WkF1XLuJWkdWeN8c6>

六、行蹤通報：

※提醒：

依據國際賽事行蹤提報規定，請務必自行提報行蹤，本賽事需於參賽前 3 個月提報行蹤。(依據國際禁藥管制辦法 5.5.16 條規定需於本賽事開始前三個月前完成行蹤通報。)

※請自行已有 ADAMS 禁藥行蹤填報帳號，未完成者一律不受理報名。

七、遴選辦法：

將依據本會參加國際錦標賽遴選、培(集)訓及參賽辦法代表隊遴選辦法。

八、成績採認：

選手參加遴選需檢附以下賽事六者擇一最佳總和成績證明，做為最大量報名排序依據。

1. 2025 年亞青暨亞青少舉重標賽

2. 2025 年世界舉重錦標賽

3. 114 年全國總統盃舉重錦標賽

4. 2025 年第 3 屆巴林亞洲青年運動會

5. 115 年全國青年盃舉重錦標賽

6. 115 年全國大專運動會

最大量報名遴選男子組 16 名、女子組 16 名中，如有放棄比賽之選手，將由選訓決議是否遞補。

若有未盡事宜，由選訓會議決議。

九、依據 IWF 2026 年最新公告辦法：

選手：提供 ADEL 國際級運動員教育證書

教練：ADEL 高水平教練證書已達參賽資格

十、參賽級別：

1. 採 2025/06/01 公布之舊級別相對應 2026/08/01 公告之新級別。

2. 如比對級別重量不對稱(比對差異大時)，欲跳級下一個級別者，則以欲跳該級別對應之成績比較差距排名。

(一)亞青少 13-17 歲

NO	青少女組		青少男組	
	2025/6/1	2026/8/1	2025/6/1	2026/8/1
比對差異				
第 1 級	44kg	45kg	56kg	55kg
第 2 級	48kg	49kg	60kg	60kg
第 3 級	53kg	53kg	65kg	65kg
第 4 級	58kg	57kg	71kg	70kg
第 5 級	63kg	61kg	79kg	75kg
第 6 級	69kg	69kg	88kg	85kg
第 7 級	77kg	77kg	94kg	95kg
第 8 級	+77kg	+77kg	+94kg	+95kg

(二)亞青 15-20 歲

NO	女子組		男子組	
	2025/6/1	2026/8/1	2025/6/1	2026/8/1
比對差異				
第 1 級	48kg	49kg	60kg	60kg
第 2 級	53kg	53kg	65kg	65kg
第 3 級	58kg	57kg	71kg	70kg
第 4 級	63kg	61kg	79kg	75kg
第 5 級	69kg	69kg	88kg	85kg
第 6 級	77kg	77kg	94kg	95kg
第 7 級	86kg	86kg	110kg	110kg
第 8 級	+86kg	+86kg	+110kg	+110kg

十一、自行填報依遴選辦法成績

補充說明：

1. 請詳閱報名辦法並請於 115 年 4 月 10 下午 5:00 前完成報名，且請自行於雲端下載相關文件，如未依據本會辦法報名“視未報名成功”。
2. 為維持公平起見，請出具成績證明正式文件副本(國內賽事正式成績獎狀、國外賽事正式成績冊)，經協會審查核准後呈送選訓備查，列為遴選之依據。

以下附件請詳閱後備齊資料上傳，本會將統整收件結果並公布於網站，請密切注意官網消息

附件下載：

[附件一、中華民國舉重協會參加國際錦標賽遴選、培集訓及參賽辦法](#)

[附件二、代表隊教練選手切結書-簽名處請親簽](#)

[附件三、ADEL 國際級運動員教育計畫課程操作步驟](#)

[附件四、ADEL 高水平教練教育計畫課程操作步驟](#)

[附件五、放棄切結書-文件親簽](#)