國民體育季刊

National Sports Quarterly

本期專題

我國參加2022年杭州亞洲運動會之回顧與展望

216

中華民國112年

第五十二卷｜第四期｜12月15日出刊

政策導向 Policy Orientation

02 我國參加2022年杭州亞洲運動會之回顧與展望
Review and Prospect of Taiwan's Participation in the 2022 Hangzhou Asian Games

本期專題 Focus Topic

我國參加2022年杭州亞洲運動會之回顧與展望

Review and Prospect of Taiwan's Participation in the 2022 Hangzhou Asian Games

04 我國參加亞運之歷史征途
A Historical Journey of Taiwan's Participation in the Asian Games
吳國譽、林玫君 Kuo-Yu Wu, Mei-Chun Lin

09 我國參加亞運田徑奪牌點將錄
Taiwan's Athletics Medal Tally in the Asian Games
許光麃 Kuang-Piao Hsu

16 我國參加2022杭州亞運選手培訓策略
Training Strategies for Athletes Participating in the 2022 Hangzhou Asian Games
藍坤田、謝奇穎 Kun-Ten Lan, Qi-Ying Xie

21 2022杭州亞運概況及我國組團參賽之介紹
Overview of the 2022 Hangzhou Asian Games and Introduction to Team Chinese Taipei
徐孝慈 Hsiao-Tzu Hsu

26 延期後的杭州亞運 中華隊整裝再出發
Postponed but undeterred, the Team Chinese Taipei gears up for a renewed journey!
李文彬、黃泰源、孫逸穎 Wen-Pin Lee, Tai-Yuan Huang, Yi-Ying Sun

32 備戰國際運動賽事之運科策略——競技助力攻略
Strategies in Sport Science for Preparing International Sports Events - Competitive Enhancement Strategies
何維華 Wei-Hua Ho

37 2022杭州亞運場館的永續發展評析
Analysis of Sustainable Development Venues of the 2022 Hangzhou Asian Games
周宇輝、簡全亮、劉昆祐 Yu-Hui Chou, Chuan-Liang Chien, Kun-Yu Liu

43 2022杭州亞運對運動產業之拉力與推力
Impact of the 2022 Hangzhou Asian Games on the Sports Industry
劉承勛、陳美燕 Cheng-Hsun Liu, Mei-Yen Chen

47 新時代新傳播——大型運動會媒體報導的轉變
New Communication for a New Era – Transformations in Media Coverage of Major Sports Events
黃顯祐 Shean-Yow Hwang

十步芳草 Celebrity Affair

62 台灣人壽保險股份有限公司 從國球到全民健走 為健康永續播下種子
Taiwan Life Insurance Co., Ltd
Talent Everywhere - From National Sports to Nationwide Walks, Planting Seeds for Sustainable Health

運動畫頁 Sports Pictorials

66 體壇英雄　豐碩戰果的堅毅恆心
Great job again! Let's see the story of a sportsperson
編輯部 Editorial Department

署務報導 SA Report

70 教育部體育署署務報導
SA Report
教育部體育署 Sports Administration, Ministry of Education

Contents

52 杭州亞運之備戰與醫療支援
Preparation and Medical Support for the 2022 Hangzhou Asian Games
林瀛洲、曾怡鈞 Yin-Chou Lin, Yi-Chun Tseng

58 2022杭州亞運國家代表隊運動禁藥管制教育作為
2022 Hangzhou Asian Games Team Chinese Taipei Sports Drug Control Education Act
陳伯儀 Bo-I Chen

國民體育季刊 216

NATIONAL SPORTS QUARTERLY | DEC.2023

發 行 人｜鄭世忠
主 編 者｜教育部體育署國民體育季刊編輯小組
總 編 輯｜洪志昌
編輯委員｜林瀛洲、邱炳坤、高俊雄、許光麃、陳美燕、黃月桂、曾慶裕、楊廣銓、鄭志富、戴遐齡（按姓氏筆畫排列）
本期主編｜許瓊云
封面照片｜中華奧林匹克委員會、教育部體育署
執行編輯｜謝雅蕙、楊凱婷、陳貞諺
出 版 者｜教育部體育署
地　　址｜臺北市中山區朱崙街20號
電　　話｜（02）8771-1800
編 輯 部｜暐昕創意設計有限公司
電　　話｜（02）2553-6152
傳　　真｜（02）2553-6251
I S S N｜10275010
G P N｜2009002942
定　　價｜新臺幣100 元（平裝）

大事記 Key Events

80 大事記
Key Events
教育部體育署 Sports Administration, Ministry of Education

專題摘要 Issue Excerpts

89 專題中摘英譯
Chinese / English Abstracts
編輯部 Editorial Department

我國參加2022年杭州亞洲運動會之回顧與展望

文／教育部體育署

因新冠肺炎疫情影響而延誤之2022杭州亞洲運動會（以下簡稱杭州亞運），終於在2023年9月23日於中國浙江省杭州市奧體中心體育場，正式揭開為期16天的賽事序幕，共有來自亞洲45個國家或地區之奧會，約1萬2,000名菁英運動員參加40項運動種類競賽，角逐481項賽事獎牌。亞運自1951年於印度新德里首度舉辦至今年的中國杭州已經辦理了19屆，期間我國共參加了13屆。

奧林匹克運動會（以下簡稱奧運）與亞運會是我國重要的賽事指標，教育部體育署自民國104（2015）年起為備戰2017臺北世界大學運動會（以下簡稱臺北世大運），啟動選手培訓參賽機制且成績亮眼，賽後接續整體的備戰訓練體系，從潛優計畫到黃金計畫以及四級體系的選手培育，在後續的2018雅加達亞運、2019拿坡里世大運以及2020東京夏季奧運，我國選手奪牌數均有所成長，而2022杭州亞運更是拿到19金20銀28銅的優異表現，與1998曼谷亞運並列最佳成績。可見在教育部體育署的指導之下，國家訓練中心與各協會已建置完善的國家代表隊選手培訓模式。且本屆賽事最令人振奮與感動的是柔道選手楊勇緯的第1面金牌，也是我國參加歷屆亞運以來累積的第100面金牌，更具意義。

本屆杭州亞運，我國組成近800人之代表團與會，選手524人是歷屆之冠，在參賽組團過程與繁瑣程序等事務，多有賴中華奧林匹克委員會擔任賽會窗口進行各部門單位之溝通協調與準備，得以讓有史以來最龐大的代表團所有成員均能順利參賽及執行任務工作。再者，這次我國代表隊選手奪牌數追平歷年最佳成績，除了選手們平時苦練的成果外，後勤支持系統也是不可或缺的，無論是國家訓練中心提供良好的軟硬體資源及運動科學介入、中華運動禁藥防制基金會協助參賽選手取得國際級運動員教育計畫證書之作為，經驗豐富的醫療防護營養團隊亦是選手們堅強的後盾，完備的照顧讓選手能以最佳狀態上場競技獲得佳績。

近代國際大型綜合性運動賽會，除了聚焦在運動賽事與選手的競技優異表現外，主辦城

市在競賽場館的興建及永續經營方式、傳播媒體的轉播報導型態轉變與趨勢，以及舉辦運動賽會帶來的相關產業經濟效益，亦是社會大眾關注的議題。

本期《國民體育季刊》以「我國參加2022年杭州亞洲運動會之回顧與展望」為主題，從我國參與亞運的歷史回溯、獎牌回顧、奪牌名將、訓練體系、組團參賽、運科支援、醫療後勤等及參賽運動員運動禁藥教育，均透過專題加以介紹。此外，本期也收錄本屆杭州亞運在競賽場館、運動產業與媒體傳播之作法，期透過完整的介紹，將參與本屆杭州亞運予以記錄，同時亦讓讀者得以清楚瞭解我國參與歷屆亞運及本屆杭州亞運之歷程、輝煌紀錄與培訓參賽過程。

我國參加亞運之歷史征途

文／吳國譽、林玫君

壹、前言

我國參加亞洲運動會（Asian Games，以下簡稱亞運）的首金到破百金，每次都能激起國際注目並振奮國人。1954年第2屆亞運於馬尼拉舉辦，我國首次參賽，阿美族名將楊傳廣即在田徑十項全能，獲得我國亞運史上首面金牌，今（2023）年杭州亞運，再由排灣族柔道選手楊勇緯奪下第100金，引起國人關注。除了得牌的賽場風華，我國取得參賽邀請的外交角力與城市申辦，都在我國亞運征途上，留下許多艱辛的故事。

本篇簡要談我國參與亞運的歷程及申辦亞運的記事，期待讀者對大型運動賽會的參與和記載，在未來有更多元的研究興趣。

貳、從遠東運動會到亞洲運動會

亞洲奧林匹克理事會（Olympic Council of Asia，以下簡稱亞奧會）承認「遠東運動會」為亞洲最早的國際綜合性運動賽會，此運動會由菲律賓、中華民國與日本共同發起，總部設於馬尼拉（OCA, n.d.）。自1913年至1934年間，共舉辦10屆，1934年日本提出納入滿州國，中華民國提出抗議並退出，遠東運動會因而解體。同年，第1屆西亞運動會（West Asian Games）於印度新德里舉辦，僅辦一屆。

二次大戰後的1948年，亞洲各國奧會領袖於倫敦夏季奧運舉辦期間，認為亞洲各國空間位置接近、人文風俗相似，因而倡議將二戰前的遠東運動會和西亞運動會合併後擴大舉辦，亦即合併亞洲各國家奧會所舉辦的綜合賽會，稱為亞運。創立的宗旨以促進亞洲各國間相互尊重及增進友誼為主（湯銘新，1982）。

1949年於印度新德里成立亞洲運動聯合會（Asian Games Federation，為亞奧會前身），原訂同年在新德里舉辦第1屆亞運，因印度國內原因，延至1951年舉辦。第2屆後，決定依奧運方式，每隔4年舉行一次，於奧運中間年辦理（OCA, n.d.）。1981年亞洲運動聯合會更名為亞奧會，並於隔年將總部從印度新德里遷移到科威特。

參、風華與飄搖：1949 至 1970 年

首屆亞運，我國缺席。時因主辦國印度的場地、經費及籌備不力之因素，延期舉行。當

時因「戡亂情勢逆轉」，中華民國政府退守臺灣，加上印度承認中共，因此並未邀請我方派隊參加（湯銘新，1985）。

中華民國體育協進會於1952年在臺復會，立刻籌備參與1954年第2屆馬尼拉亞運，首面亞運金牌，由楊傳廣在田徑十項全能奪下；同時，另一面金牌則由男子足球以4戰全勝的戰績拿下。1958年第3屆東京亞運，楊傳廣田徑十項全能與男子足球皆蟬聯奪冠。

1962年第4屆雅加達亞運，國際外交局勢丕變，印尼當局受到共產國際影響，力阻中華民國和以色列參賽，印尼亞運籌備會先是遲發邀請函，後又郵寄113張「空白卡紙」，假替與會的亞運身分卡，代表團無法成行；具有亞運執行委員身分的郝更生前往出席大會，被拒絕入境，印尼還逮捕我國駐雅加達的亞運聯絡員陳頤棻和華僑10餘人（汪清澄，1988；湯銘新，1985），我國未能出賽，此舉大開國際體育運動外交上的惡例。當時，亞洲各國包括《聯合報》、《香港時報》、《星島日報》、《天天日報》、《華僑日報》、《新生晚報》、《大眾報》、《真報》等報，紛紛撰文批評，對印尼政府的作法表達抗議（聯合報，1962年8月26日），國際奧會也宣布取消贊助該屆亞運，並聲明禁止懸掛奧林匹克五環旗（湯銘新，1985）。

1966年媒體揭露我方政府有意接辦第6屆亞運（聯合報，1966年2月8日），但也隨即引起討論，認為當時的國家財政狀況及標準運動場地尚有討論空間（聯合報，1966年2月9日）。1970年原訂於韓國漢城（2005年改稱首爾）舉辦第6屆亞運，韓國宣布其經濟與安全顧慮，撤回已通過之主辦權，後由曼谷連2屆舉辦亞運。

我方成績，第5屆亞運，射擊項目吳道源奪3金、田徑項目吳阿民獲得田徑十項全能金牌與紀政在女子100公尺拿下1面金牌。第6屆亞運獲得1金，由田徑項目女子100公尺的紀政蟬聯。

肆、缺席與轉身：1974 至 1986 年

1971年，聯合國通過第2758號決議，中華人民共和國取代中華民國在聯合國的中國代表權席次，體育運動方面亦受影響。

隔兩年，亞洲運動聯合會在泰國曼谷召開執委會，以5比0之表決，排除中華民國的參賽；同年，亞洲運動聯合會大會在伊朗德黑蘭召開，以38比13之表決，同樣通過排除中華民國。從此開始的4屆亞運，我國未派團參加，期間的我國好手，失去在國際賽場出賽的機會（湯銘新，1985）。

1979年國際奧會通過「名古屋協議」，引發我國籍國際奧會委員徐亨，於瑞士控告國際奧會違反其憲章並勝訴，影響了1981年我國奧會與國際奧會在瑞士洛桑簽訂協議，並且國際奧會修訂其憲章有關各國奧會參賽使用「國旗」及「國歌」之規定，修改為「代表團旗與歌」（湯銘新，1985），此後我國以「Chinese Taipei」為國家奧會名，重回國際奧林匹克運動體系（湯銘新，1996），並順利參與1984年塞拉耶佛冬季奧運及洛杉磯夏季奧運。1986年亞奧會上情勢亦有轉變，我國重新恢復

亞奧會會員資格，並獲1990年第11屆北京亞運的參賽資格（張妙瑛等，2009）。

北京亞運舉辦前，兩岸需解決「Chinese Taipei」的中文翻譯， 1989年兩岸奧會代表於香港簽訂國際奧會體系中，中文以「中華台北」代表來自臺灣地區的體育運動團隊與組織，解決於北京亞運時，我國參賽的中文名牌議題，而沿用至今。

伍、再現運動新象：1990 年至今

闊別亞運20年後，首次以「中華台北」之名參加北京亞運，此屆零金的成績並不理想，雖另有示範賽2金1銅（中華台北奧會，1992；中華奧林匹克委員會，2023）。

從此至今，我國參加了往後的歷屆亞運。期間，有諸多運動選手的成績受到矚目，也有鼓舞人心的故事，大眾媒體的報導甚多，無法逐一陳列。茲將歷屆亞運得牌數整理於表1。

表1　我國參加亞運得牌一覽表

屆別 / 年分	主辦城市	代表團名	參賽項目	獲獎牌數		
				金	銀	銅
第1屆1949（1951）	印度新德里	*	*	*	*	*
第2屆1954	菲律賓馬尼拉	中華民國	9	2	4	7
第3屆1958	日本東京	中華民國	13	6	11	17
第4屆1962	印尼雅加達	*	11	0	0	0
第5屆1966	泰國曼谷	中華民國	12	5	4	10
第6屆1970	泰國曼谷	中華民國	10	1	5	12
第7屆1974	伊朗德黑蘭	*	*	*	*	*
第8屆1978	泰國曼谷	*	*	*	*	*
第9屆1982	印度新德里	*	*	*	*	*
第10屆1986	韓國漢城	*	*	*	*	*
第11屆1990	中國北京	中華台北	20	0	10	21
第12屆1994	日本廣島	中華台北	28	7	13	24
第13屆1998	泰國曼谷	中華台北	31	19	17	41
第14屆2002	韓國釜山	中華台北	33	10	17	25
第15屆2006	卡達杜哈	中華台北	34	9	10	27
第16屆2010	中國廣州	中華台北	32	13	16	38
第17屆2014	韓國仁川	中華台北	30	10	18	23
第18屆2018	印尼雅加達	中華台北	38	17	19	31
第19屆2022（2023）	中國杭州	中華台北	32	19	20	28

資料來源：本表整理自

1. 中華奧林匹克委員會（無日期）。賽會。2023年10月30日，https://www.tpenoc.net/game/
2. 行政院體育委員會（2011）。中華民國建國百年體育專輯——奧林匹克活動。行政院體育委員會，頁143。
3. 國家訓練中心競技運動處（無日期）。亞運成績。2023年11月15日，https://www.nstc.org.tw/Athletics/Home/Article/653152cc-4aed-486d-8f68-ca338c8233a0
4. Olympic Council of Asia. (n.d.). *Games*. October 25, 2023, https://oca.asia/games/

回顧歷屆亞運，臺灣共參加13屆。1988曼谷亞運的19金，為亞運最佳成績，2022杭州亞運的金牌得牌數平了紀錄，男子拳擊項目因禁藥風波，我國賴主恩若能遞補1金（曾思儒，2023），則將成為得金數最高之一屆。

綜觀歷屆亞運的成績，田徑項目奪牌數量最多，共計47面獎牌；其次是跆拳道，共44面；第三則是軟式網球，共34面。參賽與得牌運動種類的變化也值得未來持續研究。

1990年，我國在國際奧會協助下重返亞運，隨即提辦1998年亞運，由臺北市政府團隊帶著「關渡運動園區」模型前往北京進行申辦，但功敗垂成（張妙瑛等，2014）。1995年再度申辦2002年亞運，仍以失敗告終。2010年臺北市申辦2018年亞運，參加SportAccord年會時，於會場宣傳，並組成專案工作小組進行準備工作，以及撰擬申辦計畫書、標語、整體視覺形象設計及吉祥物，甚至組團赴廣州考察2010年亞運（康宗虎，2011），後因取得2017年世大運主辦權，臺北市政府於2012年3月宣布撤回；後續，新北市則未能進入2022年亞運城市的最終候選名單，亞運的申辦到籌備，皆充滿各式挑戰。

陸、結語

亞運參賽或城市申辦，不僅是選手的競技，亦是國力在各方面的展現。賽場上處處有鼓舞人心的故事，也是人類文明的實踐場。

中華民國經歷從遠東運動會到亞運，來自臺灣的選手，在亞運史上累積隊史破百金，參賽的種類也與時俱進地走向多元與蓬勃發展，新興運動亦持續加入亞運，放眼過去曾經歷外交失利而無法出賽的困境，代表團名稱的轉變，為眾人的集體智慧；在當時國內外考驗中，讓臺灣體育運動參與者，能持續投入賽事，實質參與賽事，對運動科學與產業都能獲得提升與加值。運動賽事的歷史值得後續研究持續深化，累積體育運動史研究、保存體壇故事實績和文物資產，讓未來願意投身體壇與喜愛運動的國人，能站在雄偉征途的巨人肩膀上看得更高更遠。

作者吳國譽為國立臺灣師範大學體育與運動科學系博士生暨前中華奧林匹克委員會副秘書長、林玫君為國立臺灣師範大學體育與運動科學系教授兼學務長

參考文獻

中華台北奧會（1992）。中華台北亞運代表團參加第11屆亞洲運動會報告書。中華台北奧林匹克委員會。

中華奧林匹克委員會（無日期）。賽會。2023年10月30日，https://www.tpenoc.net/game/

中華奧林匹克委員會（2023）。1990年第11屆北京亞運會。2023年10月18日，https://www.tpenoc.net/game/beijing-1990/

行政院體育委員會（2011）。中華民國建國一百年體育專輯——奧林匹克活動。行政院體育委員會。

汪清澄（1988）。亞洲運動會的起和發展。國民體育季刊，*17*(4)，39-48。

張妙瑛、林玫君、林建宇、劉進枰、李炳昭、陳明坤、范春源、林明宏、蔡榮捷（2009）。臺灣體育史。五南出版。

張妙瑛、林玫君、郭憲偉、張婷翔、周建智（2014）。續修臺北市志 卷七・教育志體育運動篇。臺北市文獻委員會。

康宗虎（2011年6月14日）。申辦2017世界大學運動會及2019亞運之爭取計畫與場館規劃設計，臺北市議會公報，*86*(9)。https://tcckm.tcc.gov.tw/tccgazFront/gazatte/readByGaz.jsp?vol=086&no=09&startPage=3392&endPage=3402

國家訓練中心競技運動處（無日期）。亞運成績。2023年11月15日，https://www.nstc.org.tw/Athletics/Home/Article/653152cc-4aed-486d-8f68-ca338c8233a0

曾思儒（2023年10月23日）。拳擊／有機會遞補亞運金牌　賴主恩：沒太大喜悅。聯合報。2023年10月24日，https://udn.com/news/story/7005/7524833

湯銘新（1982）。亞運紀錄之發展及比較。中華民國體育協進會印行。

湯銘新（1985）。我國參加歷屆奧運（夏季）、亞運概況。國立教育資料館教育資料集刊，第十輯，421-430。

湯銘新（1996）。奧運百週年發展史。中華台北奧林匹克委員會。

聯合報（1962年8月26日）。亞運精神已死 體壇從此多事 港報一片正義之聲 責日本是印尼幫凶。聯合報，2版。

聯合報（1966年2月8日）。我國將爭取辦六屆亞運。聯合報，2版。

聯合報（1966年2月9日）。財源第一。聯合報，3版。

Olympic Council of Asia. (n.d.). October 18, 2023, https://oca.asia/council/

Olympic Council of Asia. (n.d.). *Games*. October 25, 2023, https://oca.asia/games/

我國參加亞運田徑奪牌點將錄

文／許光廳

壹、前言

亞洲運動會（Asian Games，以下簡稱亞運）源於1948倫敦奧運舉行時，亞洲各國代表於倫敦集會倡議創辦亞運，首屆於1951年在印度新德里至2023年於中國杭州舉行，我國派代表團參賽計有13屆，其中有6屆因政治因素未派隊參賽。我國派代表團參賽歷屆亞運共獲得金牌數118、銀牌數164、銅牌數304，總獎牌數586，位居46個參賽國家／地區排序第10名（維基百科，2023）。自人類有史以來，跑、跳、擲為人類基本運動能力之一，從古代奧運以至現代奧運及亞運舉辦以來，皆列田徑為必辦運動種類，因而被譽為「運動之母」，由於田徑項目獎牌數為各運動之冠，深受各參賽國重視的最大金庫。歷屆我國亞運代表團始終派田徑代表隊參賽，參賽知名運動員有誰？參賽獎牌數及成績為何？值得撰文鋪陳提供未來借鑑之處。

