

中華民國舉重協會參加2026年 第20屆 名古屋亞洲運動會代表隊教練及選手遴選辦法

國家運動訓練中心114年04月01日心競字第1140003044號書函備查
國家運動訓練中心115年02月12日心競字第1150001754號書函備查
國家運動訓練中心115年06月11日心競字第1150005861號書函備查

一、依據：教育部體育署 113 年 4 月 1 日臺教體署競(二)字第 1130012760 號函。

二、目的：

(一)積極強化訓練，增加實戰經驗、提昇實力，力爭2026年名古屋亞洲運動會最佳成績，奪取獎牌為國爭光。

(二)培訓 2026 年亞洲及世界舉重錦標賽、2026名古屋亞洲運動會、2028年洛杉磯奧林匹克運動會後備人才。

三、組織：由本會選訓委員會負責有關教練及選手遴選暨培訓督導等事宜。

四、教練（團）遴選

(一)代表隊教練：

1、須符合下列各項條件

(1)須為中華民國國籍，且具備中華民國體育運動總會國家A級教練資格。

(2)須由 2026 年亞運培訓隊教練中產生，且指導選手入選本屆亞運代表隊之教練。

2、遴選方式：

(1)總教練：應負責代表隊訓練、比賽等相關事宜，由代表隊教練依據下列原則遴選：

①依據國際賽事帶隊經驗、資歷及實際指導選手成績排序。

②若無適當人選擔任時，得由本會選訓委員會就培訓教練中遴選適當人選擔任。

(2)教練：由獲選代表隊選手成績排名比序遴選。

①超越參賽標準高者，排名在前。

②超越參賽標準高者且成績相同，則以最近一次比賽成績高者為優先。

五、代表隊選手遴選

(一)成績採認：採計自115年1月1日至115年6月6日截止，參加各項賽會獲得之總和成績。

(二)選手總和成績遴選比序依據

1. 2026亞洲舉重錦標賽各量級第三名成績為參賽標準；如同一國家於同

量級派有兩名選手參賽時，僅採計該國該量級最佳一名選手成績作為排序依據。

2. 成績達參賽標準者，依總和成績較佳者排名在前；如遇成績相同時，同一賽事以名次較佳者優先，不同賽事則以參賽時間較接近2026年名古屋亞洲運動會者優先。並依2026年名古屋亞洲運動會官方公告量級，遴選男、女各五量級參賽，每量級遴選一名選手。
3. 總和成績遴選量級公斤數需與2026名古屋亞運比賽量級相同。若原量級與亞運量級無法對應者，則須參加亞運選拔賽，以作為亞運代表隊遴選依據。
4. 曾因違反禁藥規定遭禁賽者，於復出參賽前亦須至少六個月納入檢測並接受二次賽外藥檢，始具參賽資格。

(三) 選手須參加 2026 年亞運總集訓方可參加亞運代表隊出國比賽。

(四) 入選代表隊選手因受傷等因素，無法代表國家出賽，依順序遞補之。

(五) 採計成績未達參賽標準之選手，如最近一年參加國內外錦標賽、運動會、選拔賽總和成績越接近參賽標準者，列為優先評估徵召對象，得綜合其近期訓練狀況與成績進步幅度，列為評估徵召對象，提報選訓委員會審議後擇優徵召。

六、附則

(一) 代表隊教練

- 1、教練以專職培訓工作為原則，倘於培訓期間有不適任之事實，經國家運動訓練中心（下稱國訓中心）及運動人才培訓輔導小組（下稱訓輔小組）委員查核屬實者，取消其資格。
- 2、為顧及本會會務正常運作與推動並遵守利益迴避原則規範，本會秘書長（含）以上人員，不得擔任教練職務。

(二) 代表隊選手

- 1、選手須接受教練（團）指導並依訓練計畫施訓，日常生活事項接受教練（團）及國訓中心輔導管理，倘於培訓期間有違反前述規定之事實，經查核屬實者，得取消培（儲）訓資格。
- 2、除經專案核定辦理者外，未達階段標準或目標之選手，予以取消下階段培訓資格，未達最末階段標準或目標者，不予報名參賽。

(三) 入選之教練、選手（含培訓、儲訓、陪練），無故未能參加集訓或違反集訓相關規定者，送本會紀律委員會審議後，報教育部體育署備查。

(四)教練或選手之除名，須經本會選訓委員會討論後，送國訓中心提報訓輔小組委員會議審議通過後行之。

七、本遴選辦法經本會選訓委員會討論通過後，函送國訓中心提報訓輔小組委員會議審議通過後公布實施，修正時亦同。

附表一

中華民國舉重協會參加 2026 年第 20 屆亞洲運動會培訓/參賽標準表

2026年第20屆亞洲運動會培訓參賽標準表（男子舉重）

項次	項目	第3階段培訓標準	2026年亞洲錦標賽第三名為參賽標準依據
		115.02.01至亞運會結束日止	
1	60 kg	277	267
2	65 kg	297	307
3	71 kg	319	314
4	79 kg	335	339
5	88 kg	346	368
6	94 kg	365	354
7	110 kg	382	381
8	+110kg	388	416

2026年第20屆亞洲運動會培訓/參賽標準表（女子舉重）

項次	項目	第3階段培訓標準	2026年亞洲錦標賽第三名為參賽標準依據
		115.02.01至亞運會結束日止	
1	48 kg	183	176
2	53 kg	193	194
3	58 kg	212	221
4	63 kg	216	215
5	69 kg	227	219
6	77 kg	236	220
7	86 kg	239	245
8	+86 kg	249	298