貳、1954 馬尼拉亞運至 2022 杭州亞運點將敘述

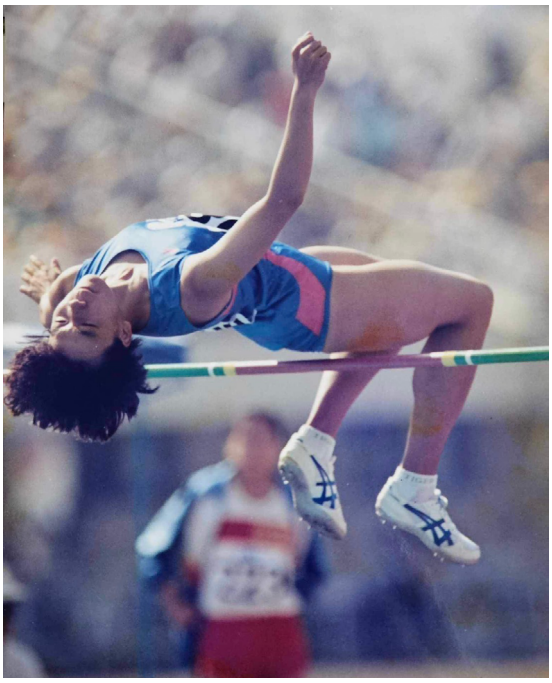
我國於1954馬尼拉亞運首次參賽，田徑項目十項全能運動員楊傳廣以優異的天賦擊敗尋求衛冕的日本選手西內文夫，為中華民國贏得亞運史上首面金牌，楊傳廣以5,454分成績一鳴驚人，被當時馬尼拉英文報紙稱為「Asian Iron Man（亞洲鐵人）」從此崛起（文化部，無日期）；男子鐵餅運動員齊沛林擲出41.66公尺獲得銀牌，以37歲成為我國參加亞運最年長的奪牌選手；曾參與1948倫敦奧運的陳英郎，出賽男子400公尺跑出48秒6的全國紀錄，獲得銅牌。1958東京亞運楊傳廣十項全能項目以7,101分衛冕成功，並在男子110公尺跨欄、跳遠奪得2銀及400公尺跨欄1銅，成為我國亞運史上最多面金牌及獎牌的選手；而曾參加馬尼拉亞運的蔡成福，則於400公尺跨欄以52秒4勇奪金牌。1966曼谷亞運十項全能的吳阿民以7,003分榮獲金牌；被國際媒體譽為「飛躍的羚羊」的紀政，首次在女子跳遠以5.95公尺贏得金牌。1970曼谷亞運前，成績如日中天的紀政被《女子田徑世界》雜誌票選為「世界最佳運動員」，原先預期拿下亞運5金牌，無奈在女子100公尺奪金後，參加400公尺決賽時，於距離終點50公尺處突因腿傷退賽，從此結束運動生涯；我國旅美田徑選手李忠平在男

子110公尺跨欄以15秒1及400公尺跨欄以52秒8佳績，為我國奪得雙料銀牌；曾參加1968墨西哥及1972慕尼黑奧運的田徑選手林純玉，在女子五項全能及女子4x100公尺接力，分別摘銀奪銅（KC Hung，2023）。至此，從1974德黑蘭亞運、1978曼谷亞運、1982新德里亞運、1986首爾亞運等4屆亞運，由於參賽名稱及會籍問題，從此中華民國名稱及國旗未曾飄揚在亞運場上。

▲圖1／1954馬尼拉亞運為我國勇奪亞運史上首面金牌的楊傳廣，在十項全能最後一項1500公尺最後一圈奮力衝刺（圖片提供：蘇嘉祥）

▲圖2／1970曼谷亞運紀政參加100公尺率先衝線的金牌選手（圖片提供：紀政）

睽違20年後重返亞運競技場，我國以「中華台北（Chinese Taipei）」名稱參與1990北京亞運賽事，改採「奧會模式」會旗會歌出現在亞運場上。事隔20年未參賽亞運，北京亞運備受期待，我代表團卻創下亞運史上零金牌紀錄，古金水在十項全能以7,623分奪銀；王惠珍在女子100公尺以12秒09及200公尺以23秒89獲得雙料銀牌；男子4x100摘下銀牌，獨缺金牌憾事。1994廣島亞運王惠珍在女子200公尺以23秒34奪下難能可貴的金牌，並於女子100公尺以11秒41獲得銀牌；徐佩菁在女子400公尺跨欄以55秒75收下銀牌。1998曼谷亞運代表團以19金17銀41銅創下歷屆亞運最佳成績，徐佩菁在女子400公尺跨欄以55秒71再奪銀牌；陳天文與馬君萍分別於男子400公尺跨欄及女子七項全能各獲1銅，僅得1銀2銅。2002釜山亞運代表團以10金17銀25銅的成果，在44個參賽國家／地區排名第8，田徑在日趨競爭激烈的環境下，獎牌一面難求（中華奧林匹克委員會，無日期）。2006杜哈亞運，男子鉛球選手張銘煌與女子鉛球選手林家瑩各別以19公尺45、和16公尺70拿下銅牌；另一面銅牌由女子4x100公尺接力摘下，僅獲得3面銅牌。2010廣州亞運男子4x100公尺接力拿下銀牌；張銘煌於男子鉛球以19公尺48再次獲得銅牌，田徑代表隊以1銀1銅收下成績。2014仁川亞運中，張銘煌在男子鉛球擲出19公尺97，以2公分些微差距站在亞軍頒獎台上。2018雅加達亞運，有「臺灣最速男」之稱的楊俊瀚在男子200公尺以20秒23，僅差0.002秒飲恨金牌；陳奎儒在競爭激烈的男子110公尺跨欄奪得銀牌，共計獲得2銀成績（KC Hung，2023）。2022杭州亞運因疫情延至2023年舉行，雖然我代表團獲得19金20銀28銅，賽事成績斐然，然而田徑項目僅楊俊瀚在200公尺以20秒74獲得1面銅。



▲圖3／1990北京亞運女子七項全能跳高（圖片提供：馬君萍）

▲圖4／1998曼谷亞運女子七項全能頒獎完後場邊拍照（圖片提供：馬君萍）

參、歷屆亞運參賽點將得牌數分析

田徑為歷屆亞運的主流運動種類，比較其他競賽運動種類，田徑項目金牌數最多，號稱最大「金庫」，統計歷屆亞運參賽累計金牌118、銀牌164、銅牌304，總獎牌數達586面之多，田徑項目計有50位名將齊心齊力奪得7金20銀27銅，總計54面獎牌數。若以1954馬尼拉亞運至1970曼谷亞運參賽「會籍」問題進行成績分析，參賽4屆亞運田徑計有6金9銀16銅，總計31面獎牌（KC Hung，2023）。從1990北京至2022杭州亞運以「中華台北」會籍名稱重返賽場，參賽9屆亞運田徑計有1金11銀11銅，總計23面獎牌（中華奧林匹克委員會，無日期）。綜觀田徑參賽13屆亞運7面金牌，1970曼谷亞運之前4屆已獲得6金之多，而1990北京亞運之後參賽的9屆亞運僅得1面金牌，並從銀牌及銅牌成績優劣立刻判別，甚至兵敗2002釜山亞運創下無牌的紀錄，因參賽國家／地區的消長，我國田徑優勢已呈現下滑趨勢，有必要進一步分析各國家／地區田徑獎牌數增長及分布狀況，以利我國提出田徑運動訓練與比賽改進之道。

表1　歷屆亞運田徑參賽選手得獎統計表

年份	主辦城市	金牌	銀牌	銅牌	合計
1954	馬尼拉	1	1	5	7
1958	東京	2	3	4	9
1966	曼谷	2	2	2	6
1970	曼谷	1	3	5	9
1990	北京		4	3	7
1994	廣島	1	2	1	4
1998	曼谷		1	2	3
2002	釜山				0
2006	杜哈			3	3
2010	廣州		1	1	2
2014	仁川		1		1
2018	雅加達		2		2
2022	杭州			1	1
總計		7	20	27	54

資料來源：中華奧林匹克委員會（2023）

一、男子選手得牌概況

自1954馬尼拉亞運田徑賽事以來，我國男子30位選手獲得4金12銀15銅，總計31面獎牌。其中，以叱吒風雲的楊傳廣以2金2銀1銅奪得男子最多金牌及獎牌。1958東京亞運蔡成福400公尺跨欄及1966曼谷亞運吳阿民十項全能各獲一面金牌後，就未曾出現金牌選手了。連續最多屆奪得獎牌是張銘煌的鉛球，計有3屆（2006、2010、2014）站在頒獎台上。男子田徑項目計有200公尺、400公尺、10000公尺、110公尺跨欄、400公尺跨欄、跳高、撐竿跳高、跳遠、三級跳遠、鉛球、鐵餅、十項全能、4x400公尺接力、4x400公尺接力等14個項目奪得獎牌（臺灣田徑資訊站，2023）。

▲圖5／2014仁川亞運男子鉛球銀牌頒獎典禮照片（圖片提供：張銘煌）

▲圖6／1970曼谷亞運紀政勇奪100公尺金牌，登上頒獎台接受頒獎表揚（圖片提供：紀政）

二、女子選手得牌概況

從1958東京亞運女子田徑奪牌以來，女子20位選手摘下3金8銀12銅，總計23面獎牌。國際媒體譽為「黃色閃電」的紀政，1966曼谷及1970曼谷各摘下一面金牌，成為我國亞運田徑史上最多金牌的選手（中華奧林匹克委員會，無日期）。另一面金牌則是1994廣島亞運王惠珍在200公尺奪得金牌，並成為史上最多獎牌（1金3銀）的女選手。女子連續最多屆獲得獎牌的選手是馬君萍，計有3屆（1990、1994、1998）站上頒獎台領獎，可謂值得肯定的成就。女子田徑項目計有100公尺、200公尺、1500公尺、100公尺跨欄、400公尺跨欄、跳遠、鉛球、鐵餅、五項全能、七項全能及4x100公尺接力等11個項目獲得獎牌，2006杜哈亞運摘取兩面銅牌之後，未再取得獎牌（KC Hung，2023）。

表2　歷屆亞運田徑參賽男子選手得獎統計表

年份	主辦城市	姓名	項目	金牌	銀牌	銅牌	共計
1954	馬尼拉	楊傳廣	十項全能運動	1			1
		齊沛林	鐵餅		1		1
		陳英郎	400公尺			1	1
		畢立明	10000公尺			1	1
		賴有德	撐竿跳高			1	1
		林德生	跳遠			1	1
		劉　慶	鐵餅			1	1
1958	東京	蔡成福	400公尺跨欄	1			1
		楊傳廣	十項全能運動	1			4
			110公尺跨欄		1		
			跳遠		1		
			400公尺跨欄			1	
		陳英郎 陳慧坤 鄭洛成 蔡成福	4x400公尺接力		1		1
1966	曼谷	吳阿民	十項全能運動	1			1
		蘇文和	跳遠			1	1
1970	曼谷	李忠平	110公尺跨欄		1		1
			400公尺跨欄		1		1
		蔡登龍	三級跳遠			1	1
		王英師	十項全能運動			1	1
1990	北京	古金水	十項全能運動		1		1
		賴正全 林金雄 鄭金福 謝宗澤	4x100公尺接力		1		1
		廖學松	跳高			1	1
		賴正全	跳遠			1	1
1994	廣島						0
1998	曼谷	陳天文	400公尺跨欄			1	1
2002	釜山						0
2006	杜哈	張銘煌	鉛球			1	1
2010	廣州	王文堂 劉元凱 蔡孟霖 易緯鎮	4x100公尺接力		1		1
		張銘煌	鉛球			1	1
2014	仁川	張銘煌	鉛球		1		1
2018	雅加達	楊俊瀚	200公尺		1		1
		陳奎儒	110公尺跨欄		1		1
2022	杭州	楊俊瀚	200公尺			1	1
總計				4	12	15	31

資料來源：臺灣田徑資訊站（2023）

表3　歷屆亞運田徑參賽女子選手得獎統計表

年份	主辦城市	姓名	項目	金牌	銀牌	銅牌	共計
1954	馬尼拉						0
1958	東京	黃幸	跳遠			1	1
		吳錦雲	鉛球			1	1
		黃春棉	鐵餅			1	1
1966	曼谷	紀政	跳遠	1			1
		葉菊妹	五項全能運動		1		1
		紀政 葉菊妹 黃碧雲 田阿妹	4x100公尺接力		1		1
		吳錦雲	鉛球			1	1
1970	曼谷	紀政	100公尺	1			1
		林純玉	五項全能運動		1		1
		李秋霞	1500公尺			1	1
		林月香	100公尺跨欄			1	1
		林純玉 黃碧雲 梁素嬌 洪梅玉	4x100 公尺接力			1	1
1990	北京	王惠珍	100公尺		1		1
			200公尺		1		1
		馬君萍	七項全能運動			1	1
1994	廣島	王惠珍	200公尺	1			1
			100公尺		1		1
		徐佩菁	400公尺跨欄		1		1
		馬君萍	七項全能運動			1	1
1998	曼谷	徐佩菁	400公尺跨欄		1		1
		馬君萍	七項全能運動			1	1
2002	釜山						0
2006	杜哈	林佳瑩	鉛球			1	1
		林怡君 莊淑娟 李陳盈如 余雪安	4x100公尺接力			1	1
2010	廣州						0
2014	仁川						0
2018	雅加達						0
2022	杭州						0
總計				3	8	12	23

資料來源：中華奧林匹克委員會（2023）

肆、結語

田徑運動根植於人類天生本能，自1951新德里主辦亞運以來，一直是亞運最大的競賽種類，並隨著國際田徑潮流及性別平權，而逐屆增添諸多項目，總金牌數並非其他運動種類可比擬。我國歷屆參加亞運田徑比賽共奪得7面金牌，兩大國際田徑巨星楊傳廣及紀政已占4面金牌，對於國家族群具有強大的凝聚力與尊榮感，更在國際外交層面產生重大的影響力。歷屆亞運田徑參賽選手得牌項目與成績之分析，提供我國競技運動政策制定之基本資料，並規劃選材、訓練、比賽、輔導及獎勵之依據，且以主流運動摘金奪冠為努力目標，不因主辦城市選辦非主流運動種類而遭致金牌數落差大。每4年一次的亞運是亞洲最大的競技盛會，是菁英選手邁向世錦賽、奧運最佳競技賽場，值得政府投入資源及企業贊助。

作者許光廉為國立臺灣體育運動大學校長暨體育學系教授

參考文獻

中華奧林匹克委員會（無日期）。田徑／參與賽事。2023年11月6日，https://www.tpenoc.net/record/busan-2002-athletics/

文化部（無日期）。1954馬尼拉亞運中華隊首度參賽。中央通訊社國家文化記憶庫計畫。2023年11月3日，https://cnaphoto.culture.tw/home/zh-tw/EventStory_05

KC Hung（2023）。亞洲運動會田徑項目歷年統計。臺灣田徑資訊站。2023年11月3日，https://info.taiwanathletics.com/%E4%BA%9E%E6%B4%B2%E9%81%8B%E5%8B%95%E6%9C%83/

維基百科（2023）。亞洲運動會中華台北代表團。2023年11月2日，https://zh.wikipedia.org/zh-tw/%E4%BA%9E%E6%B4%B2%E9%81%8B%E5%8B%95%E6%9C%83%E4%B8%AD%E8%8F%AF%E5%8F%B0%E5%8C%97%E4%BB%A3%E8%A1%A8%E5%9C%98

我國參加 2022 杭州亞運選手培訓策略

文／藍坤田、謝奇穎

壹、前言

原定於2022年舉行杭州亞洲運動會（以下簡稱杭州亞運）因受疫情影響延後1年，不僅與延後2年的2021成都世界大學運動會（以下簡稱成都世大運）於同一年舉行，距離2024巴黎奧林匹克運動會（以下簡稱巴黎奧運）開幕更僅有10個月。換言之，我國將會在1年之中連續參加奧運、亞運及世大運等3項重要的國際綜合性運動賽會。教育部體育署（以下簡稱體育署）考量備戰杭州亞運期間受國際疫情影響，賽前保守提出10面金牌作為參賽目標，最終我國在杭州亞運取得19金20銀28銅，金牌數追平1998曼谷亞運並列歷屆最佳，在45個參賽國家排名第6。本文茲就我國亞運培訓參賽目標及成績、競技運動選手培育體系、杭州亞運培訓策略及實施概況等四部分，探討杭州亞運及未來國際綜合性賽會的培訓策略。

貳、杭州亞運參賽目標及成績分析

教育部「我國參加國際大型運動賽會組團參賽原則」第2點即明定奧運及亞運為我國爭取錦標之最重要賽會，以得牌奪金為參賽目標；另「各種運動賽會參賽選手重疊問題處理辦法」第3條也規範國際賽會國家代表隊選手，如遇參加運動賽會時間重疊時，應優先參加奧運（包括資格賽）或亞運。從前述法規所律定的政策方向來看，亞運與奧運同屬我國競技運動政策中最重要的指標賽會，並明定我國參加亞運係以爭金奪牌為目標。而體育署自2014仁川亞運起都在賽前訂定獎牌目標，2014仁川亞運、2018雅加達亞運及2022杭州亞運連續3屆都以10面金牌為目標，也說明我國亞運培訓以奪牌為導向。

▲圖1／空手道選手谷筱霜（右）逆轉哈薩克好手（左）奪得女子50公斤級金牌（圖片提供：中華奧林匹克委員會）

我國於杭州亞運共有柔道等26種運動競賽取得獎牌成績，其中屬於2020東京奧運或

2024巴黎奧運競賽種類之14種運動競賽取得10金9銀15銅，其餘運動種類則獲得9金11銀13銅。

參、我國競技運動選手培育體系的發展

一、行政院體育委員會奠定選手培育四級體系

競技運動的發展牽涉到競技運動體系與社會、環境、經濟間的協同關係，應在重點的基本方針下通盤考量社會經濟的發展、國家現有競技運動基礎、發展方向和速度等因素，充分利用有限資源，極限的開發出價值，以獲取最大效益，來達成可持續發展的優先目標（魏香明，2015），因此國際競技表現需要健全的選手養成環境來支持。

原行政院體育委員會（原體委會）時期，即建構競技運動選手培育四級體系，依選手年齡發展過程，由下而上分為基層運動選手、優秀青少年選手、大專校院甲組選手及國家代表隊選手（廖德秦，2012）。我國競技運動政策在2004雅典奧運後也逐漸重視奧運及亞運項目在基層的選手培養工作（翁志成，2009）。魏香明（2008）認為我國運動選手培育四級體系的模式，在系統上及原則上符合我國國情，但我國國家代表隊選手多同時具有學生身分，如有國際賽事與學生賽事衝突之際，往往發生組隊重疊現象，失去培育國家隊二軍梯隊後備銜接的功能，是我國選手培育體系必須克服的問題。從前面觀點可看見，依循學校體制所建立的競技運動選手培育四級體系架構，已有選手養成及銜接管道。

▲ 圖2／輕艇競速金牌選手賴冠傑，在頒獎台身披我國代表團會旗（圖片提供：中華奧林匹克委員會）

二、教育部體育署提升選手培育體系效益

體育署於民國102（2013）年成立後，延續原體委會運動選手培育體系架構，以各縣市體育班與基層訓練站為基礎，另藉由單項協會的優秀或具潛力選手培育計畫挹注第三級青年培訓選手的培訓資源，再透過奧運、亞運及世大運培訓計畫的連貫，將第一、二級的培訓及參賽計畫連結，強化國家儲訓選手進入國家代表隊的準備。依據教育部103（2014）年發布「優秀運動選手培養辦法」，現行四級優秀運動選手分別定義如下：

第一級（國家代表隊選手）：由體育署、單項協會或體育署委託之體育團體遴選，代表國家參賽之選手。

第二級（國家儲備選手）：由單項協會或大專校院遴選，代表國家參賽之儲備選手。

第三級（具潛力選手）：由單項協會或體育署委託之體育團體遴選，從事運動專項訓練之具潛力選手。

第四級（基層運動選手）：由直轄市、縣（市）主管機關或高級中等以下學校遴選，從事運動基礎訓練之選手。

體育署於運動選手培育四級體系架構下，運用運動彩券發行盈餘等特定收入來源的運動發展基金，增加各級競技運動選手培育資源，契合奧運及亞運奪牌的政策目標。各級輔導重點如下：

（一）深化第四級優秀運動選手（基層運動選手）基礎能力：輔導各縣市政府設置基層運動選手訓練站及基層學校建立運動團隊，並補助辦理區域對抗賽活動，以全國性各級賽事為目標，培養基層運動選手之基礎運動能力。

（二）強化第三級優秀運動選手（具潛力選手）專項能力：以參加青年奧林匹克運動會及各國際單項分齡賽事為目標，輔導單項運動協會辦理潛力計畫，建立國家青年培訓隊模式，充實青年國家培訓梯隊的培訓資源及國際參賽機會，以分齡階段目標導向，厚植青年梯隊向上接班國家代表隊或國家儲訓隊的能力。

（三）提升第二級優秀運動選手（國家儲備選手）國際經驗：以培訓世大運選手為目標，輔導單項運動協會與

▲圖3／楊勇緯在八強賽擊退日本選手（圖片提供：中華奧林匹克委員會）

中華民國大專院校體育總會整合奧運及亞運培訓計畫，籌備整體培訓週期及目標，並藉由妥善規劃世大運等分齡或分級賽事，建構專屬於國家儲訓選手的培訓目標，隨時可晉升國家代表隊。

（四）穩定第一級優秀運動選手（國家代表隊選手）奪牌實力：以培訓奧運及亞運奪牌選手為目標，由國家運動訓練中心輔導規劃專項化及菁英化的培訓計畫，針對國際重要賽事奪牌目標，穩定提升菁英選手競爭實力及臨場穩定性。

肆、杭州亞運培訓策略及計畫

一、臺北世大運首次整合國際賽會培訓計畫

體育署藉由我國取得2017世大運主辦權的契機，於104（2015）年發布「我國參加2017年第29屆臺北世界大學運動會選手培訓參賽實施計畫」，並評估世大運必辦運

動均為奧運必辦運動範圍，且臺北世大運7種選辦運動中，射箭、羽球、高爾夫及舉重等4種亦為奧運必辦運動，另棒球、武術及滑輪溜冰等3種則為亞運種類，提出以2017臺北世大運為參賽目標，整合2016里約奧運及2018雅加達亞運培訓資源與計畫之策略，首次將三大國際賽會的培訓計畫進行整體性的連結。整合培訓成果也反映在2017臺北世大運、2018雅加達亞運、2019拿坡里世大運及2020東京奧運的歷史佳績上。

二、杭州亞運啟動國際綜合性賽會週期培訓計畫

體育署鑑於2017世大運整合培訓計畫的效益與經驗，於109（2020）年8月發布「我國參加國際綜合性運動賽會國家代表隊培訓參賽實施計畫」，採取將奧運、亞運及世大運的培訓連貫辦理，以奧運賽期為主，於賽期間結合亞運及世大運賽期，形成4年一週期的培訓計畫，並由體育署協同國家運動訓練中心輔導各單項運動協會及中華民國大專院校體育總會依據參賽目標、培訓期程及國際運動賽事行事曆等資訊，訂定各階段的培訓目標並執行。

伍、杭州亞運培訓實施概況

杭州亞運培訓工作依據「我國參加國際綜合性運動賽會國家代表隊培訓參賽實施計畫」，自109（2020）年啟動三階段培訓工作，第一階段自109（2020）年9月至110（2021）年8月；第二階段自110（2021）年9月至111（2022）年1月；第三階段自111（2022）年2月至賽會結束日。培訓期間共計辦理37種運動團隊培訓工作，培訓支援工作事項如下：

一、成立專案小組：

（一）運動人才培訓輔導小組：審查及協助單項協會擬定計畫及遴選辦法，督導選訓執行情形。

（二）運動科學小組：運用運科專業提供支援，針對重點種類組成運科專業團隊。

（三）運動醫護小組：建置專科醫護網統籌選手醫護事宜。

二、訂定計畫及辦法：輔導單項協會研訂各該「培訓參賽實施計畫」及「培訓／代表隊遴選辦法」，以啟動選訓工作。

三、建立管控機制：培訓輔導小組會議追蹤各單項遴選制度訂定、公告及執行情形。

四、執行專項培訓：遴選教練選手，執行訓練計畫（黃金計畫及專案培訓）。

五、遴聘國際人才：延攬外籍教練、訓練員強化選手實力。

六、行政後勤支援：辦理培訓隊膳宿事宜，充實訓練參賽服裝與器材裝備，規劃課業輔導及休閒活動等事務。

七、定期召開座談會議：定期與教練選手面對面溝通，掌握需求及完備後勤。

▲ 圖4／中華代表團在升旗典禮舞台大合影（圖片提供：中華奧林匹克委員會）

陸、結語

競技運動的成績是選手培育的展現，持續不斷的佳績則是競技運動政策連貫發展的成果。杭州亞運培訓策略顯示我國競技運動培訓思維，從短期目標導向走向整體性與週期性的計畫。以杭州亞運為起點，落實「以終為始」的策略思維，圍繞奧運及亞運爭金奪牌的中心目標，妥善規劃工作事項及階段目標，將階段的成果作為後一階段計畫的基礎，引導各運動種類常態發展國家培訓隊的體制，進而建構持續進步的策略思維。此外，鑒於我國運動參與風氣逐步蓬勃，參與人口及屬性愈趨多元，後續可以「競技運動全民化與產業化」加以研議，為現行以學校體系為骨幹的運動選手培育體系注入新思維。

作者藍坤田為教育部體育署競技運動組組長、謝奇穎為教育部體育署競技運動組科長

參考文獻

翁志成（2009）。我國競技運動政策之發展。育達學院學報，（19），101-117。https://doi.org/10.7074/YDAJ.200906.0101

教育部體育署（2015年12月）。我國參加2017年第29屆臺北世界大學運動會選手培訓參賽實施計畫。教育部體育署網站。https://www.sa.gov.tw/Resource/Attachment/f1449633287707.pdf

教育部體育署（2022年10月）。我國參加國際綜合性運動賽會國家代表隊培訓參賽實施計畫。教育部體育署網站。https://www.sa.gov.tw/Resource/1/1/1/4582/%E6%88%91%E5%9C%8B%E5%8F%83%E5%8A%A0%E5%9C%8B%E9%9A%9B%E7%B6%9C%E5%90%88%E6%80%A7%E9%81%8B%E5%8B%95%E8%B3%BD%E6%9C%83%E5%9C%8B%E5%AE%B6%E4%BB%A3%E8%A1%A8%E9%9A%8A%E5%9F%B9%E8%A8%93%E5%8F%83%E8%B3%BD%E5%AF%A6%E6%96%BD%E8%A8%88%E7%95%AB11109%E4%BF%AE%E8%A8%82.pdf

廖德秦（2012）。2017世大運競技運動人才培育體系。學校體育，（129），34-40。https://doi.org/10.29937/PES.201204.0004

魏香明（2008）。台灣競技運動選、訓、賽策略之研究。大專體育學刊，*10*（4），1-15。https://doi.org/10.5297/ser.200812_10(4).0000

魏香明（2015）。臺灣競技運動發展之目標定位及實現策略。大專體育學刊，*17*（1），1-17。https://doi.org/10.5297/ser.1701.001

2022 杭州亞運概況及我國組團參賽之介紹

文／徐孝慈

壹、前言

由亞洲奧林匹克理事會（Olympic Council of Asia，以下簡稱亞奧會）主辦的亞洲運動會（以下簡稱亞運），是亞洲最高層級的運動會，也是國內派出選手規模最大的一個國際綜合性運動會。甫於杭州舉辦的杭州亞運我國奪得19金20銀28銅的好成績，振奮人心。中華奧林匹克委員會（以下簡稱中華奧會）作為組團單位，順利完成參賽任務，但回顧組團工作相當繁複，對內涉及教育部體育署（以下簡稱體育署）、國家運動訓練中心（以下簡稱國訓中心）、各個參賽協會以及各個政府相關部門，對外涉及杭州亞運組委會與亞奧會等各個不同部門的分工合作與協調。

組團工作諸多繁複細節，以下僅從中華奧會角度，就本屆亞運組團工作進行一結構性的綜述，亦可作為未來組團工作的經驗基礎。

貳、杭州亞運基本資料

2022杭州亞運舉辦日期為2023年9月23日至10月8日，共16日（部分運動於開幕前進行預賽）。主辦城市為中國杭州市，由於亞運運動種類達40種，約12,000名選手參賽，競賽項目眾多，除了杭州外，包括足球、排球、沙灘排球、龍舟、棒壘球、籃球3X3、馬術、帆船等比賽項目亦在包括寧波、金華、溫州、紹興、桐盧、淳安等其他協辦城市共同舉行。亞運開幕典禮於9月23日，閉幕典禮於10月8日，共計40種競賽運動種類、61個競賽科目、481個競賽項目。

本賽會原訂於2022年9月10日至9月25日間舉辦，因COVID-19疫情影響，延期至今（2023）年。

參、籌備組團參賽階段

《奧林匹克憲章》第30條第3項規定，國家奧林匹克委員會（以下簡稱國家奧會）具有代表其國家參與國際奧林匹克委員會（以下簡稱國際奧會）所支持的奧林匹克運動會、以及區域、洲際或世界綜合性運動賽事之專屬權。

《國民體育法》第28條第1項第二款之規定，中華奧會應本於《奧林匹克憲章》賦予之專屬權利及義務，與中央主管機關合作辦理參加奧林匹克運動會、亞洲運動會或其他國際奧

會認可之綜合性運動會有關事務。也因此，中華奧會本於職責，在體育署的指導與合作之下，辦理組團參賽工作。

籌組代表團是一個跨不同年序、不同機構及部門，同時包含國內以及國際介面的工作。

為利於各項事務的溝通協調，中華奧會籌設杭州亞運組團專案小組，由中華奧會主席林鴻道擔任召集人、體育署副署長洪志昌擔任副召集人，委員成員包括亞洲奧林匹克理事會執行委員陳國儀、體育署、外交部、大陸委員會、國訓中心、中華民國體育運動總會、杭州亞運代表團總領隊、中華奧會副主席及秘書長等人。由中華奧會主席擔任召集人的組團專案小組係負責組團政策性業務，其下又設組團工作小組，由代表團總領隊擔任會議主席，負責組團事務性及臨時性業務。

在組團專案小組及組團工作小組中，負責政策指導的體育署、組團單位中華奧會、國訓中心三方透過組團會議的平台及經常性的會晤，於賽前密集商討組團事務。

中華奧會是與國際奧會、亞奧會及杭州亞運組委會的正式對口，在參賽前的組團籌備工作上須依據組委會之規定，於時程內完成代表團各項報名註冊、交通運輸、住宿、服裝、醫療等參賽作業及後勤整備，並將技術手冊等重要即時訊息轉知國內相關單位；同時也須確認賽會儀軌安排符合亞奧會規範及奧會模式；協助國內媒體辦理賽會註冊報名，並輔助國內媒體於賽會期間之採訪事宜。

每一項組團籌備工作均需要有效的協調與溝通，例如：報名作業需與各參賽協會緊密聯繫，確保在杭州亞運組委會所設定期限內完成不同階段的最大量報名以及姓名報名。以本次杭州亞運為例，在初始階段、選手及代表團名單尚未產生的最大量報名總計有近2,500筆資料須檢核整理及輸入，相當繁複。

又如交通運輸部分，本次為提供代表團最便利及舒適的交通運輸，中華奧會也在體育署指導之下，持續與長榮航空公司洽談加開班機及變更機型，最終所有代表團班機均調整為77W機型，有商務艙38個座位、豪華經濟艙64個座位，以滿足所有的選手都搭乘豪華經濟艙以上艙等之需求。此次杭州亞運代表團服裝及裝備，因為人數規模龐大，在預先準備及尺寸預估上也是一項大工程。

代表團的組成是以選手為核心，並依據賽會註冊報名規定以及代表團實際作業需要編配團員配置。本次代表團規模龐大，原訂參賽選手524人，實際參賽人數共520名，加上後勤支援團隊等等，總計人數近800人。

在整個籌備及參賽期間，中華奧會均持續與亞奧會及亞運組委會保持聯繫，參加線上及實體會議、確認參賽選手名單及各項參賽資訊等事宜。賽會期間並派員參加總領隊會議、醫療會議等，確保代表團順利參賽。

肆、賽前資訊蒐集

中華奧會除派員出席賽會組委會召開之會議，亦會協調安排於賽前派員前往實地考察，以作為組團參賽作業的準備。

中華奧會邀集體育署、國家運動訓練中

心、各相關運動協會、媒體參與本活動，籌組共41人之賽前考察團，於2023年3月21日至27日前往杭州。賽前考察的重點在於我國針對本屆杭州亞運正進行培訓及預計參賽之運動，以位於杭州市內的競賽場館為主，同時考察代表團村外營運中心之候選地點。總計在7天的行程裡，考察了將舉辦36種運動種類或科目的28座競賽場館。各相關運動協會及代表可經由實地考察競賽場館及訓練場館，瞭解場館設施及空間配置及動線等，返臺後提供選手備戰之重要資訊參考。

除了場館考察，行程還包含了與中國奧會、杭州亞運組委會的三方簡報會議，由杭州亞運組委會負責競賽服務、媒體運行、NOC服務、註冊、抵離、選手村、交通、餐飲、住宿、租物等各部門進行業務簡報及接受現場考察團員的提問。本次考察的第一手資訊有助於我國各代表隊的培訓及組團籌備，而考察期間也與杭州臺商會會晤，對於賽會期間，代表團確實獲得了在地臺商大力應援，提供最佳的參賽協助。

伍、組團參賽階段

一、團本部之支援團隊分工

組團參賽期間，除了選手的比賽之外，代表團內團本部包含體育署、奧會及國訓中心各單位的人員，在緊湊的賽事過程中，在中華奧會主席及代表團總領隊、副總領隊的共同領導下，各司其職，才能提供選手及教練最佳的服務。

代表團內的團本部成員從職稱上來區分，包括總領隊、副總領隊、顧問、聯絡員、總幹事、副總幹事、技術督導、競賽管理、秘書、隊醫、物理治療師、運動防護員、行政、會計、新聞聯絡員……等等，工作類別涵蓋團務各項行政後勤、參賽協助、參與開閉幕式等活動安排，出席總領隊會議、和組委會及當地資源的各項事務協調與聯結、各運動技術會議、賽會各項儀軌確認、選手的醫療及運動防護、疾病與傷害之預防治療和緊急處理、代表團交通運輸安排、各項用品管控、與國內之回

▲ 圖1／杭州亞運賽前考察團參訪選手村（圖片提供：中華奧林匹克委員會）

報、新聞媒體聯繫等相關事宜。可見一個代表團背後的團務工作具備相當的廣度及複雜度，需要群策群力來完備各項事務。

本次杭州亞運除了在選手村內的團本部外，亦於選手村外設有後勤支援中繼站，主要由國訓中心的支援團隊進駐，如廚師及營養師、醫護及行政人員等。另為協助我國參賽代表團選手爭取最佳成績，援例辦理賽中支援工作團，主要負責賽中訓輔與後勤支援等工作，共計40餘人。

二、確保賽會遵循亞奧會相關儀節

本次亞運在杭州舉行，對於賽會之儀節規定，中華奧會很早即於各項亞奧會及亞組委召開的會議中，確認開閉幕式之儀節係按照亞奧會憲章規定，我國是以TPE之國家代碼排序於T組序位出場，在敘利亞及塔吉克中間。在實際的亞運開幕儀式中，也確認是依據此一排序儀軌來進行。

三、賽會期間與各國際組織及奧會進行交流

大型國際綜合性賽會也是增進國際交流的好機會。在團務工作之外，中華奧會藉由賽會場合積極與各國奧會高層交誼，參加了包括亞奧會、中國奧會及杭州亞運組委會、日本奧會、2026名古屋亞運組委會、東亞奧林匹克委員會協會、韓國奧會、卡達奧會、蒙古奧會以及杭州亞運博物館開館的正式酒會及餐敘等儀節，也分別與國際奧會重要官員、亞奧會以及中國、韓國、香港、澳門、尼泊爾、蒙古、印尼、馬來西亞、越南、不丹、新加坡、沙烏地阿拉伯、卡達等國奧會主席或秘書長等重要高層餐敘及交流，並利用亞運期間與去訪杭州的奧地利主席餐敘，雙方簽署合作備忘錄，增進國際體育交流。

國際綜合性賽會期間，各國際運動組織及各國奧會高層聚集，賽會期間的各項交誼

▲ 圖2／杭州亞運我代表團開幕進場（圖片提供：中華奧林匹克委員會）

（包含參加開閉幕式）是賽會在運動競技之外很重要的另一面向。

陸、結語

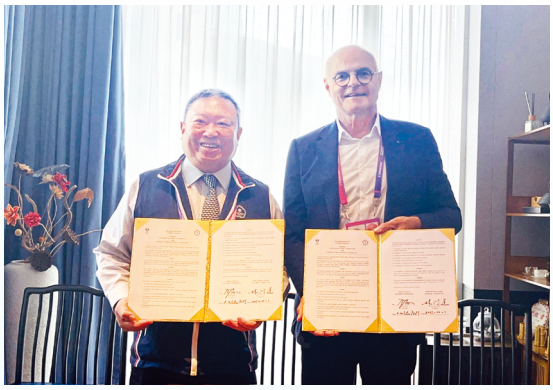
本屆杭州亞運我國總計獲得19金20銀28銅共67面獎牌，名列亞洲45個國家或地區奧會之第6名。競技運動的好表現也同步增添了我國在與其他國際組織交流的話題，更提升我國無形的軟實力，感謝所有選手及教練的辛勞！

組團工作除了感謝教育部與體育署的指導，以及與國訓中心的合作及協助，在組團籌備上可以體會到，目前組團受到各方高度關注，本次又於杭州舉行，各方面的前置準備及協調因此需更為細膩與到位，對內、對外均有諸多涉及各相關部門、長時間的溝通協調及準備。

而以今年度800人的代表團來說，負責競賽管理、秘書、行政及財務等團務後勤支援人力約20人，組團節奏相當緊湊，各項工作事前須盡可能做好細部分工，與各個代表隊及協會做好對接，才能在參賽期間提供選手及教練最好的服務。

中華奧會每次於賽會結束後均召開代表團參賽檢討會議，整理並提出未來參賽改進建議，編印參賽報告書，送教育部及各組團權責單位參考。未來亦將持續緊密地與亞奧會及下屆亞運籌備會互動，亞奧會目前也意識到亞運的規模過於龐大，不利於亞運的長遠發展，以下屆亞運來說運動種類的變化，本會將持續關注，以利在組團過程中提供各方最新資訊，作為最好的籌備。

作者徐孝慈為中華奧林匹克委員會秘書長



▲ 圖3／中華奧會與奧地利奧會於賽會期間簽署合作備忘錄（圖片提供：中華奧林匹克委員會）

參考文獻

杭州亞運會官網資料。https://www.hangzhou2022.cn/

中華奧林匹克委員會（2023）。2023年第19屆2022杭州亞洲奧林匹克運動會賽前考察團報告書。中華奧林匹克委員會。

中華奧林匹克委員會（2023）。2023年第19屆2022杭州亞洲奧林匹克運動會團員手冊。中華奧林匹克委員會。

延期後的杭州亞運 中華隊整裝再出發

文／李文彬、黃泰源、孫逸穎

壹、前言

2020年初，新冠肺炎疫情蔓延全球，迫使2020東京奧林匹克運動會（以下簡稱東京奧運）、2021成都世界大學運動會（以下簡稱成都世大運）及2022杭州亞洲運動會（以下簡稱杭州亞運）接連順延，中華隊好不容易挺過疫情危機，在延後一年的東京奧運賽場上，交出亮麗成績單，然而訓練是無法停歇的，還未等當年總統府前「Our HERO！台灣英雄凱旋派對」舉國歡騰的熱鬧結束，中華隊已然踏上成都世大運和杭州亞運的備戰之路。

除此之外，「備戰奧林匹克運動會黃金計畫」（以下簡稱黃金計畫）在東京奧運取得階段性成果，證明我國許多運動種類的競技實力，已能躋身國際強隊之林，放眼2024巴黎奧運及2028洛杉磯奧運，我們必須乘勝追擊，黃金計畫2.0的推動刻不容緩，故原本三級的專案培訓擴大至五級，透過多元方式推薦、定期進退場的審查機制，儘量不放過任何一位潛力股，充分利用資源採取寬選嚴訓，期待在下兩屆奧運的頒獎台上多多再現我國奧會會旗飄揚的場面。

國家運動訓練中心（以下簡稱國訓中心）作為國家培訓隊第一線支援，同樣面臨大賽延期的挑戰，各項後勤工作必須更有彈性和活絡，本篇列舉國訓中心五大重點工作，包括強化訓練計畫、精緻運科支援工作、軟硬體設施優化、支援學生運動員堅守學業及多元宣傳激勵士氣等，有別一般例行業務、較具特色的策略及方針，讓讀者更深入瞭解中華隊背後的那些事。

貳、延期後的亞運　中華隊背後的那些事

一、強化訓練計畫　提升戰備能量

隨著疫情解封，國家培訓隊除了常規集中訓練，各項國內外賽事也逐步恢復，選手們以賽代訓搭配移地訓練儲存備戰能量；

另參考2020東京奧運模擬賽成功模式，國訓中心也補助各單項協（總）會，邀請國內外團隊辦理模擬及對抗賽，提升選手實戰經驗。

為了進一步追蹤培訓狀況，透過定期的培訓座談會，邀請教練報告訓練概況、參賽成果及修正方針，國訓中心運科人員也會適時提出支援數據及建議，各單項協（總）會代表亦可透過會議，向國訓中心提出行政需求，共同討論培訓隊所需的各項支援；更於杭州亞運賽前2個月召開各別運動種類「奪牌評估會議」，針對奪牌潛力選手進行全方面分析，共同擬定重點選手奪牌策略及支援補給。

此外，國訓中心積極推動「備戰奧林匹克運動會黃金計畫」（簡稱黃金計畫2.0），不侷限每4年一次的奧運，以寬選嚴訓為原則，於當屆奧運比賽結束次年啟動8年計畫，培養爾後奧運奪牌潛力資優選手，並以「爭金奪牌」為主要目標，東京奧運結束後即啟動2024巴黎奧運及2028洛杉磯奧運黃金計畫，永續推動優秀及潛力菁英選手培育工作，將菁英選手自黃金計畫1.0三級擴大區分至五級，下屆奧運遴選80人、下下屆奧運200人為上限，並以滾動式調整級別與進退場機制，充分運用資源、提供不同級別的補助及支援。

在政府大力的支持下，國訓中心每年度針對下屆及下下屆奧運，分別編列黃金計畫專款，今（112）年為例，編列2024巴黎奧運及2028洛杉磯奧運黃金計畫各新臺幣3億元，專款專用並不得重複補助。

黃金計畫2.0訂有「備戰奧運會黃金計畫選手分級與補助原則」，除了既有的集訓費用支給要點與各項聘用人力經費支給標準，在有限經費下彈性支用，能提供菁英選手個人化訓練、遴選更多潛優選手執行培養訓練，避免遺珠之憾。

二、精緻運科支援工作　深化並擴大運動科學支援量能

2020東京奧運結束後，運動科學支援展現具體成果，但在運科支援的廣度及深度仍有待改善，故國訓中心全面檢視各運動科學領域的支援模式及人力，分析執行現況與實際教練需求，研擬「運動科學處人力與組織」強化計畫，繼續深化運科支援的量能，並得提供黃金計畫更全面化且個人化的運科支援，直至今年10月，國訓中心運科支援人力計73人，與兩年前相比約提升20%，且秉持「適才適用」原則持續增聘中。

執行各項運科實務支援之外，國訓中心同時針對「增重飲食原則」、「減重飲食原則」、「運動員的睡眠」及「女性運動員生理週期調整」等熱門議題進行更深度輔導，除了安排課程或講座，亦彙編衛教單提供教練、選手隨時參閱。近期發生跆拳道選手過磅失敗錯失出賽的案例，國訓中心亦從營養照顧至賽前減重針對不同選手召開專案會議，規劃各類的評估機制、支援流程及改善策略，幫助選手安全地達到體重控制的目標。

三、軟硬體設施優化　持續提供優質訓練及居住環境

國訓中心自民國104（2015）年轉型行政法人，在行政院「國家運動園區整體興設與人才培育計畫」的挹注下，積極進行各項硬體建設以協助培訓隊備戰各項賽事，本計畫執行至今已進入第三期工程，111～112（2022～2023）年陸續完成新建大門及射箭場設施改善工程，目前計有棒壘球場設施及周邊景觀，包括增設打擊練習場、牛棚及球員休息室等改善工程、風雨投擲場新建工程，提供鉛球、鐵餅、鏈球、跳高、撐竿跳及標槍訓練使用，同時全區公共設施及全區環場訓練跑道等工程，預計113（2024）年底完工。

除了充實硬體建設，相應的軟體配套措施亦是關鍵，國訓中心選手餐廳素有「冠軍餐廳」美名，109（2020）年啟用後，現已順利取得HACCP（餐飲業食品安全管制系統）及GHP（食品良好衛生規範準則）優級授證，除了供餐多元、美味、營養外，嚴格把控食品安全，讓選手們吃得開心、吃得安心。

杭州亞運賽前總集訓期間也針對黃金計畫替選手們規劃特色餐點，為了更貼近賽

▲圖1／112年3月17日國訓中心「射箭場改善工程啟用典禮」，圖為教育部常務次長兼國訓中心董事長林騰蛟（中）、體育署署長鄭世忠（左2）、國家射箭培訓隊總教練劉炳宏（右2）及魏均珩（右1）、彭家楸（右3）、黃逸柔（左3）、潘宇平（左1）等射箭選手一同按下啟動鈕（圖片提供：國家運動訓練中心）

▲ 圖2／國訓中心選手餐廳自109年落成，嶄新舒服的用餐空間（圖片提供：國家運動訓練中心）

事，模擬正式競賽時間及賽前密集週期所需，增加「宵夜場」，讓選手於晚間訓練後可有簡單且營養的餐食補給。

四、支援學生運動員堅守學業　兼顧訓練與受教權

大部分國家培訓隊選手仍具學生身分，以兼顧訓練及受教權為前提，國訓中心持續協助課業輔導工作；鑒於教練選手隨著賽事至各地征戰，外語溝通能力日漸重要，國訓中心與高雄在地文藻外語大學聯手，除了規劃英文、法文、日文、韓文等語言課程，並透過產學合作，除了接受文藻實習生進駐國訓中心，利用其外語專業能力提供客製化英語學習課程，實習生與選手年齡相仿，更得以類同儕模式提升學習動力、降低對學習外語的抗拒；此外針對黃金計畫選手提供量身訂作之專屬英語課程，目標使其能於國際舞台受訪時以英語直接回應，更於111年底共同推出運動英語教材的創舉。

扎根基本學業之餘，國訓中心鼓勵選手參加外語能力檢定，並提供獎勵，截至今年10月，計17人申請（6人初級、11人為中級），邀請所有關心體育活動的國人們，好好觀察國手們在國外受訪時多能游刃有餘，不只語言能力大有進步，整體應對進退得宜，展現競賽場外的另一種國際運動員的風範。

五、邁向杭州亞運的最後一哩路　多元宣傳激勵士氣

杭州亞運倒數100天的計時器響起，國訓中心特地在今年6月15日這天舉辦激勵士氣的活動，以「創新」為概念，由本屆杭州亞運暨2024巴黎奧運的新項目「霹靂舞」開場，提前規劃「杭州亞運選手形象照拍攝」，並希望選手們帶著亮麗的形象征戰國際；國訓中心也同步發表亞運倒數100天形象影片，由不同運動項目的選手，詮釋辛勤訓練的過程，喊出「Aim High and Beyond（志存高遠）」的口

▲ 圖3／112年6月15日「2022杭州亞運倒數100天宣誓活動」，發表一系列亞運選手形象照，圖為教育部體育署署長鄭世忠（右4）、與會貴賓及代表選手們共同宣誓最後100天的衝刺。（圖片提供：國家運動訓練中心）

號，象徵設立遠大目標、突破自我、超越紀錄，宣誓準備出賽的決心。

杭州亞運代表團出發前，依往例於國訓中心辦理授旗典禮，本屆授旗典禮增加一段別出心裁的橋段，由總統蔡英文為代表團送上「平安御守」，御守上精緻刺繡「摘金奪冠」及「大吉」的文字別具意義，由中華代表隊柔道選手楊勇緯代表領受，蔡總統勉勵選手要「相信自己」，祝福代表隊平安出賽、凱旋而歸。

在總統以及平安御守的加持下，選手楊勇緯即在本屆杭州亞運第一日摘下我國首面金牌，同時是中華亞運代表隊柔道項目史上第1面金牌、更是中華代表隊隊史第100面金牌。柔道代表隊總教練劉文等受訪時還曾透露，他將自己「金牌御守」轉送給拳擊代表隊教練曾自強，祝願拳擊項目也能延續柔道奪金氣勢，選手林郁婷果然不負眾望，奮力打下中華代表隊拳擊女子項目在亞運的首面金牌，這個初登場的

▲ 圖4／112年9月16日「我國參加第19屆杭州亞洲運動會代表團授旗典禮」，總統蔡英文送上「平安御守」，祝福中華代表隊平安完賽、摘金奪冠（圖片提供：國家運動訓練中心）

「金牌御守」也傳為佳話，為本屆賽事增添新意。

參、結語

2022杭州亞運順利在112（2023）年10月8日落幕，中華代表隊共派出520名選手出征，最終以19金20銀28銅收關，金牌數追平1998曼谷亞運隊史的最佳紀錄，且銀牌數更勝曼谷亞運。

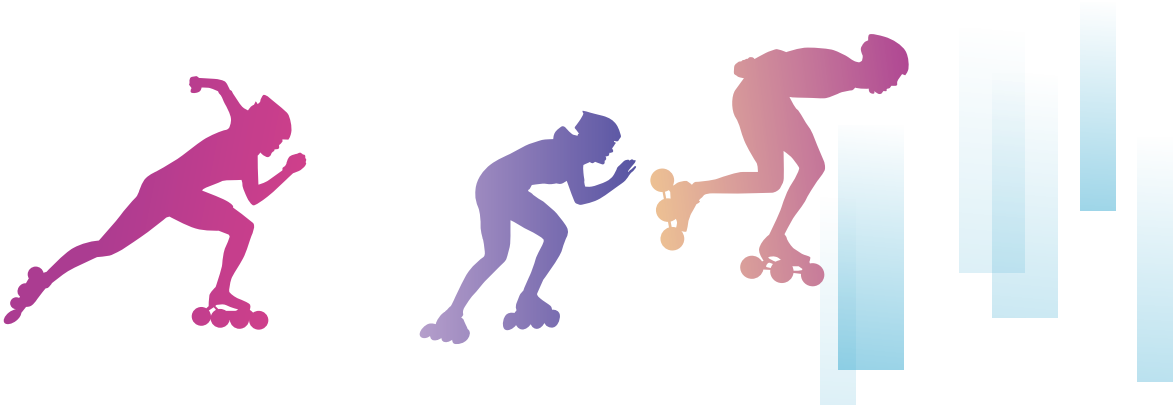
本次賽會奪金種類相當多元，除了柔道選手楊勇緯、連珍羚終於突破自我，率先為中華代表隊拿下2面金牌、體操選手李智凱成功連霸鞍馬項目，並帶著體操男子團隊摘下銅牌、拳擊項目表現更是亮眼、刷新隊史紀錄，女子選手林郁婷摘下1金，男子選手甘家葳和賴主恩再下2面銀牌，並同時取得2024巴黎奧運賽參賽資格；此外許多新興項目也紛紛出線，包括籃球3對3一路過關斬上演驚奇逆轉勝、滑輪溜冰奮戰不懈的臨門一腳0.01秒壓線，還有挺過鬥智戰役擊敗高手奪金的棋藝運動——圍棋和橋藝，緊張刺激的賽事讓人驚呼連連，再次點燃國人對於競技運動的熱情！

優秀運動員的長成不容易，他們必須有異於常人的毅力及堅定的意志忍受孤獨，競技賽場上奮力一搏的背後是「揮劍一次，磨劍十年」的刻苦磨練；國訓中心作為國家培訓隊最強的後盾，堅守崗位、不敢鬆懈，本著「培育卓越運動人才」的使命感，給予選手在訓練及生活上最完善且全方位的照顧，同時，透過營運手段爭取經費自籌，吸引社會各界挹注，整合官方、民間資源，協助我國運動員爭取更多支持，在國際體壇維持良好的競爭力。

作者李文彬為國家運動訓練中心執行長、黃泰源為國家運動訓練中心副執行長、孫逸穎為國家運動訓練中心專員

參考文獻

國家運動訓練中心。備戰奧林匹克運動會黃金計畫。https://www.nstc.org.tw/Uploads/Common/202307151109186003525.pdf



備戰國際運動賽事之運科策略——競技助力攻略

文／何維華

壹、前言：前瞻大攻略

想像一位選手在第二度參加奧林匹克運動會（以下簡稱奧運）時，發揮出最佳表現獲得金牌。時光回溯到一位奧運選手金牌的養成，需要歷經3個奧運備戰週期，並回溯這12年的光陰。這12年備戰的過程，對於一位奧運金牌選手來說，這12年是一段專注、決心和努力的備戰之路。

奧運金牌選手的運動夢想在年少時被種下，激發了在奧運備戰之路上的無限動力。一個奧運選手不僅僅是磨練自己，更要確立明確的目標和計畫，制定一個具體的金牌路線圖，包括技術、體能、心理和戰術等各個方面的訓練。由此可證，養成奧運的金牌選手，除需歷經12年備戰週期，更亟需一套前瞻性的大攻略。

在奧運備戰之途，需要一套前瞻性的大攻略，才能夠成功走到終點，選手無法獨自前進，必須匯聚優秀的專業團隊在其背後支撐，包括技術教練、體能教練、治療師、醫師和運科專家，協助選手在各個方面不斷提升，並提供寶貴的指導和支持。奧運備戰的教練帶領選手需要每天投入大量時間和精力，持續改進技巧、體能和競技狀態，不斷地在參加國內和國際比賽，以積累實戰經驗，這有助於選手適應不同的比賽場面，處理競爭壓力，並不斷模擬未來奧運比賽場景，以一種「情境賽場」的關鍵攻略，有助於熟悉奧運的環境和氛圍。

自律、自約、自覺這三項要求無論在訓練或生活當中，是奧運備戰之途的成功特質，尤其選手維護身體健康狀態至關重要，需要嚴格自我約束飲食計畫，自律地要求自己完成嚴格的訓練內容，確保處於最佳競技狀態的大攻略。除了訓練和比賽以外，選手也必須有深入的自覺性，去強大自我的競賽心理，學習如何處理壓力、焦慮和比賽中的挫折，需要培養一種堅定的信念。

貳、跨域解決攻略

跨機關的合作共同培養出奧運金牌選手，而「黃金計畫」的推行即是成功的政策。這種跨機構具體在教育部體育署、國家運動訓練中心、行政法人國家運動科學中心、中華奧林匹克委員會、全國各運動協會、學校等的合作，解決核心需求有助於培養出卓越的金牌選手。黃金計畫的運作，讓政府內各部門發揮各自的專業知識和資源，將這些資源有效協調整合，提供最大程度地支持，確保選手獲得必要的資源，包括訓練場地、專業教練及經濟支持來解決競技的核心需求。

臺灣頂尖的選手大多源自於學生時代所發掘的優秀人才，在教育體制中提供學生選手教育和培訓計畫，並且可以確保選手在競技生涯結束後，仍然具有適當的教育和職業發展機會，確保選手能夠平衡運動和學業，不會因為追求夢想而失去教育機會。國家級的訓練和運科機構提供現代化的訓練設施，以供運動員訓練和比賽使用，除了運動場館，還包括先進的運動科學、科技和醫療設施，以確保選手的健康和訓練需求得到滿足，財政部門更應該為這些設施的建設和維護提供資金支持。

運動協會應制定明確的競賽政策和法規，以保護運動員的權益，鼓勵運動的發展，並確保賽事的公平競爭。協會積極舉辦賽事和提供運動設施以發掘和培養年輕運動員，為未來的奧運選手打下基礎。運動協會更需要與其他國家的體育相關機構合作，促進國際交流和合作，這有助於選手獲得國際性的競賽經驗，提高他們在國際舞台上的競爭力。另外一項非常重要的事項則為支持選手參加國際性賽事和國外移地訓練，對於培養出優秀的奧運金牌選手至關重要。

參、精英傳承攻略

「感同身受」是以頂尖選手的過去經歷，來服務現任運動員的最佳寫照。有關菁英傳承攻略部分，唯有過去曾經經歷過重大賽事的選手，才會體認到訓練需求和比賽的壓力，將這種感受親身傳承下去。一位頂尖選手的過去經歷不僅僅是歷史，也可以將其經驗值轉化為輔佐現任選手的機會。退役後的頂尖選手，可以成為現任選手的教師或教練，將寶貴的競技經驗、技術、戰術和比賽策略傳授，來幫助年輕選手更快速地成長，並避免犯下相同的錯誤。如今的選手受益於科學和技術的最新進展，以提高其訓練和競技表現，退役後的選手可以分享如何應用高科技工具進行訓練和競賽，同時也能夠理解和實際應用現代的運動科學，以幫助現任選手展現出最佳表現。感同身受的真諦，也讓退役後的頂尖選手過往之生涯攻略，如：克服壓力、焦慮和挫折等，提供給現任選

手寶貴的心理支持，分享如何處理比賽中的壓力、如何保持自信以及如何應對失敗。經驗傳承和故事案例不僅可以啟發年輕選手，也轉化為實際的建議和指導，以自己的成功之路來服務現任選手。

頂尖選手擁有廣泛的社會影響力，利用這種影響力發展和改善選手的福祉，退役後的選手之經驗可以幫助現任選手建立關係和網絡，介紹年輕選手與教練、資助商和其他運動界重要人士建立聯繫。退役後的選手過去所贏得的榮譽和成就，是國家的寶貴遺產，成就不僅象徵著個人的卓越，也代表了整個社會和國家的榮譽。這些榮耀的延續，是退役選手寶貴經歷的傳承與里程碑，可以為現在和未來的運動員提供跨世代心靈交流，感同身受地承襲給優秀選手，為下一代選手留下可借鑒的精神和經驗，讓他們得以在國際體育舞台上取得成功。

肆、獨特需求攻略

奧運等級的頂尖運動員所需要的訓練攻略，必須要有個別化的訓練方案（Individual Training Program, ITP）。以獨特性的個別化需求，勾勒出奧運金牌之路的系統性藍圖，才能不枉費多年的努力訓練。為金牌之路制定ITP，第一步是針對選手進行全面的評估，分析選手的優勢和弱點以及設定明確的目標。為了制定有效的ITP，需要一支經驗豐富的專業團隊，專業團隊以總教練為核心，成員包括運科專家、醫生、治療師和體能教練，基於ITP的評估制定完善且具有系統的訓練計畫，包括不同階段的訓練目標、賽前的備戰。在ITP過程中需要不斷監測和調整，以確保ITP符合選手的需要，包括定期的體能測試、技術評估以及心理素質的追蹤，根據監測結果讓教練可以調整訓練計畫，以應對選手在訓練過程中遇到的變化和挑戰。

除了技術和體能訓練的ITP以外，還需要特別制定出個別化的運科方案（Individual Science Program, ISP）。專門性的ISP對於培養奧運金牌選手也是至關重要，選手在面臨不同的壓力和挑戰，需要ISP的心理專家幫助選手處理壓力、焦慮和自信問題，以確保比賽中保持最佳狀態。選手的營養在ISP中，營養師可根據選手的需求制定飲食計畫，以提供訓練和比賽期間的飲食控制、補充品使用的專業指導。ISP在預防和治療運動傷害時，治療師使用先進的治療設備，進行受傷部位的復健，同時監測復健進展的數據，讓選手能夠儘快返回訓練。在奧運選手的ISP中，運動科學的作用不僅幫助選手提高體能，還能優化技術、改善表現和降低受傷風險。在ISP的運動生理專家監控選手身體的生理變化、心臟功能、疲勞功能、代謝率等指標，教練可以參考ISP的資訊來調整的ITP的內容。運動生物力學協助教練評估選手的動作技巧提供改進建議，對於加強技術、降低受傷風險和提高競技表現是重要的一環。

奧運選手需要的ITP和ISP兩套完整的方案，ITP針對長年的正規訓練、國內外比賽、移地訓練等，按步就班地邁向奧運之路。這種ITP和ISP兩套完整方案的整合，不僅提高了選手的體能、技術水準，還確保了選手的健康和安全，為奧運金牌之路注入一劑強心針。

伍、精準密招攻略

為了突破競技瓶頸，以運動科技應用在舉重項目具有特殊意義。舉重是一項技術和力量要求極高的運動，而運動科技的應用能幫助選手優化訓練、技術和表現。以運動追蹤器和傳感技術追蹤訓練過程，記錄了心率、運動強度和休息時間，來協助教練瞭解選手的身體狀態和訓練中的反應，確保在適當的訓練強度與訓練量下進行。另外，也使用高速攝影機和三維動作分析系統，與教練共同詳細研究選手的精細動作與技巧，分析抓舉和挺舉技術瓶頸且精緻調整細微的缺點。在科技秘招以數據分析工具，追蹤選手的訓練進度和表現數據，採取機器學習算法預測最佳舉重重量，確保教練規劃出最佳戰術策略。

跨領域的科技密招，在精準舉重運科整合計畫裡，針對優化訓練、技術回饋、創新器材和監控疲勞的向度，進行ISP的專業支援，並研發出一系列技術及輔助器材，開創了新世代舉重台，進行更為精準且快速的監測、記錄及比較，整合了大型舉重測力板及智慧訓練鏡等裝置。另外，專門針對舉重所設計，改善傳統橡膠製成的舉重地墊，避免將槓鈴丟下時反彈後亂跳的情況，導致不必要的傷害，應用國防高科技的剪切增稠液體（Shear Thickening Fluid, STF）高科技材料，開發減噪避震舉重地墊，能夠減少反彈高度、減少槓鈴彈跳次數與時間，也能夠降低最大噪音值以及減少噪音持續時間。此外，尚有一種科技的密招，是以槓鈴軌跡追蹤系統來輔助教練的技術指導，利用視訊分析技術及人工智慧開發出槓鈴軌跡追蹤系統，整合槓鈴自動辨識、軌跡診斷、開放骨架自動辨識及混合診斷模型，精準地回饋選手的技術分析，該系統已實際通過教練親身檢測，實際驗證其功效，甚至已應用於選手的日常訓練中。還有另一科技的密招為智慧舉重訓練鏡，以數位鏡面效果完成智慧化的影像自動辨識，並以開放骨架系統結合傳統鏡子，發揮運動生物力學與教練專業，讓選手可以藉由訓練鏡觀察自己的動作細節，更準確地進行技術修勻。該系統也可結合AI教練系統，訓練現場快速分析選手的表現，自動化解析與診斷，將分析結果即時傳遞給教練，協助突破選手技術的瓶頸。

陸、結語

臺灣運動選手獲得金牌的影響力，不但能夠提升臺灣在國際的能見度，又能夠凝聚國人的信心與團結力量。一方面向全世界展現臺灣的科技實力，另一方面以科學與科技支援我國選手在國際大賽中獲得金牌的榮耀。

跨領域來自運動訓練、臨床醫學、運動科學、運動科技……等領域專家，圍繞在卓越競技的議題，焦點鎖定在選手與教練奪牌的需求上，密切與教練和選手共同發掘出各項疑慮和問題，把訓練和比賽中猶豫不決、限制瓶頸的問題，鉅細靡遺地一一整理出來，找出奧運備戰的關鍵。將臺灣的高科技、醫療、製造的實力，應用在奧運備戰之路，將各項競技的需求和痛點，找到具體且快速的科學與科技助力的攻略，實際發揮了支援競技的功效，為未來的亞運和奧運精準地制定具體策略以及對應的解方，以科學與科技的手段與方法，逐步將訓練及競賽的問題全面解決。

作者何維華為臺北市立大學運動器材科技研究所特聘教授

參考文獻

何維華（2022）。運動科技助攻國手郭婞淳奪奧運金牌！AI 教練、追蹤系統如何舉起全臺灣？。科技大觀園。https://scitechvista.nat.gov.tw/Article/c000003/detail?ID=e43034a5-9863-4597-8bff-66ec0748f138

精準運動科學研究專案計畫。精準舉重成果。中央社訊息平台。https://www.cna.com.tw/postwrite/chi/305466

蘇思云（2021）一場國際賽事隱藏AI科技戰　情蒐讓我方摸透對手。中央通訊社。https://www.cna.com.tw/news/firstnews/202108070024.aspx

蘇思云（2021）。東奧舉重郭婞淳奪金　科技部打造AI教練助攻。中央通訊社。https://www.cna.com.tw/news/ait/202107290327.aspx

蘇思云（2021）讓奪牌不是曇花一現 專家倡議建立國家級運科中心。中央通訊社。https://www.cna.com.tw/news/ait/202108070026.aspx

2022 杭州亞運場館的永續發展評析

文／周宇輝、簡全亮、劉昆祐

壹、前言：國際運動賽事場館的規劃趨勢

「營運永續」及「環境永續」是現今國際運動賽事最夯的兩大場館規劃趨勢，2022杭州亞洲運動會（以下簡稱杭州亞運）秉持「綠色」辦賽理念，將環境保護之社會效益及永續發展之經濟效益列為場館兩大規劃目標，所有的場館規劃皆提前布局設施賽後的利用方向，並朝綠色環保的指標進行規劃（王雪麗、白宮鼎，2023）。

貳、杭州亞運場館的營運永續規劃理念

為確保場館效益最大化，杭州亞運籌備委員會由都市規劃之角度切入，朝「辦好一個賽、提升一座城」的目標努力，以城鄉規劃、體育場館布局和區域產業發展著眼，企圖透過賽會將杭州整體的基礎建設大幅提升，為該城市的未來發展奠基。此外，更藉籌備亞運之機會，將賽場周邊區域之景區、景點、景觀等優質特色「串珠成鏈」，期待透過賽會帶動觀光產業（臺灣導報，2023）。新建的紹興柯橋羊山攀岩中心係由一個廢棄礦山改造而來，將現代建築融入具歷史記憶之礦山環境背景中，企圖帶動廢棄荒山華麗轉型，賽後此場館除轉變為青少年攀岩運動基地外，也可調整用途辦理音樂會或演唱會（胡寧、賈驥業，2023）。

為確保個別場館之經濟效益，杭州亞運場館之興、整建遵循「能改不建、能修不換、能租不買」之三大原則（魯婧，2023）。杭州亞運的56個場館中，僅12座新建場館，其餘均為改建或臨建，31個訓練場館亦全部皆為改建，以避免賽後場館閒置（劉希堯，2023）。拳擊項目之杭州體育館係為文化保護建物，設施雖老但舉辦拳擊賽事仍游刃有餘；亞運壁球館亦是由杭州國際博覽中心4D展廳臨時改建而成，以充分利用既有設施（胡寧、賈驥業，2023）。

參、杭州亞運場館的環境永續規劃理念

為確保場館之環境永續，杭州市政府發布「杭州亞運會綠色行動方案」及「亞運會綠色健康建築設計導則」，從節能、節水、節電、場地、建築、結構、材料等各個方面著手規範，將綠色理念貫穿到場館建設的全生命週期中，

▲ 圖1／融入礦山環境背景之紹興柯橋羊山攀岩中心（圖片提供：莊嘉仁）

並實施綠色場館建設、綠色能源供應、綠色環境提升等八方面專項行動，將「綠色標準」、「綠色設計」、「綠色施工」等理念融入亞運場館的興設中（胡寧、賈驥業，2023）。以下為杭州亞運慣用之綠色設計手法。

一、落實綠建築及智慧綠建築

杭州亞運採用從源頭降低碳排量之作法，依循綠色場館標準規範，確保場館的「綠色健康」。亞運村採用現代綠色技術和材料，超過50%的建築達到大陸綠色健康建築三星標準；拱墅運河體育公園體育館採用室內空氣品質監控與改善系統，結合光電離子空氣淨化除菌技術，打造健康舒適的室內環境，亦獲得三星級綠色建築設計標識（曾東城、高敏，2022）。

為達成低碳建築之目標，杭州奧林匹克體育中心（以下簡稱杭州奧體中心）設置環境感知設備，以隨時監測場館溫度、溼度、照度、人流密度，並透過對監測回傳數據之運算及分析，計算並啟動兼顧能耗與舒適度的最優方案，動態管理每一個區域的耗能，並針對「賽事期間」、「一般開放日活動期間」，及「決賽期間」，自動切換不同的電力自動控制模式，以精準降碳（臺灣導報，2023）。

二、利用綠色能源進行碳中和

聯合國環境規劃署（United Nations Environment Programme, UNEP）2021年研究指出，建築與營建業占全球溫室氣體排放37%，而建築與營建業所製造出之溫室氣體中，有74%跟能源使用相關，另外26%來自建材和營造階段。為有效控制場館建築之碳排量，杭州亞運場館積極導入綠色能源，除了在杭州各地設置136座分散式光電發電站，也將綠色場館與城市規劃有機融合外，選手村內運動員餐廳屋頂亦設有年發電量達19萬千瓦小時的光電板，賽事結束後該基地將改建為綠電小學，傳播零碳賽事的理念（陳育晟，2023）；杭州亞運主辦單位也通過綠電交易，將新疆、青海的太陽光電和內蒙古的風力發電，透過特高壓電網將乾淨的綠電導入，創造亞運史上首次實現56個場館全以100%綠色電力供應之案例，以實現亞運場館的碳中和（翁宇君，2023）。

三、採用多種節能減碳之設計手法

杭州亞運之富陽水上運動中心在面積2萬4,000平方公尺的屋頂上，設置了45%綠化率的植被屋頂，不僅能固碳釋氧，還可達到隔熱保溫、冬暖夏涼和減緩雨水逕流的效果，又可實現節能減碳的目標（郭曉陽，2023）。

▲ 圖2／拳擊競賽辦理於文化保護建物的杭州體育館中（圖片提供：作者簡全亮）

杭州奧體中心游泳館的屋頂，利用210根導光管將室外自然光引入場內，每年可節約10萬度電；該場館也採用「智能導光系統」演算出不同時間和場景的「最佳照明亮度」和「能源消耗量」，透過自動調節照度，還可使整個LED照明系統的使用壽命長達25年（東森新聞，2023）。

杭州亞運村也採用海綿城市的規劃概念，藉由透水性鋪面、滯留雨水、儲蓄雨水、過濾淨化處理、生態淨化滯留，及雨水收集利用等方式，建立區域內雨水有機循環體系，以打造節能場館（孟梅、易弋力，2023）。富陽水上運動中心亦採相同手法，利用雨水回收系統，將屋頂收集的雨水淨化處理後再利用，每個月可節省35%，相當於1,000噸的用水（郭曉陽，2023）。

四、精準無廢之手法及綠建材之選用

杭州亞運在各場館的設計及施工階段，由源頭進行廢棄物減量，並優先使用綠建材、營建廢棄物綠色處理等手法，管控場館建造過程中的碳排放量（連慜鈺，2023）。

杭州亞運應用建築資訊模型（BIM）技術，計算出場館最適工法及材料用量，由設計源頭到施工過程，減少材料用量（劉希堯，2023）；杭州奧體中心運用了空間桁架結合弦支單層網殼組合結構體系，使場館鋼結構之鋼用量比同規模的體育場減少約三分之一，從設計源頭到施工過程都大幅降低了材料浪費和碳足跡，該項目也因此獲得了中國鋼結構金獎。

▲ 圖3／富陽水上運動中心的臨時性設施（圖片提供：作者簡全亮）

富陽水上運動中心考量觀眾席看台、觀眾服務設施、安檢設施、票務設施等，在賽後皆為低度使用的裝備，故採用臨時性設施方式設置，以利賽後移撥至他處續用。

淳安界首體育中心自行車館賽後將租用的木質賽道拆除後，即可轉變成其他用途；杭州電子科技大學體育館採用了舊有翻修後再次利用的5,000多席座椅，以減少資源浪費；浙江工商大學文體中心整建時，將原有地板拆除後，再轉贈給有需要的山區學校回收利用，使廢舊地板再利用率高達到80%（胡寧、賈驥業，2023）；杭州國際博覽中心的4D展廳改建而成的杭州亞運壁球館所使用的耗材，也均為回收紙、稻殼、聚乳酸材質等合成的可回收材料，以達成無廢的目標（工商時報，2023）；黃龍體育中心改建時，將拆除的9,000多噸營建廢棄物透過破碎及分類的手法，變成可重複利用的半成品，以供水泥回收骨材、抹灰砂漿，或混凝土免燒磚等建設原料使用；寧波象山亞帆中心將爆破產生的土方及石塊，全用於就地的海域防洪堤建設，在在顯示杭州亞運盡可能地回收利用所有再生資源。

在節儉辦賽的理念下，杭州將「無廢」理念融入亞運的籌備、舉辦和賽後利用全過程中，各類器材設備能租不買、能借不租，廢舊物資盡可能再生利用、變廢為寶，以形塑具有杭州辨識度的「無廢亞運」品牌，並向世界展示「無廢城市」的建設成效（胡寧、賈驥業，2023）。

肆、結語

就營運永續的角度而言，場館賽後的永續營運是主辦城市需長期面對而無法逃避的問題，故在場館規劃的決策初期，即須考量場館之永續營運，寧可讓場館物盡其用的「過勞死」，也不要場館因閒置而「冤死」。

就環境永續的角度而言，我們能留給後代子孫的僅有我們用後剩下的地球，需學會以分享代替擁有、用「借住／借用」而非「占有」的心態來行事，方能為後代子孫留下可長可久的地球，也唯有當我們學會謙卑地尊重環境，才能擁有環保永續的地球。

作者周宇輝為國立體育大學休閒產業經營學系教授、簡全亮為黃岡師範學院體育學院講師、劉昆祐為國立屏東科技大學休閒運動健康系副教授

參考文獻

工商時報（2023）。ESG大趨勢正在改變運動世界 以杭州亞運為例。https://www.ctee.com.tw/news/20231008700041-439901

王雪麗、白宮鼎（2023）。「時代青音」杭州亞運會：探索大型綜合性賽事成功的“中國方案”。光明網。https://theory.gmw.cn/2023-09/27/content_36861370.htm

孟梅、易弋力（2023）。首個碳中和亞運會來了。生態中國網。https://www.eco.gov.cn/news_info/66766.html

東森新聞（2023）。日月光X體壇HotNews！國際賽事主打「綠色節能」。東森新聞。https://news.ebc.net.tw/news/sport/384062

翁宇君（2023）。如何彰顯亞運的“綠意盎然”？杭州亞運分享辦賽經驗。國際在線。https://

news.cri.cn/2023-09-27/9d9d5580-101d-6d84-200f-739c713f2fc2.html

陳育晟（2023）。杭州打造第一個「碳中和」亞運！5招淨零行動能奏效？。ESG遠見。https://esg.gvm.com.tw/article/33421

胡寧、賈驥業（2023）。“無廢亞運”：從理念到比比皆是的綠色細節。中國青年報。https://www.chinacace.org/news/view?id=15179

連慜鈺（2023）。揭開智慧化比賽場館的神秘面紗 解構如何打造首個無廢亞運。香港文匯報。https://www.wenweipo.com/a/202308/28/AP64ebacf1e4b0fb87b54401eb.html

郭曉陽（2023）。杭州亞運｜主打綠色低碳 在場館規劃和設計上體現。當代中國。https://www.ourchinastory.com/zh/5899

曾東城、高敏（2022）。擁抱碳中和　杭州亞運會打造大型賽事“零碳”樣板。搜狐。https://www.sohu.com/a/534548796_121106832

臺灣導報（2023）。【杭州亞運】天下再識新杭州——「亞運之城」展示中國式現代化美好未來。臺灣導報。https://www.taiwan-reports.com/archives/692519

劉希堯（2023）。【亞運觀察】綠色賦能辦亞運 為大型賽事提供“杭州樣板”。光明網。http://big5.taiwan.cn/xwzx/PoliticsNews/202309/t20230927_12570848.htm

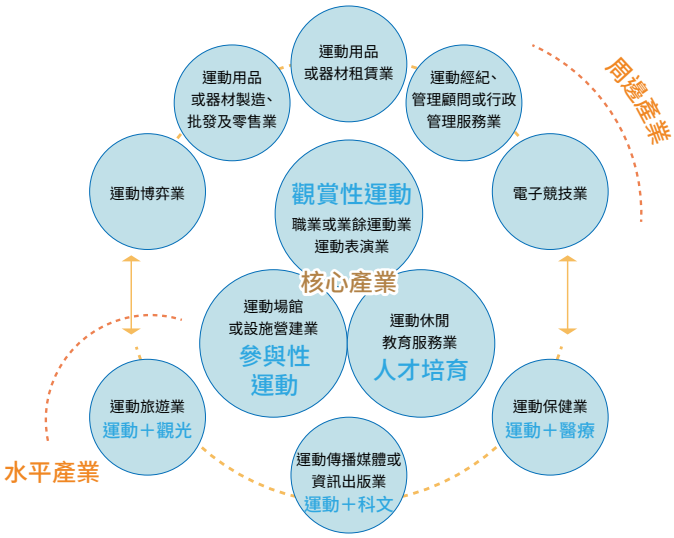
魯婧（2023）。堅持綠色、智慧理念 亞運會打造全球首個大型“無廢”賽事。人民網。https://www.boyouti.com/f/292055.html

2022 杭州亞運對運動產業之拉力與推力

文／劉承勛、陳美燕

壹、前言

杭州，除了以西湖風景聞名國際外，作為跨境電子商務綜合試驗區和國家自主創新示範區，杭州現今亦成為集資訊產業和智慧應用為一體的新經濟型態產業城市，帶動電子商務、訊息軟體、文化創意、休閒旅遊等產業的成長，也醞釀了阿里巴巴、娃哈哈、萬向集團等中國的百強企業，因此被稱為「電商之都」（TO'GO，2023）。在杭州亞洲運動會（以下簡稱杭州亞運）之前的五一假期，杭州西湖便榮登全中國遊客量的榜首，成為觀光旅遊景點的翹楚。而在今（2023）年9月登場的杭州亞運，因為中秋、中國國慶假期的影響，杭州已經躋身旅遊熱門地點的前3名，亞運期間的整體旅遊訂單同比增長279%。從9月23日至9月30日（共8天），杭州承載的遊客總量為2,184.6萬人次，日均為273.1萬人次，比2022年同期的1,060.0萬人次上漲106.1%，運動賽事帶動了餐飲、文化、旅遊等產業，形成「亞運經濟」（工商時報，2023）。



▲ 圖1／運動產業發展條例之產業分類（資料來源：作者自行整理）

運動產業定義為提供消費者在運動及休閒娛樂的相關產品、設施、場地及服務等的相關產業或組織（陳美燕、楊浩彥、李杰憲，2017）。臺灣《運動產業發展條例》於民國101（2012）年施行，嗣條例於106（2017）年修正施行，其第4條第1項將運動產業修正為十三款，包含了核心產業、周邊產業與水平產業，如圖1。

運動賽會對於當地所創造的經濟影響並不是唯一因素，而是在諸多因素交錯影響之下所產生的綜合產出，其中包含社會、文化、經濟、政策等諸多因素 （Brown & Massey, 2001；Parent, 2008；Ritchie, 1984）。另外，Bansal et al.（2005）將「推力與拉力」概念應用於消費者行為領域，他們的研究認為在消費者行為當中，滿足消費者的核心需求為推力，例如：產品或服務品質、滿意度、價值、信任、承諾、價格知覺；帶動消費者的拉力因素為替代吸引力或擴散吸引力，例如：消費標的物、人員或組織衍生的服務或產品。因此，本文之目的以杭州亞運為例，探究運動賽事帶動產業之拉力與推力經濟效益，並提出相關運動行銷與管理之策略建議。

貳、運動賽事帶動之拉力與推力經濟效益

陳美燕、楊浩彥、李杰憲、張智鈞（2022）在「臺北市運動產業發展暨經濟效益分析——運動產業衛星帳及後世大運經濟影響」報告書提到，在經濟層面，辦理運動賽會對於當地存在短暫的經濟效益是正面的；研究也提到所謂的白象效應（White Elephants），因為白象在泰國是神聖的象徵，通常也只有皇家可以飼養。如果皇室賞賜一頭白象給臣子，雖然是至高無上的榮耀，但也帶來了無限的麻煩（Tien, Lo, & Lin, 2011）。因此，將運動賽會比喻為可能會成為一件浪費錢又無用的事情。以2000雪梨奧運和2008北京奧運為例，雪梨和北京本就是觀光旅遊的熱門城市，在賽事期間，由於城市承載量和安全管制等因素，透過運動賽事帶動的經濟效益反而不如預期。但是，杭州亞運並未出現上述情況，除了都市建設及交通機能的提升外，更在科技創新的驅動下將賽事帶動的科技產物延伸服務在地市民，提升生活品質。本文作者觀察的主要原因便是杭州亞運是以消費者為導向的拉力與推力的行銷策略，同時也以設計力創新作為推拉的驅動力。

一、以消費者為導向的拉力與推力行銷策略

杭州亞運舉辦40個運動種類的競賽，以臺灣為例，各運動代表隊選手便包括524名選手、競逐32種運動競賽，代表團總人數近800人。籌辦單位基於「杭州為主、全省共享」的辦賽原則，除了主辦城市杭州外，寧波、溫州、紹興、金華、湖州五大亞運協辦城市也迎來龐大客流量，進而牽動杭州周邊城市的消費增長。此外，中國移動通信集團旗下的數字娛樂服務提供商「咪咕」為杭州亞運官方特許轉播商，本次賽事將5G、8K+雙Vivid（HDR Vivid、Audio Vivid）、元宇宙、數智人、XR等多種科技的融合運用，強調以「內容、科技、融合創新」的方式，為消費者提供了全新的體驗。

陶李（2023）指出因杭州亞運的舉辦，在地居民對生活開始有所期待，推動全民健身及全民健康的宗旨，並結合亞運主題舉辦「杭州動漫節」及「杭州馬拉松」等促進消費的周邊活動，更抓住賽事場館周邊的著名景點開發「吃住行遊購物」的旅遊商品。杭州亞運集結了176家企業贊助，

共計118個類別中，就有108 家來自浙江在地企業，齊心為杭州亞運將帶來的龐大商機做準備。

再者，支付寶平台發布的亞運經濟報告顯示（中國科技網，2023），亞運期間杭州六城風景區的單日消費同比最高增長270%。使用支付寶支付筆數較比8月增長近70%，其中西湖商圈、武林商圈、河坊街則是外國觀光客在杭州觀賽之餘最喜愛的三大熱門消費目的地。國際賽事加上城市觀光旅遊，中國支付寶平台數據顯示，「智能亞運一站通」支付寶小程序互動量累計近60億；超過2億人次透過支付寶生活號平台瞭解賽事資訊、圍觀賽場精彩瞬間；超過6,200萬人次上「亞運喝彩站」為運動員應援加油。充分展現以觀賞性運動、運動場館設施、運動服務等核心產業為推力，並以運動傳播媒體、運動旅遊、運動經紀、運動管理顧問等周邊與水平產業為拉力的行銷策略。

二、設計力創新的推拉驅動力

Verganti（2018）認為產品或服務運用設計力創新至少需具備能增加顧客喜愛度、優雅度及永恆價值感三要素。用設計力創新建立美學競爭力，和一般製造業習慣的創新策略相比，不但需跳脫設計僅為產品外觀層面，且需在設計發想期即融入消費者感受與經驗，當人才培養及組織氛圍皆具有美學的特性與內涵時，才有可能產生具設計力創新的產品。杭州亞運、亞帕運的市場開發全業務總收入53億1,600萬元（約合新臺幣237億元），其中包括118個類別的176家企業贊助44億1,780萬元（約合新臺幣196億元），特許授權商品如吉祥物等銷售額達7.6億元（約合新臺幣33億元）等，賽事觀賞一票難求，上座率超過92%；售票總數超過30萬張，票務總收入超過6.1億元（約合新臺幣27億元），杭州亞運贊助收入和贊助規模為歷屆之最。

根據浙江省統計局估算，2016年至2020年，籌辦亞運對杭州市GDP的拉動約為4.1億元（約合新臺幣18億元），占同期GDP的7.6%。籌辦杭州亞運帶動了各方面建設，為經濟社會發展帶來影響。透過設計力創新概念，運動賽事為鄉村振興賦能，例如：紹興柯橋區利用農產品生產、鄉村美景、農家民宿等，將鄉村資源與運動旅遊產業平台深度整合，形成鄉村特色的「體旅產品」。另外，運動賽事亦促成區域協同城市發展，杭州和五個協辦城市採用區域辦賽模式，既帶動浙江省內區域間體育運動資源共享和要素互補，也進一步強化長江三角洲地區的協同發展。

本屆杭州亞運也跳脫以往開幕儀式的框架，藉由數位科技導入讓民眾參與其中，更在開幕儀式中大展科技成果：全球最大屏幕360度全景、裸眼3D視覺效果及虛擬影像設計，直接把知名景點錢塘江搬到開幕舞台上；更利用AR技術施放數位孔明燈及煙火打造環保永續之意象。而本次的火炬傳遞「數實點火」更是杭州亞運開幕儀

式的焦點，透過杭州亞運組委會使用「智能亞運一站通」的平台，線上超過1億人一同參與聖火的點燃（新浪網，2023）。

參、結語

大型運動賽事舉辦對於城市都具有刺激消費、推拉經濟的作用，不僅能夠推進賽事門票、體育用品、周邊紀念品等銷售收入，還可拉動住宿、餐飲、旅遊、文化、娛樂等相關產業增長。但是，大型賽事對舉辦城市的經濟發展階段不同，經濟結構和經濟規模也有所差異，因此其帶動產業經濟的程度以及賽事之後的影響也各不相同。杭州亞運結束之後，所產生的賽事經濟紅利應將持續相當長的時間，但也希望在經濟與社會各個領域，形成漣漪效應。尤其是「後運動賽事」階段，觀光旅遊及運動人數的變化、GDP的成長、創新應用場域與營運模式、賽事資產的貢獻，都應該是後運動賽事時期該評估的產業經濟面向影響。

作者劉承勛為國立臺灣師範大學運動休閒與餐旅管理研究所在職專班學生、陳美燕為國立臺灣師範大學運動休閒與餐旅管理研究所教授

參考文獻

王春秋（2023年9月21日）。杭州亞運會開幕禮總導演沙曉嵐：「數實點火」將成最大亮點。新浪網。https://reurl.cc/3eAneX

洪恒飛、江耘、何亮（2023年10月6日）。“亞運經濟報告”發布：亞運六城景區單日消費最高漲幅270%。中國科技網。https://reurl.cc/z6Xr3p

陶李（2023年9月21日）。文體旅融合 跑出“加速度”。中國旅遊新聞網。https://reurl.cc/Ryx-0MD

陳美燕、楊浩彥、李杰憲（2017）。臺北市運動產業發展暨經濟效益分析——運動產業衛星帳及投入產出模型。臺北市政府體育局。

陳美燕、楊浩彥、李杰憲、張智鈞（2022）。臺北市運動產業發展暨經濟效益分析——運動產業衛星帳及後世大運經濟影響。臺北市政府體育局。

藍孝威（2023年9月23日）。「亞運經濟」助燃杭州消費、餐飲、文化、旅遊同時受惠。工商時報。https://www.ctee.com.tw/news/20230923700498-430801

TO'GO。（2023）。杭州迎亞運在電商之都體驗精采旅遊魅力。泛遊情報，*305*，20-45。

Verganti, R. （2018）。設計力創新（新版）（呂奕欣譯）。馬可孛羅。

Bansal, H. S., Taylor, S. F., & James, Y. S. (2005). Migrating" to new service providers: Toward a unifying framework of consumers' switching behaviors. *Journal of the Academy of Marketing Science, 33*(1), 96-115.

Brown, A., & Massey, J. (2001). *The sports development impact of the Manchester 2002 Commonwealth Games: initial baseline research*. Retrieved from Manchester Metropolitan University, Manchester Institute for Popular Culture.

Parent, M. M. (2008). Evolution and issue patterns for major-sport-event organizing committees and their stakeholders. *Journal of Sport Management, 22*(2), 135-164.

Ritchie, J. R. B. (1984). Assessing the impact of hallmark events: Conceptual and research issues. *Journal of Travel Research, 23*(1), 2-11.

Tien, C. L., Lo, H. C., & Lin, H. W. (2011). The Economic Benefits of Mega Events: A Myth or a Reality? A Longitudinal Study on the Olympic Games. *Journal of Sport Management, 25*(1), 11-23.

新時代新傳播——大型運動會媒體報導的轉變

文／黃顯祐

壹、前言

杭州亞洲運動會（以下簡稱亞運）追平1998曼谷亞運的金牌數，激勵了國內體壇，但如果比較相隔25年的這兩屆亞運，媒體報導的模式有顯著改變。曼谷亞運雖然已經是所謂電腦發稿的時代，但因當時網際網路尚未全面化，傳輸的速度與目前相差許多，國人無法像現在透過各種平台接受到最快訊息，時效性有一段差距。

網際網路改變了生活，也改變了媒體。俗稱的傳統媒體（報紙、雜誌、通訊社等）面臨極大的改變，紛紛朝向數位化邁進，電子報成立彌補隔天才能交到讀者手中的印刷報紙，而且報紙不再像以前投資眾多的版面在亞運報導上，僅以重點式呈現，其餘資訊或內容請在網路上閱讀。

時代轉變，媒體報導的方式可說是「重即時」，無論是傳統媒體、電子媒體、新媒體都是強調「快」，以最快的方式提供給大眾最想看到的資訊。在亞運期間，就是最快、最新的比賽成績及選手表現，及第一時間的選手訪談，使民眾迅速獲得亞運選手的最新戰果，瞭解選手爭金奪銀的「血汗故事」。

這裡指「血汗故事」並非誇大渲染，運動員的選手之路流血流汗的故事何其多，但以往因傳播速度與方式無法那麼即時，選手在奪牌第一時間的心路歷程未能馬上傳遞給大眾，如今透過網路的傳播，大眾掌握第一手，並能透過社群傳達心情，選手可以立即獲得迴響。

因應網路時代，媒體轉型與作業方式改變，分為幾個方向進行探討。

貳、媒體轉型

媒體報導亞運，由組織、作業、呈現等都要轉型。這包括媒體生態的改變，在亞運（奧運亦同），電視轉播權利金是重大收入之一，取得電視轉播權的電子媒體，因付給國際奧會及籌委會轉播權利金，自有其規範，現在來談的是沒有轉播權利金問題的傳統媒體，也就是非電子媒體。

傳統媒體面臨的是經濟環境欠佳的情況下，生存成為最大挑戰，加上網路的衝擊，經營承受極大壓力，近幾年晚報市場全面消失就是明顯例子。晚報是下午出刊，當天上午最重

大的新聞是報導重點，另一特色是配合股市收盤，最火熱的即時股市消息，但這些優勢都被網路取代，晚報只得停刊。

晚報在運動賽事報導曾占有一席之地，亞運雖大多數承辦的城市與臺灣時差不大，但在奧運就有其地位，在歐洲及美洲國家舉行的奧運，晚報可以完整呈現一個比賽日的所有訊息。近幾屆的亞運只有2006杜哈亞運，因時差問題，晚報可以報導較晚的賽事，那時因電子報尚未普及，晚報提供的報導還有些關注度。

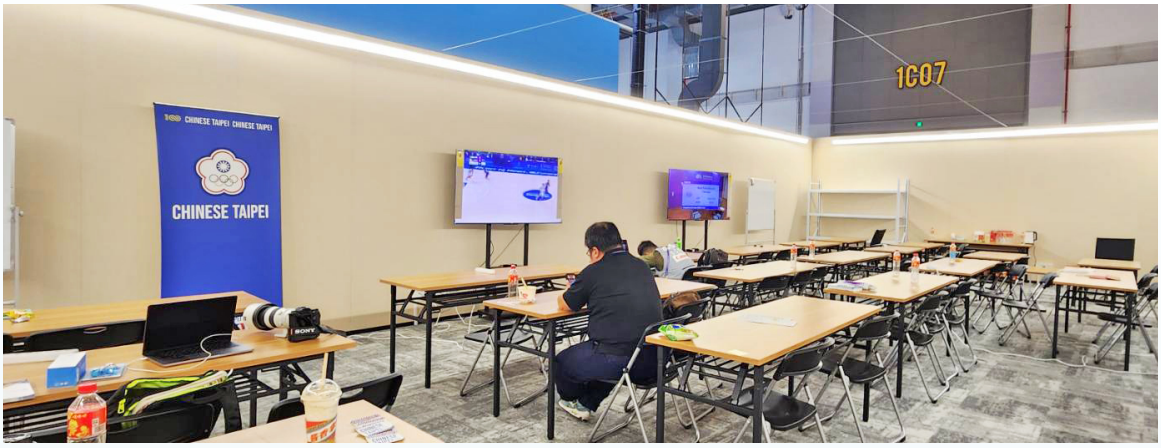
傳統平面媒體組織與作業跟著調整，1990北京亞運是睽違20年，中華台北的選手重返亞運舞台，《中國時報》、《聯合報》兩大報業集團派出龐大採訪團，並在北京亞運主媒體中心（Main Press Centre, MPC）承租獨立辦公室，與中國國家通訊社，如新華社、世界主要通訊社，如美聯社、法新社、路透社等，一樣在MPC有自己的辦公室。臺灣其他媒體在亞運MPC都是在中華奧林匹克委員會（以下簡稱中華奧會）承租的辦公室作業，然而近幾年，《中國時報》、《聯合報》都不再承租辦公室，而是一起在中華奧會辦公室進行作業。

前往採訪的陣容也是逐屆減少，使採訪工作加重。亞運媒體採訪最重要是現場感，1998曼谷亞運，保齡球隊奪得6金是當年的金牌大戶，採訪人手充足的媒體採訪團是全程1人每天緊盯保齡球隊。保齡球隊在亞運期間自己開伙、如何減壓、心理層面、搭檔分工……等都可詳細報導，金牌軍致勝之道鉅細靡遺。

而今各媒體最多是3至4人的文字及攝影採訪團，亞運代表團卻越來越龐大，參賽的選手眾多，每天都有許多競賽同時進行，以往1人整天只負責一個競賽是不可能的事，加上場館分散，來回車程費時，「趕場」成為日常。

作業方式的改變使得採訪時只能抓重點，當天的規劃也要隨機應變，更細微的奪牌故事就改以教練或選手在社群發布的消息作為輔助，這也是現代報導的模式。這沒有好或不好的問題，只是媒體採訪重點是臨場感，比賽瞬間或賽後的心情轉折，這與看著社群動態寫故事是不太一樣的。

▲ 圖1／杭州亞運主新聞中心（MPC）空間寬敞（圖片提供：作者）



▲ 圖2／中華台北奧會的主新聞中心辦公室（圖片提供：作者）

這也是現今的網路新聞快又迅速，滑著網頁看著教練及選手的故事，立即感受與動容，但有時瀏覽後就遺忘，這時就凸顯了紙本的重要性。透過編排，文字與圖片結合，感受到的是滿滿的溫度，閱讀起來也有踏實感，以上就是代表呈現方式的不同。

媒體當今追求的是即時新聞，最新、最快的報導，要求的呈現方式也是如此。即時新聞可以讓大眾迅速掌握比賽及相關動態，當然有時求快也易出現錯誤，嚴謹度欠佳。但即時新聞優點是可以隨時修改、修正錯誤或更新最新的進度，只是有時求快的錯誤會被放大而成為笑話。

即時新聞報導占了主要部分，紙本的新聞相對被壓縮，這也是主要平面媒體在亞運期間投資的版面減少之因。以往只要在亞運奪金披銀，可能是頭版、二版或三版的大篇幅報導；但杭州亞運的新聞處理，大多是頭版一個圖文，主要新聞及故事在內頁處理，且版面沒有那麼前面，這就是時代不同的差異性。

另一媒體轉型就是傳統媒體外，除了有網路媒體，還有自媒體。網路媒體追求即時新聞的「快」，自媒體不標榜速度，除了教練及選手故事外，多了自我的觀察與分析。這類報導是以側寫方式敘述教練或選手的故事，除了動人的故事，另添加情感表達，與傳統新聞強調不可夾議、夾敘的規範不同，但容易引起共鳴，也是未來AI難以做到的部分。

參、影音重於文字時代

文字的美麗，加上版面的編排，之前有說明，但網路時代還是重視影音。不管傳統媒體，或是電子報、自媒體，影音（影像）的比例比之前加重，在過去所稱「有圖為證」，進化到「有影片有真相」。但轉播權利金如今成為運動賽會重大收入之一，特別是亞運及奧運，藉著轉播權利金帶來重大收益，是主辦及承辦單位極為重視的，也為影音帶來了影響。

隨著轉播權利金的水漲船高，取得地區授權的媒體很重視侵權問題，而且負責授權的單

位也非常講求，使得沒有轉播權的非持權轉播單位幾乎沒有空間，場內競賽當然無法拍攝，若想擦邊球只要有亞運任何標誌在畫面中出現，都會有侵權的疑慮。

影音又是現代報導不可缺的素材，在杭州亞運期間，可以看見非持權轉播的電子媒體，最先都是使用資料畫面，必須等持權轉播單位提供競賽畫面；訪談部分，非持權轉播單位也必須等受訪的選手及教練，走到比賽場館外面，在沒有任何大會標誌的背景情況下受訪，避免侵權。

傳統媒體或是電子報，避免侵權仍以圖片為主，但杭州亞運的規定更嚴，只要圖片以連續動作或用圖像互換格式（GIF）呈現，都會被通知這種呈現方式不被允許。這規定似乎比以往嚴格，自家攝影拍到照片，本來就是屬於自己的著作權，應該不會有侵權問題，卻說以連續動作在社群出現是不可以的，而國外主要通訊社在精彩畫面或關鍵畫面，經常可見連續動作的圖片，並在圖片標示（1、2、3），也在電子報或版面上呈現，這是經常可見的呈現方式，並沒有違例產生。

在注重影音或影像的時代，媒體曾試著以動畫方式訴說新聞故事。這作法評價不一，認同者認為動畫的傳達更簡單明白，少了閱讀文字的不便感；不認同者認為少了新聞的真實感，動畫不能代表新聞畫面，是虛擬的，新聞照片或畫面就是要最真實的呈現，動畫卻有失真的感覺。

因為綜合性運動會或國際大型賽事，在影音及畫面規範嚴格，甚至有電子媒體因違反規定被趕出會場的例子，所以採訪大型運動會，非持權轉播單位採訪上格外辛苦，也會視承辦地點決定是否派記者前往採訪。杭州亞運因是疫情緩和，加上鄰近，前往採訪的媒體數量勝過以往，持權轉播單位也特別關注這些單位是否侵權。

▲ 圖3／杭州亞運主新聞中心（MPC）（圖片提供：作者）

▲ 圖4／杭州亞運主新聞中心調度中心（圖片提供：作者）

肆、結語

數位時代來臨，媒體報導與宣傳有極大的轉變，透過社群與電子報模式取代傳統媒體，雖然傳統紙媒短時間不會消失，但考慮成本及效益後，逐漸投注更多在網路上，也使得紙媒不再是強調最新、最快的新聞提供者。這個對運動新聞報導衝擊很大，因為喜愛運動的群眾，透過網路就能迅速知道勝負，掌握喜愛運動員的動態，紙媒有編排及印刷的時間限制，無法立即知道比賽結果，也是當今運動賽事紙本報導減少的原因。

傳播的速度增進，大型運動會的網站設計好壞高下立判。大型運動會的網站主要是提供賽會訊息，奧運或亞運的官方網站，大多數都可呈現最新的賽況及戰果，但有時瀏覽者眾多，或有速度變慢的現象，而流暢及迅速找到所需的訊息，卻是大型運動會最基本的要件。

當然以網站或即時通訊軟體、社群，仍可完成報導，但欠缺現場感。雖可透過賽事直播看到最新比賽過程或結果，但還是有直播看不到的畫面與故事，就如在現場觀看比賽，與透過直播收看的感覺是不一樣的。

面對社群、即時新聞的強大挑戰，現場採訪還是不可少的，除了臨場感外，教練與選手的心境透過面對面的訪談，報導上才會有穿透力，上述的民眾透過網路可以立即看到賽況或戰果，但選手在比賽中勝利及失敗，站上頒獎台的血汗訓練，還是要由訪談及深入瞭解才能傳遞給民眾，這是不管新時代新傳播走到什麼新里程，依然無法改變的工作模式。

但因媒體經營不易，紛紛緊縮採訪經費及人員，今年杭州亞運，中華奧會已組以攝影為主的採訪團隊，提供給媒體報導使用，使報導更完整，算是跨出新時代轉變的第一步。

作者黃顯祐為中華台北體育運動記者協會理事長

杭州亞運之備戰與醫療支援

文／林瀛洲、曾怡鈞

壹、前言

因新冠肺炎疫情延宕1年舉辦的杭州亞運，終於在2023年10月8日精彩落幕。中華代表團除了正式將亞運參賽累計的金牌數突破100面之外，也創下了19金20銀28銅的史上最佳成績。這背後除了教練和選手們辛勤的訓練之外。團本部的行政資源以及醫療團隊細心的呵護照顧，也扮演著非常重要的角色。本次代表團共計有520位選手參賽，加上教練及隊職員，共計近800位團員。雖然不是史上最大的團隊。但是隨著近年來對運動選手照顧的精緻度大幅提升，在醫療及防護的照顧負荷上卻是史上最艱鉅的。即便是安排了8位醫師及32位防護員及物理治療師組成了陣容堅強的醫護團隊，如圖1。然而照顧的人力仍非常吃緊，即使突發狀況不斷，所幸皆能不負使命，妥善照顧所有團隊成員健康順利的完成任務。另外賽中支援團也安排了營養師隨隊前往，緊盯著運動選手們的營養狀況隨時提供諮詢及建議，這些細節都奠定了創記錄佳績背後的關鍵要素。

▲ 圖1／杭州亞運的醫師團隊（圖片提供：作者林瀛洲）

貳、醫療支援

本次杭州亞運，除了在蕭山區的選手村之外，另外還有淳安、寧波、溫州、金華、桐廬、紹興共6個運動員分村。最遠的溫州，車程至少要4小時；在淳安、金華、桐廬及寧波的車程也都在1.5小時～2小時之間。比賽的場館大部分都是距離30分鐘以上的車程，有些甚至超過1個小時。這些狀況對醫療團隊而言，都是非常嚴峻的考驗，任何一個項目的每一名運動員，都是必須細心照顧的對象。因此如何規劃運動員分村以及場邊的運動醫療，也成了本次亞運的重點。

一、場邊即時醫療

由於有些賽場跟選手村之間的交通距離相當遠，往返比賽場館需要花費不少時間。而且在賽程安排上，未必有充足的時間讓選手返回選手村，進行適當的恢復及治療，因此身體有狀況的選手必須要安排在比賽場邊進行即時的治療，以應付接下來的賽程。從2016里約奧運開始，雷射針灸便已廣泛應用在中華代表團運動員的運動傷害治療上。因為它本身重量輕，便於攜帶且治療不會產生疼痛，大大減緩了治療後所延伸的痛感，也降低對後續賽程產生的影響。確實是一個適合在場邊進行即時醫療的治療方式，如圖2。過去的文獻也證實雷射針灸確實對於骨骼肌肉系統的疼痛有明確的治療效果（Hung et al., 2021）。

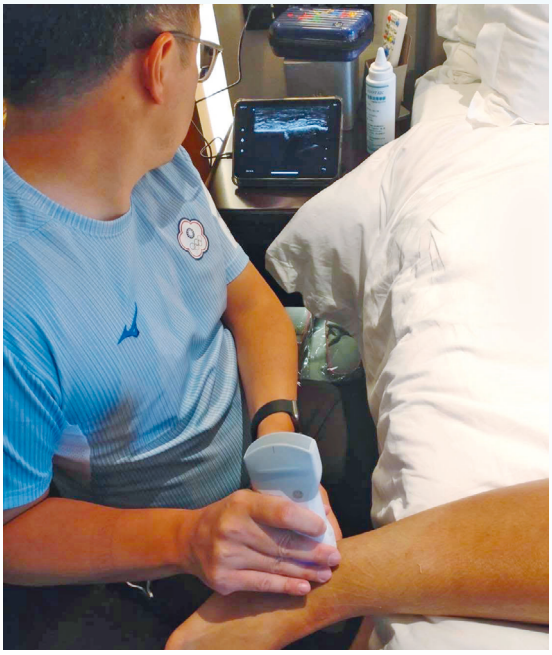
▲圖2／醫師在場邊使用雷射針灸，協助選手治療傷勢（圖片提供：作者林瀛洲）

二、場邊即時超音波檢查

隨著運動醫學的進展，骨骼肌肉超音波（musculoskeltal ultrasound）已經是運動醫學賴以評估傷勢的重要工具之一（Paoletta et al., 2021）。場邊即時的超音波檢查，已經是現代運動醫學的趨勢（Ho et al., 2022）。過去研究顯示，籃球選手髕上積液和近端髕腱病變的發生率顯著較高，有些選手雖然沒有症狀，但超音波檢查出病變的機率卻高出一般人。因此，篩檢無症狀的運動員在預防運動傷害的發生具有臨床意義，醫療團隊在支援亞運的運科會議上，就已經提出購置攜帶式超音波檢查儀的建議，所幸也得到了國家運動訓練中心的同意，購置2台攜帶式超音波並在本次亞運的醫療支援上提供了以下的協助。

(一) 蕭山選手村以外的其他運動員分村醫療檢查：本次亞運的其他運動員分村都是由當地的旅館飯店設置而成，缺乏基本的醫療設備。前往支援的醫師如果配備攜帶式超音波就可以在短時間內進行初步的檢傷分類，決定後續治療的方針，不用等後送附近的責任醫院，做完檢查才能做判斷與決定。大幅增進了醫療照顧的效率。

（二）場邊即時的傷勢篩檢：本次賽會在溫州的運動員分村，有位選手在練習時不慎扭傷腳踝。醫療團隊派去支援的醫師，立即使用攜帶式的超音波進行檢查，如圖 3，發現腳踝有疑似骨折的現象。經後送責任醫院進行 X 光及電腦斷層檢查，結果發現確實有踝關節骨折的現象，當下即刻將資料彙總呈報團本部。經過多方溝通討論，最後決定儘速將選手送回臺灣進行手術治療。由上述的經驗可見，場邊即時的超音波篩檢確實對醫療決策的判斷發揮了極大的作用，過去文獻也發現，由訓練有素的隨隊醫師進行的場邊肌肉骨骼超音波檢查，在資源有限的環境中確實是評估骨折的有效方法之一，其診斷的敏感度及特異性都可以高達 98%（Dallaudière et al., 2015）。



▲ 圖3／支援溫州分村的醫師用攜帶式超音波評估選手踝關節扭傷狀況（圖片提供：作者林瀛洲）

參、運動營養的介入與支援

一、運動營養的重要性

運動營養是營養科學在提高運動表現方面的專門應用，良好的營養支持可以在平時訓練中提升訓練效益、提高肌肉適應、改變體組成與維持健康、減少訓練傷害。而在競賽過程中，則是扮演著維持選手良好體能的重要角色。當兩位運動員的遺傳與訓練狀態皆相同時，營養支持即是關鍵差異的推手，對於運動員臨場的發揮有決定性的影響。運動員若長期營養不良，更可能會導致運動中相對能量不足（Relative Energy deficiency in sports, RED-S）進而使身體各系統的功能發生異常，對健康造成不良影響。其影響包括：免疫失調、月經週期異常、骨骼健康、內分泌失調、新陳代謝失調、造血功能、生長發育、心理健康、心血管疾病風險、腸胃道疾病等。RED-S對運動表現方面也有不良影響，如：運動耐力變差、增加受傷機會、訓練效果下降、判斷力降低、協調能力降低、注意力不集中、情緒不穩易怒、情緒低落憂鬱、肝醣存量減少、肌肉力量降低、運動耐力變差等現象（Ackerman et al., 2019; Mountjoy et al., 2014; Mountjoy et al., 2018）。因此運動營養攝取不足或不當，除了增加運動傷害以及疾病的風險之外，也大大降低了運動表現的能力。

二、針對菁英選手的營養準備

體力對運動員來說是支持其運動表現最重要的一部分，想要在高張力的比賽中維持良好的體能，攝取適合每個人身體所需食物是很重要的。然而人們的食物選擇，其實是受到了複雜的生物學和社會學共同影響，因此運動員周邊的支持人員以及環境氛圍、集體共識營造也很重要。國家運動訓練中心運動科學處的營養師將一個菁英選手的營養準備，規劃分成三個策略來進行。第一部分是選手本身、教練及運動員支持團隊運動營養知識的基礎建立，透過營養教育讓團隊瞭解營養的重要性以及可執行的行動方案；第二部分是營養諮詢及營養評估，根據運動員的年齡、性別、運動專項和能量消耗程度、訓練階段或賽事目標來開立適合運動員的飲食計畫，並將飲食計畫細分為訓練階段及比賽階段，如圖4；第三部分則是在選手充分練習飲食計畫，能夠對於飲食介入的感受給予較多的反饋之後，給予針對其運動專項有助益的運動補充劑（Nutritional Ergogenic Aid）。對於營養策略的執行，最終極的目標是選手能夠擁有各項跟飲食相關的選擇與製備技巧，並懂得如何因應不同環境、訓練狀態來調整其膳食選擇。

▲圖4／營養師協助選手進行營養指導及諮詢（圖片提供：作者曾怡鈞）

三、綜合性賽會的營養支援

關於綜合性賽會的營養支援，則是在原本的營養準備基礎上去因應大型賽會做更多細節上的完整規劃，例如下列各項：

（一）事前調查及飲食規劃

事前對亞運組委會官方釋出的餐飲服務、過磅規定等進行詳盡研究，並調查選手村、競賽場館附近可取得食物的管道，例如選手村餐廳、賽場茶點，超市、農貿市場等等，並依據調查結果擬定選手的個人化餐食設計，使選手能在亞運時有萬全的準備，知道如何透過合適的食物選擇來滿足營養需求。

（二）營養補充品的提供

運動食品是方便的營養取得形式，可以快速滿足競賽時的能量與水分補充需求，減少因環境因素帶來的食物選擇受限影響。事前我們會依據運動專項特性搭配生理生化檢測，評估合適的營養補充劑使用，以避免營養素缺乏或過多所帶來的健康風險，並針對專項特性給予適當的營養增能劑，強化選手的運動表現。同時，事先調查所有出賽選手的營養品使用需求及出發時間表，於各隊出發前將選手的比賽期

隊伍：拳擊			姓名：林OO
日期	行程	時間	增補內容
10月4日	過磅	8:00～9:00	選手村的代表團歡迎中心Team Processing Centre，Weigh-in Room（女生Room 6、男生Room7）
	過磅後立即	09:00	重點先補水：**過完磅立刻先喝600~800ml水（約1瓶）**
	早餐	09:30	補醣：主食2份（約半碗飯或2片薄吐司）+蛋白質2份（約蛋2顆）+水果2份（香蕉1根或果醬2小盒）、牛奶1杯（或優格1小盒）、不吃菜
			補水：過磅後第2個小時可以喝水動能或電解質發泡錠1錠+600mL的水或運動飲料，**每間隔1～2小時可以補充1瓶運動飲料**（激活）
		睡醒後	維他命B群發泡錠1顆
	午餐提早吃	11:00	提前吃午餐，以澱粉為主，至少5份（約1碗飯、2盤義大利麵或厚片吐司2片）+1碗水果，可以配甜的飲料或補充1瓶運動飲料（激活），避開賽場茶歇的高油食物（可頌、蛋糕、中式糕點）；青菜跟蛋白質都不吃。午餐後吃B群發泡錠1顆
	車程	12:00～12:30（30分鐘）	前往杭州體育館
	熱身	賽前15～30分鐘	果凍半包＋咖啡因片1片
	熱身後		果凍半包＋咖啡因片1片
	比賽	**14:00**	**比賽**
	賽後	**賽後立即**	**MARS水解乳清蛋白1包或金色BCAA一包**
	晚餐	19:00	補醣：先確認一下體重，在不超過57.6公斤的範圍裡還可以補充1包能量果凍
	睡前		早點上床睡覺，如果睡不著，可以吃悠寧3粒
注意事項	1. 選手僅能由選手村攜帶的餐包或已過安檢的食物包裹，請記得一定要帶好自己的營養補給品（動能、電解質發泡錠、果凍、營養棒、蛋白粉、耐力能量飲）		
	2. 賽前訓練期間至比賽結束期間，請避開高油、油炸食物以及酒精。賽場提供的茶歇餐點都為精緻澱粉，請記得隨餐搭配綜合維生素B群，並避開較高油的食物，例如可頌、蛋黃派、綠豆糕、龍井酥		
	3. 比賽期間減少膳食纖維攝取（蔬菜）並避開不熟悉、容易引起腹脹及腹瀉的食物（豆製品或從未吃過的新奇食物）		
	4. 每天記得吃仕女如沛2包（早、晚餐後各1包）、丙胺酸4顆（午、晚餐後各2顆）、魚油4顆（早、晚餐後各2顆）；訓練後立即吃高蛋白1份（或味之素金色BCAA 1條）+ 果凍1包。持續依照上述原則吃到比賽結束		

▲ 圖5／營養師提供給選手賽前的營養補充提醒鉅細靡遺（圖片提供：作者曾怡鈞）

間所需使用營養品提供給選手。而在亞運選手村的團本部與中繼站，也都備有備用的營養品，可供選手補充。

（三）賽事期間的飲食規劃與即時諮詢

選手個人化的賽期營養增補計畫，會考慮到運動專項的賽制、選手的籤表（出場順序、出賽時間）、過磅時間與規定、後續賽程、場地開放的練習時段、選手村到賽場的車程、選手熱身時間、換場時間、場次間恢復時間等，依照事先調查好的場地餐食供應以及選手本身飲食與營養品使用習慣，設計好餐食分量後，彙整製作成包含了完整從三餐，競賽前中後的營養品攝取時間點的時間流程圖模板，如圖5。但因許多賽程是隨著日程推進才會知道後續明確的賽程時間，因此在賽事進行階段也會不斷地與選手保持聯繫，瞭解每日身體變化、競賽狀

況，並依據實際賽程去做飲食計畫的細節調整。以拳擊為例，選手需在比賽當日早上過磅，通常在下午或晚上進行比賽，而取得勝利後又需要在下一場比賽的當日早晨再次過磅，因此良好的體重控制及過磅後恢復，讓選手能在多日的賽程中維持良好體能至關重要。

肆、結語

杭州亞運是疫情解封後迎來的第一場亞洲最高水平的大型綜合性運動賽會。其實新冠肺炎的疫情並非不見，只是變得更無聲無息。在整個亞運期間，中華代表團的選手還是有幾位選手在新冠肺炎及流感的攻擊下痛失獎牌。因此除了耳提面命地一再提醒選手們做好自身的防護以外，良好的營養能使運動員擁有健康的身體和強壯的狀態，能更充滿信心地參加比賽，為本屆亞運比賽中爭奪勝利做好準備；再加上醫療保障團隊，細心地呵護照顧。結合以上的照顧，成就了這一次不凡的比賽成果，這樣的照顧模式值得延續下去，期待中華健兒在未來的巴黎奧運再創競技運動高峰。

作者林瀛洲為長庚體系運動醫學總召集人暨杭州亞運中華代表團醫療長、曾怡鈞為國家運動訓練中心運動科學處營養師

參考文獻

Ackerman, K. E., Holtzman, B., Cooper, K. M., Flynn, E. F., Bruinvels, G., Tenforde, A. S., Popp, K. L., Simpkin, A. J., & Parziale, A. L. (2019). Low energy availability surrogates correlate with health and performance consequences of Relative Energy Deficiency in Sport. *British journal of sports medicine, 53*(10), 628-633.

Dallaudière, B., Larbi, A., Lefere, M., Perozziello, A., Hauger, O., Pommerie, F., Fraboulet, B., & Jacob, D. (2015). Musculoskeletal injuries in a resource-constrained environment: comparing diagnostic accuracy of on-the-spot ultrasonography and conventional radiography for bone fracture screening during the Paris–Dakar rally raid. *Acta radiologica open, 4*(5), 2058460115577566.

Ho, C. S., Yu, T. Y., Chen, C. H., Lin, Y. C., & Tsai, W. C. (2022). On-site Ultrasound Screens out Asymptomatic Knee Lesions in Elite Adolescent Male Basketball Players. *Int J Med Sci, 19*(13), 1856-1863. https://doi.org/10.7150/ijms.72299

Hung, Y.-C., Lin, P.-Y., Chiu, H. E., Huang, P.-Y., & Hu, W.-L. (2021). The Effectiveness of Laser Acupuncture for Treatment of Musculoskeletal Pain: A Meta-Analysis of Randomized Controlled Studies. *Journal of Pain Research, 14*(null), 1707-1719. https://doi.org/10.2147/JPR.S308876

Mountjoy, M., Sundgot-Borgen, J., Burke, L., Carter, S., Constantini, N., Lebrun, C., Meyer, N., Sherman, R., Steffen, K., & Budgett, R. (2014). The IOC consensus statement: beyond the female athlete triad—relative energy deficiency in sport (RED-S). *British journal of sports medicine, 48*(7), 491-497.

Mountjoy, M., Sundgot-Borgen, J. K., Burke, L. M., Ackerman, K. E., Blauwet, C., Constantini, N., Lebrun, C., Lundy, B., Melin, A. K., & Meyer, N. L. (2018). IOC consensus statement on relative energy deficiency in sport (RED-S): 2018 update. *British journal of sports medicine*.

Paoletta, M., Moretti, A., Liguori, S., Snichelotto, F., Menditto, I., Toro, G., Gimigliano, F., & Iolascon, G. (2021). Ultrasound Imaging in Sport-Related Muscle Injuries: Pitfalls and Opportunities. *Medicina, 57*(10), 1040. https://www.mdpi.com/1648-9144/57/10/1040

2022 杭州亞運國家代表隊運動禁藥管制教育作為

文／陳伯儀

壹、前言

作為亞洲地區最具盛會性質的體育大典，亞洲運動會（以下簡稱亞運）每4年匯集亞洲國家地區的精英運動員，提供國際舞台上以競技展示才華和實力的機會，也成為國家間相互交流與合作的重要平台。然而，在此高競技水準的賽會之中，為了維護比賽的公平與選手的身體健康，如何避免運動選手誤用或是濫用運動禁藥變成了重要的課題，在今（2023）年的第19屆杭州亞運更有劃時代的運動教育管制作為。

貳、運動禁藥管制的沿革與教育

當某些選手使用運動禁藥對競賽項目的公平性造成威脅時，不僅損害體育活動公平競爭的核心價值觀，也將削弱觀眾對比賽或選手的信心和興趣。世界運動禁藥管制機構（World Anti-Doping Agency, WADA）明確制定各項標準和檢測方法，以確保賽事公平競爭和保護選手健康。

運動選手使用運動禁藥的原因很複雜，根據一項針對健美選手服用運動禁藥的心理社會因素全國調查的報告，選手使用運動禁藥的原因與道德藉口有關，盡可能的使其違規行為合理化，例如：將類固醇稱為「果汁」即可以使用（World Anti-Doping Agency, 2013）。Kirby et al.（2013）指出選手使用運動禁藥的原因可分為內在動機和外在動機，內在動機包括與運動禁藥的道德聯繫，而另一個原因是選手缺乏對可能副作用的考慮。這是因為在身體艱苦的運動訓練或比賽中，疾病或受傷通常被認為是不可避免的，甚至必須視作為工作的一部分來面對。有些事件也會改變選手對使用運動禁藥的態度，例如：職業轉變、一系列比賽失敗以及入選或取消入選等表現轉折點。最後，儘管他們選擇使用運動禁藥，但大多數人仍然表示自己是任務導向，熱愛這項運動。也有些人表示並不是為了贏得比賽而不惜一切代價，而是為了在體育界停留更長時間（Kirby et al., 2013）。

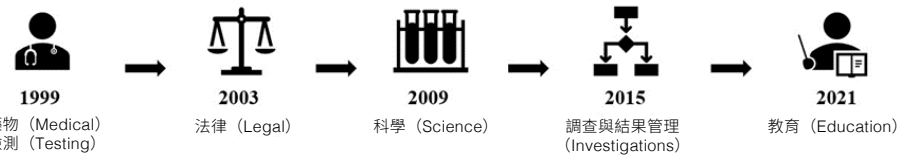
然而，選手使用運動禁藥的原因儘管很多，國際檢測組織（International Testing Agency, ITA）2022年將使用運動禁藥定義為一項模糊且困難的決定，受到各種因素的

影響，複雜且基於使行動合理化的「脆弱時刻」，如：改變代表隊伍或訓練環境、進入更高級別的比賽、競爭中失利、受傷、獲勝的負擔、財務、情感以及自我說服或被支持系統說服等。是故，持續透過價值觀式的教育來教導選手在「脆弱時刻」做出關鍵的正確選擇就相形重要。

隨著時間的改變，運動禁藥管制規範自草創初期到現在，歷經了幾個里程碑，自從1999年國際奧林匹克委員會（International Olympic Committee, I.O.C）頒布第一版《運動禁藥管制規定》起，宣示著乾淨運動的正式起步，初期關注焦點在於確認禁用物質及如何進行檢測；自2003年起， WADA制定《世界運動禁藥管制規範》（WADA Code），正式將運動禁藥管制提升到法律層面，其中包括禁用物質的明確定義、處罰條款以及對違規行為的調查和處罰，也為運動禁藥管制工作提供法律依據和國際標準。隨著新型檢測方法和技術不斷發展，自2009年起，WADA將運動禁藥管制焦點轉為科學研究，使運動禁藥管制機構能夠更有效地檢測禁用物質的使用，深入瞭解運動禁藥的影響與在運動中的使用情況；2015年起，WADA進一步強化對運動禁藥管制的調查及結果管理，包括對違規行為的調查和制裁，使得更多的違規行為能夠被揭示和追究責任，以確保公平競爭。自2021年開始，教育成為運動禁藥管制工作關注的重點，不僅是為了增加選手對禁用物質和運動禁藥管制規則的瞭解，更期待透過教育提高他們的道德意識和自我監管能力，能夠更加地理解使用運動禁藥的風險，從而在「脆弱時刻」更有可能做出符合道德和法規的決定。運動禁藥的發展主要階段伴隨著藥物檢測、法律規範、科學研究、管理技術以及教育的逐步演進，如圖1。

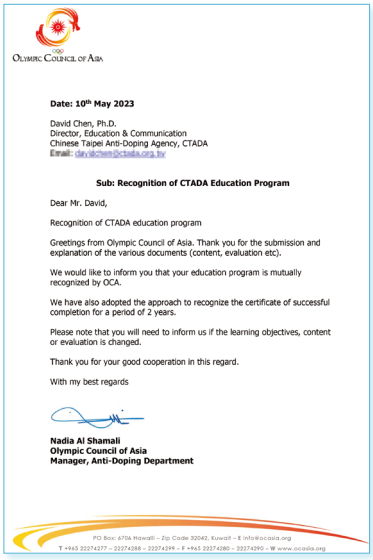
參、杭州亞運我國代表隊禁藥管制教育作為

在2022杭州亞運中，關於運動禁藥管制作業，亞洲奧林匹克理事會（Olympic Council of Asia, OCA）有一個首創作為，要求所有報名參加比賽2022杭州亞運的選手，於報名賽會時皆須取得並附上完成參與WADA官方ADEL學習平台，取得國際級運動員教育計畫證書（Anti-Doping Education Learning, ADEL），或是完成OCA所認證之國家運動禁藥管制組織（National Anti-Doping Organization）提供的教育課程，並附上完成課程證明。此舉為自2021年起運動禁藥管制作業強調教育的重要性之後，首次落實於大型賽會當中，作為參賽的報名條件，同時也是國際大型賽會中首例。



▲ 圖1／“Anti-Doping History”（Tony Cunningham, 2023, Asia-Oceania Anti-Doping Education Symposium 2023）（圖片來源：財團法人中華運動禁藥防制基金會）

為提供我國選手全中文學習資源的使用，財團法人中華運動禁藥防制基金會（Chinese Taipei Anti-Doping Agency, CTADA）於今年初取得WADA授權，同意CTADA將WADA官方ADEL教育和學習平台上之國際級運動員教育課程內容繁體中文化，並於2023年3月23日通過WADA審查，於WADA官方ADEL學習平台上架全球第一套繁體中文版本國際級運動員教育課程；並於2023年5月10日，CTADA之運動禁藥教育課程也獲得OCA認可及推薦，如圖2。為了讓我國所有的菁英國手可以接受與國際接軌之高品質運動禁藥管制教育課程，蒙教育部體育署的協助，以及中華奧林匹克委員會及國家運動訓練中心等單位通力合作下，於2023年6月底前完成實體及線上共8場次的代表隊運動禁藥管制教育講座，並輔導我國524名參賽國手取得證書，以完成亞運之報名程序。



OLYMPIC COUNCIL OF ASIA

Date: 10th May 2023

David Chen, Ph.D.
Director, Education & Communication
Chinese Taipei Anti-Doping Agency, CTADA
Email: davidchen@ctada.org.tw

Sub: Recognition of CTADA Education Program

Dear Mr. David,

Recognition of CTADA education program

Greetings from Olympic Council of Asia. Thank you for the submission and explanation of the various documents (content, evaluation etc).

We would like to inform you that your education program is mutually recognized by OCA.

We have also adopted the approach to recognize the certificate of successful completion for a period of 2 years.

Please note that you will need to inform us if the learning objectives, content or evaluation is changed.

Thank you for your good cooperation in this regard.

With my best regards

Nadia Al Shamali
Olympic Council of Asia
Manager, Anti-Doping Department

▲ 圖2／OCA認證CTADA運動禁藥管制教育之信件（圖片提供：作者）

肆、結語

本屆杭州亞運透過檢附運動禁藥管制教育通過證明才能報名參加賽會的方式，無形的讓運動禁藥管制教育在亞洲地區菁英國手當中更加被深化，也透過這樣的一個途徑，讓各國的國家禁藥管制機構積極思考，如何推動避免體育運動中使用運動禁藥，及幫助選手樹立運動禁藥管制的意識，使他們能夠意識到作為運動員必須遵守運動禁藥管制的責任，體認到自己在維護運動的公平和健康各方面所扮演的重要角色。

同時因為這項規定，可以推動國際間交流接軌，透過加強運動禁藥管制教育的合作與共享，促進亞洲國家在運動禁藥領域的合作，並與國際社會保持一致的標準和共識。2024巴黎奧運即將到來，WADA全球教育大會（WADA Global Education Conference, GEC）將在2024年2月27日至29日於法國坎城舉行，期待屆時能進一步瞭解國際間運動禁藥管制教育現況，也觀察未來奧運賽會中，運動禁藥管制教育的趨勢與發展。

作者陳伯儀為臺北市立大學運動教育所教授

參考文獻

Boardley, Ian . (2010). A national investigation of psychosocial factors facilitating doping in bodybuilders. *WADA Social Science Research*. University of Birmingham. https://www.wada-ama.org/en/resources/social-science-research/national-investigation-psychosocial-factors-facilitating-doping

Chinese Taipei Anti-Doping Agency [@ctada.org.tw]. https://www.instagram.com/ctada.org.tw/?hl=en

Chinese Taipei Anti-Doping Agency. (n.d.). About Chinese Taipei Anti-Doping Agency. https://www.anti-doping.org.tw/en/organization/

International Testing Agency. (2022, Jul 21st). *Principles and Values of Clean Sport, Consequences of Doping, Speaking Up*. Webinar presented at the Anti-Doping Course for International Federations. Lausanne, Switzerland.

Kirby, et al. (2011). A qualitative analysis of the experiences of elite athletes who have admitted to doping for performance enhancement. *International Journal of Sport Policy and Politics, 3*(2). 205-224. http://dx.doi.org/10.1080/19406940.2011.577081

Tony Cunningham. (2023, Sep 26). *Asia-Oceania Anti-Doping Education Symposium 2023*.

World Anti-Doping Agency Play True. (2016, May). *Model for Core Programs: Information/Education Guidelines to Prevent Doping in Sport (v3.0)*. https://www.wada-ama.org/sites/default/files/resources/files/wada_guidelines_information_education_2016_v3.0_en.pdf

World Anti-Doping Agency. (2013). Increasing The Role of Education in Prevention. *Play True, 1*, 6-9. https://www.wada-ama.org/sites/default/files/resources/files/PT-ISSUE-01-13-EN-web.pdf

World Anti-Doping Association. (2021). *International Standard for Education (ISE)*. https://www.wada-ama.org/en/resources/world-anti-doping-program/international-standard-education-ise

World Anti-Doping Agency. (2021). *World-Anti Doping Code*. https://www.wada-ama.org/en/resources/world-anti-doping-program/world-anti-doping-code

World Anti-Doping Agency. (n.d.). *Outreach Program*. https://www.wada-ama.org/en/athletes-support-personnel/athlete-engagement/outreach-program

World Anti-Doping Agency. (n.d.). *Prohibited List*. https://www.wada-ama.org/en/prohibited-list-1

World Anti-Doping Agency. (n.d.). *Who We Are*. https://www.wada-ama.org/en/who-we-are

World Anti-Doping Agency. (n.d.). *Who's Who in Anti-Doping*. https://memberdesq.sportstg.com/assets/console/customitem/attachments/Who%27s%20Who%20in%20Anti-Doping%20-%20WADA%20guide.pdf

World Anti-Doping Association. (n.d.). *Athletes & Support Personnel*. https://www.wada-ama.org/en/athletes-support-personnel

World Anti-Doping Organization. (n.d.). *About ADEL*. https://www.wada-ama.org/en/what-we-do/education-and-training/about-ADEL

World Anti-Doping Organization. (n.d.). *Athlete Central*. https://www.wada-ama.org/en/athlete-central

台灣人壽保險股份有限公司
從國球到全民健走
為健康永續播下種子

文／暐昕創意　楊凱婷
圖片提供／台灣人壽保險股份有限公司、中華奧林匹克委員會

主張全齡活躍、健康永續願景的台灣人壽保險股份有限公司（以下簡稱台灣人壽），已連續6年榮獲體育推手獎的肯定。台灣人壽攜手臺中市政府推展成棒運動，7年來挹注資源贊助台中城市棒球隊，扎根基層、培育新秀，更結合公益活動，讓體育走入大眾的日常。

以扎根棒球為使命

棒球運動在臺灣人民的休閒生活中無所不在，即便不會打棒球，也至少聽聞過我國的棒球巨星或棒球相關的專業術語，由此可見臺灣社會對棒球運動有極高的共鳴，與國球凝聚民心的力量。長年以來，中央政府也鼓勵各縣市、國營及大型企業成立業餘成棒隊伍，台灣人壽母集團中國信託金融控股股份有限公司（以下簡稱中信金控）為全臺第一家投入「五級棒球運動」推廣企業之先河，並在民國103年取得「中信兄弟棒球隊」的獨家冠名權，台灣人壽緊接著母集團的步伐，於105年加入推展棒球運動的行列，贊助台中城市棒球隊，並秉持中信金控「We are family」的品牌精神，以企業力量支持臺灣體壇，持續培育新生代的優秀運動人才，厚植臺灣棒球實力。

▲ 台中城市棒球隊勇奪112年全國成棒甲組春季聯賽銀牌，台灣人壽以行動力挺球隊揮出佳績。

▲ 逸信・阿娜斯與其他4名球員，入選2023冬季聯盟中華隊培訓名單，有機會在國際賽事為國爭光。

▲ 首度出戰杭州亞運的陳敏賜，目前效力於台中城市棒球隊，亮眼表現讓大家看見業餘打者的堅強實力。

台灣人壽去（111）年再次拿下由教育部體育署所頒發的體育推手獎——贊助類金質獎，多年來的獲獎肯定不僅僅是榮耀，更是一份責任與承擔，猶如一股強心劑，讓他們能夠繼續發揮企業影響力，給予選手們溫暖而堅定的支持力量。除了在軟、硬體設備上提供完善的訓練資源，為球員們累積賽會經驗；同時也積極參與校園巡迴教育，傳承球技、分享精彩比賽閱歷，至今已累計近百場活動，並將慧眼深入校園，讓更多高中、大學球員們有磨練球技的機會，為他們未來挑戰職棒的生涯提前做準備，而退役的球員也能回饋自身經歷，延續棒球生涯。台灣人壽在善盡企業社會責任之餘，更播下人才培育的永續種子，為臺灣棒球運動奠定穩健基礎。

為臺奪銀的寶藏隊長
在台中城市棒球隊

在2022杭州亞洲運動會賽程中，棒球項目中的野手隊長正是現今效力於台中城市棒球隊的外野手陳敏賜。過去赴美成為旅外投手，也曾於職棒球隊擔任打者，並在106年以「雙刀流」出擊奪得中華職棒二軍年度全壘打王，耀眼佳績令球迷印象深刻。去年在一年一度的城市棒球對抗賽中，表現最亮眼的就屬台中城市棒球隊隊長陳敏賜，在3場預賽裡，共擊出5支全壘打，其中一支為滿貫砲、兩支兩分砲和兩支陽春砲，締造跨場次連三打數全壘打，連兩天單場雙響砲，不僅是台中城市棒球隊取得連勝的最大功臣，其超狂表現令全場球迷熱血沸騰，也宛如球隊的精神領袖般，提振士氣、帶領球員們挺進冠軍戰。

今年首度出戰亞運的陳敏賜，是以業餘打者的身分參與比賽，也是繼2019亞洲棒球錦標賽後再次穿上中華隊球衣。賽前他謙虛坦言：「緊張歸緊張，但興奮大過於緊張，會以學長身分以身作則，並好好把握出場機會。」雖然出賽次數不多，但他仍抱持力拚榮耀地態度，認為能上壘就是對球隊的貢獻。中華隊一路從預賽挺進金牌戰，即便最終以2：0飲恨敗給南韓拿下銀牌，卻也讓更多人重新看見陳敏賜有著不輸職棒好手的堅強實力，讓台中城市棒球隊再次獲得球迷的關注。

棒球魂不滅　運動精神不老

除了落實棒球教育扎根外，台灣人壽也相當重視健康永續ESG的願景。自去年起首度辦理跨世代棒球交流賽，攜手台中城市棒球隊的球員們共同與不老球員、青少棒互相切磋交流，具體實踐運動結合公益；此外，他們更將關懷觸角伸向全臺，藉由巡迴走入偏山鄉鎮，在傳授打球技巧之餘，關心弱勢並鼓勵他們維持運動習慣，以實際行動與支持，協助需要幫助的族群。今（112）年他們再度攜手弘道老人福利基金會舉辦棒球交流賽，包括不老棒球隊、中信兄弟棒球隊、台中城市棒球隊、新社高中青棒隊、追分國小少棒隊及香港首支不老球隊——香港傳者，透過「以球會友」進行混齡PK，互相切磋球技，重燃大家心中的棒球魂，也宛如棒球的跨世代接棒傳承。

全齡動起來　簡單步伐走出健康

支持體育公益，台灣人壽並不侷限於棒球。近年來，「三高」高血壓、高血糖及高血脂等三大慢性疾病逐漸成為現代人的文明病，台灣人壽自101年起，舉辦「祖孫三代健走」

▲ 祖孫三代健走活動，以「家」為核心帶動跨世代的健走習慣。

▲ 台中城市棒球隊響應高齡公益，參與台灣人壽與弘道老人福利基金會舉辦的跨代交流賽，老中青三代球員們以球會友。

活動，透過低門檻且無年齡限制的健走活動，以最簡單的理念「不論老中青，走就對了！」號召全齡朋友們共同響應，提升國人對健康管理的意識。連續12年來，台灣人壽的腳步未曾停歇，辦理至今已有1,100萬人次參與，足跡遍及各縣市，健走累計約40萬公里，相當於繞行臺灣362圈。甚至延伸成為各家庭的健走日，讓高齡長者有機會走出戶外，與兒孫共創溫馨的健走回憶，透過「家」的力量帶動跨世代自主健康管理。

然而，前些年在疫情影響之下，群聚風險讓大家一起運動的日常不再，台灣人壽卻未被社交距離打敗，獨創出健康管理「TeamWalk APP」，以數位APP鼓勵員工維持運動習慣，藉由線上兌換贈品獎勵活動，讓同仁在「賺步數」的過程中愛上健走，透過趣味化個人探險、雙人PK及團體等趣味競賽，帶動員工養成每日健走7,500步的好習慣，凝聚向心力，更連續7屆獲得教育部體育署「運動企業認證」。如今，「TeamWalk APP」也不限於台灣人壽內部同仁，一般民眾也可與親友們組隊健走，以遊戲獎勵的方法讓大家不由自主地越走越健康。

▲ 除了健走，台灣人壽自106年起不定期開辦健康動動苗條班，透過飛輪、有氧等課程，讓同仁更加注重健康管理。

無論是培育專業的棒球選手，還是打造全齡健康的健走活動，台灣人壽都親自參與每一段旅程，更整合母集團企業相關資源，堅持做對的事情並擴大影響力，隨著時間的積累，精湛的棒球技術得以傳承，國人透過運動累積健康資產，而結合健走運動的響應活動實踐生態環境永續的理想，逐漸交織出健康網絡形成美的循環。

▲ 台灣人壽獨創健康管理「TeamWalk APP」，以兌換贈品、組隊競賽等趣味方式鼓勵員工養成運動好習慣。

體壇英雄

豐碩戰果的堅毅恆心

文／暐昕創意

圖片提供／中華奧林匹克委員會、教育部體育署、中華民國大專院校體育總會

楊勇緯｜百金榮耀 創造歷史性的時刻

杭州亞洲運動會　柔道——男子 60 公斤級　金牌

目前世界排名第7的楊勇緯，本次出戰杭州亞運一路過關斬將勇闖決賽，擊敗了世界排名第3的韓國選手李夏林，收下本屆亞運首面金牌，也是柔道隊史的首金，更是中華隊史的百金。在八強賽中對上日本新生代好手近藤隼斗（Hayato Kondo），備戰時特別針對過往交手經驗調整戰術、修正缺失，最終成功雪恥。四強賽面對蒙古好手恩赫泰萬.A（Ariunbold Enkhtaivany），楊勇緯在最後的1分24秒以大內割快速銜接三角固，成功壓制一本獲勝；金牌戰面對李夏林，雙方一度僵持不下，直到最後關鍵時刻，楊勇緯展開單臂接大內割進攻，率先取得半勝，最終順利奪得中華隊亞運史上第100金。賽後他與教練劉文等相擁落下感動的淚水，場邊觀眾得知再過幾天就是他的生日便唱起生日快樂歌，這面金牌無疑是他最棒的生日禮物。

連珍羚｜放手一搏 相信自己堅持到底

杭州亞洲運動會　柔道——女子 57 公斤級　金牌

曾於2016里約奧運柔道女子57公斤級獲得第5名的連珍羚，創下當時我國柔壇在奧運的最佳成績。如今四度征戰亞運，她將2020東京奧運的失意一同雪恥。從16強一路過關斬將，四強賽對上中國蔡琪，雙方激戰至黃金得分制，最終由連珍羚搶得先機以壓制10秒擊敗對手；金牌戰遇上日本名將玉置桃（Tamaoki Momo），過去兩人5度交手都是連珍羚吞敗，這場硬仗雙方鏖戰至黃金得分制，當玉置桃正想出擊時，反被連珍羚反摔落敗，為臺灣拿下第2面金牌。賽後她激動痛哭地坦言：「已經是當成人生最後一戰在摔，所以放手一博，準備到我已經沒有辦法再做更多了，已經做到最好了。」更不忘感謝楊勇緯一直給予支持的力量，成為她持續前進的動力。

許皓鋐｜夢想實現 打敗世界前三登頂

杭州亞洲運動會　圍棋——男子個人賽　金牌

年僅21歲的許皓鋐在去（111）年臺灣圍棋界的9場大賽中就拿下8座冠軍。如今，他更在杭州亞運上一戰成名，橫掃世界前3名，拿下隊史首面亞運圍棋金牌，為我國圍棋史寫下新頁。他的世界排名雖位居第35，但在對上各國好手卻是相當沉穩。八強賽他打敗世界第2的韓國選手朴廷桓；四強賽時則擊敗世界第1的韓國名將申真謨，令韓國媒體大為震驚，成為打敗申真謨的首位非中國籍職業棋手；決賽最終則以4分之3子之差力克世界第3的中國選手柯潔。許皓鋐賽後開心坦言，打敗全世界最厲害的選手夢想成真，謙虛表示：「對手實力肯定都比我強，所以每一盤棋就是全力以赴。」

施沛妤｜超越偶像 初聲試啼就滑出金牌

杭州亞洲運動會　滑輪溜冰——女子 10000 公尺計點淘汰賽　金牌

年僅18歲的滑輪溜冰女將施沛妤，首度征戰亞運就一舉摘金，在滑輪溜冰項目的競速溜冰女子10000公尺記點賽，收下本屆滑輪溜冰首金。從小將楊合貞視為偶像的她，此次兩人同時在賽道上競馳，比賽一開始由楊合貞領先，卻在最後關頭反被施沛妤逆轉勝，分別以21分、18分包辦金牌和銀牌。和偶像同時站上頒獎台對她而言宛如作夢般，「在賽場上學姊就是我想要超越的人，如果一直把她當偶像，我可能就會一直超越不過她。」隔日李孟竹與劉懿萱於競速溜冰女子1000公尺再度拿下「金包銀」；由4人共組出賽的3000公尺接力賽，最終由劉懿萱、李孟竹、楊合貞合力滑出4分19秒47勇奪臺灣隊第10金。

張筑涵｜臺灣輕艇第一人 兩度奪得奧運門票

杭州亞洲運動會　輕艇——激流曲道標竿女子 K1　金牌

征戰2020東京奧運輕艇激流好手張筑涵，是我國第一位划進奧運殿堂的輕艇選手。過去於2014仁川亞運摘銀、2018雅加達亞運收下銅牌，今年四度參加亞運，終於如願奪得金牌。面對各國好手，張筑涵始終告訴自己「穩穩地划，不要想太多。」準決賽以排名第2晉級；決賽時，她以專業技巧直接通過綠竿與逆流而上的紅竿，總共23個標竿都沒碰到，最終以1分49秒51抵達終點。雖然地主隊李露於1分48秒22領先，但賽程中因碰竿成績上加2秒，由張筑涵以0.71秒之差驚險奪勝。努力多年終於摘下生涯首金，她激動落淚，並表示當下最想對已逝世的啟蒙教練李榮溫說：「教練，我做到了！我完成你的夢想了！」賽後，國際輕艇總會更宣布張筑涵及同為輕艇選手的表弟吳少璿皆成功取得巴黎奧運參賽資格。

林郁婷｜揮別陰霾 盼完成奧運金牌版圖

杭州亞洲運動會　拳擊——女子 57 公斤級　金牌

今年3月林郁婷在世界拳擊錦標賽四強對戰哈薩克好手伊布拉吉穆瓦（Karina Ibragimova），以些微比分落敗拿下銅牌，豈料頒獎前夕，卻遭國際拳擊總會以性別生化指數異常取消獎牌。返國後她重新接受檢測，並在體育署署長鄭世忠主持下召開運動醫學及法律領域專案會議，確認其報告符合國際參賽規定，積極協助選手釐清爭議、提出申訴。本屆杭州亞運決賽雖再次對上伊布拉吉穆瓦，當對手向賽會提出性別爭議時，臺灣代表團同步提交充分醫療紀錄使其抗議無效，最終由林郁婷5：0完勝，成為我國拳擊第一位獲得亞運金牌的女子選手。此面金牌不僅還她清白，也證明了往後參加運動賽會的資格絕無疑慮，她坦言：「這金牌的意義是蒐集人生新的版圖。」而中華拳擊隊也在本次亞運搶下4張巴黎奧運門票，分別有林郁婷、吳詩儀、賴主恩及甘家葳。

谷筱霜 | 壓軸第 19 金 成功衛冕追平歷屆最佳

杭州亞洲運動會 空手道——女子 50 公斤 金牌

於上屆2018雅加達亞運摘金的谷筱霜，在今年杭州亞運可以說是衝著衛冕金牌而來。首戰對上阿拉伯聯合大公國選手，開局不久就陷入0：4落後，直到比賽結束前3秒才瞬間追平至6：6，因對手不小心退到界外，讓她驚險勝出挺進八強；隨後力退了泰國和烏茲別克的選手，毫無懸念地強勢輾壓殺進決賽；金牌戰面對哈薩克選手然格貝爾拜（Moldir Zhangbyrbay），過程中一度0：5落後苦追，直到最後5秒仍以4：5居於下風，她秉持堅持到底不放棄的精神，瞬間攻擊成功扳平比分，最終由裁判定勝，谷筱霜再次險中求勝抱走金牌完成衛冕，也為她生涯最後一場國際賽會畫下完美句點。賽後她表示：「我是最後一個，我就是要拚，就是到最後一秒，我都要拚！」

蕭翔文 | 絕不放棄 踢下亞帕運首金

杭州亞洲帕拉運動會 跆拳道——男子 K44 級 58 公斤級 金牌

現年24歲的蕭翔文於國小時加入跆拳道社團，並就此展開選手培育之路，未料竟在國手選拔賽的前兩天不幸發生車禍，造成右手臂神經叢損傷，原以為選手夢碎的他，一度終止跆拳道訓練長達1年之久。所幸在親友和教練的鼓勵下，以帕拉選手身分重回訓練場域。初次展開亞帕運首秀的他，在男子K44-58公斤級的賽事上一展大將之風，以大比分輕取韓國與烏茲別克的選手；金牌戰迎來世界排名第5的日本好手田中光哉（Mitsuya Tanaka），除了延續先前氣勢，賽前也與教練討論策略，在攻勢上營造忽快忽慢的打法，影響對方的節奏再展開戰術，最終成功奏效，以27：11力克對手，奪下生涯首金，也是杭州亞帕運的第一金，未來將朝著踢進巴黎帕運的目標邁進。

陳柏諺 | 亮眼新星 初登場就摘金封王

杭州亞洲帕拉運動會 桌球——男單 TT11 級 金牌

今年6月才在法國「Virtus 2023世界運動會（Virtus Global Games Vichy 2023）」奪得單打金牌並拿下巴黎帕運門票的陳柏諺。年僅16歲就登上亞帕運舞台的他，展現初生之犢的膽識，在男子單打TT11級八強與四強賽中，無論是面對同齡的泰國小將還是韓國好手，他皆從容以3：0、3：1擊敗對手；決賽遇上日本選手竹守彪（Takemori Takashi）時，由陳柏諺以11：8搶下第一盤，第二局雙方一路拉鋸至11：11，藉著對手的連續回擊失誤，陳柏諺以13：11搶先聽牌，關鍵第三局他發揮沉穩表現以13：11成功拍下本屆中華隊第二金。此外，他也在混雙XD22級與李婧萱奪得一面銀牌。

許育修、莊吉生｜刷新紀錄 首度合拍共寫新猷

杭州亞洲運動會　網球——男子雙打　金牌

曾拿下臺北世大運男團與男單雙金牌的莊吉生，與不久前在成都世大運獲得男團、男雙及混雙三金的許育修，相差10歲的兩人首次搭擋便共同拍下我國網球亞運男雙的歷史新猷。首戰面對中國組合，兩人頂著地主加油團的龐大壓力，拚到「搶十」逆轉勝出，許育修事後回想：「挺過第一關，後面就越打越順，慢慢找到彼此打雙打的感覺。」並先後擊退巴基斯坦與烏茲別克晉級；四強賽則與泰國組合鏖戰至第三盤，最終驚險奪勝，闖進決賽；關鍵金牌戰對上印度組合，兩人展現絕佳默契，以6：4、6：4直落2收下金牌。首次出戰亞運的許育修謙虛表示：「第一次打亞運，他罩我。」莊吉生則笑著回應：「他今年很強，世大運金牌，美網又打很好，所以我一定要和他搭。」

余祥平、江均、林信寬、汪哲宇｜男籃新傳奇 以絕殺命中逆轉奪金

杭州亞洲運動會　籃球——男子 3X3　金牌

籃球3X3於2018雅加達亞運列為正式項目，上屆中華男籃止步八強，本屆則由T1台啤雲豹隊林信寬、UBA輔大江均、義守余祥平、臺科大汪哲宇組隊。預賽階段取得3勝1敗，以分組排名第2晉級；八強資格賽對上泰國隊，原處劣勢的中華隊在余祥平猛攻下於最後2分鐘追至16：17，林信寬接棒再進3球，讓臺灣成功連兩屆闖進八強；八強與四強賽，中華隊展現絕佳默契，以22：15、18：16力克中國與韓國；金牌戰面對卡達一開賽就連拿5分的強勢攻擊，中華隊一度以2：8落後，直到比賽後段選手們慢慢找回節奏，林信寬在倒數37秒投進1分追回15：16，江均更乘勝追擊上籃得分追平比數，終場前9秒林信寬成功把握兩罰命中，最終以18：16勇奪亞運男籃3X3史上首金。

李佳馨、葉宏蔚｜最強混雙 求勝共識磨出合拍默契

成都世界大學運動會　羽球——混和雙打　金牌

此次成都世大運金牌戰場上，可以說是場精彩的「臺灣內戰」，由首次搭檔的李芳至／鄧淳薰對戰已合作搭檔1年多的李佳馨／葉宏蔚。李葉配在世大運開賽前就奪下2023美國公開賽超級300系列賽冠軍，即使兩人聯手之初並非一拍即合，在處理球的觀念有所矛盾，但他們共同的目標與信念都是「求勝」。在教練的建議下，他們逐漸養成絕佳默契，以21：15、21：17擊敗李鄧配，收下我國本屆世大運第10面金牌。目前世界排名第12的他們，以「臺灣最強混雙之姿」出戰杭州亞運，可惜的是，首次登上亞運舞台的葉宏蔚，落地後因重感冒未能展現最佳狀態，又強碰世界排名第4的南韓組合蔡侑玎／徐承宰，最終以21：23、10：21止步八強。

2023 SUPER STAR 體育表演會 跨領域體育盛典　頂尖團隊聯手演出

教育部體育署今（112）年9月16日晚間舉辦「2023 SUPER STAR體育表演會」，匯聚各方精英於臺北小巨蛋盛大登場，秉持不斷突破與精進的精神，今年以臺灣民俗技藝「扯鈴」揭開序幕，利用空中長繩結合特殊燈光鈴，開場即帶給觀眾震撼視覺饗宴。教育部部長潘文忠表示，體育表演會不僅是體育項目的舞台，更是讓運動員發揮與傳達運動精神的管道，每年結合不同體育團隊與各界優秀單位合作演出，創造出許多經典。接連登場的隔網運動、傳統武陣結合侏羅紀、高空瑜珈、特技、啦啦隊、運動能量系統、立式划槳、霹靂舞，也與頂尖體育團隊和藝文團隊跨界合演，此外，今年更接軌國際邀請國外霹靂舞夢幻隊共同參與演出，將體育表演會創新能量更上一層樓。

今年體育表演會由24組頂尖團隊跨界聯合演出，亦將2024巴黎奧運競賽種類「霹靂舞」融入表演節目，不僅與世界接軌，邀請國外霹靂舞夢幻隊與Tapei Bboy City首度加入這場體育盛會，更特別與美國Breaking教父——Ken Swift一同演出，全場氣氛炒熱到最高點。另外，運動能量系統則將臺北小巨蛋打造成實驗室，透過演出者穿戴專業設備進行不同強度之運動，搭配專業解說，以寓教於樂方式瞭解正確運動知識。

體育署表示，每年積極推行國民體育日系列活動，目的是向民眾傳達無論是任何年齡、任何工作領域的人，都應保持良好、規律的運動習慣，才能常保身心健康。

▲體育表演會霹靂舞節目演出內容

2023 高雄羽球大師賽

繼2023台北羽球公開賽，首屆2023高雄羽球大師賽於今（112）年9月26日至10月1日在高雄巨蛋體育館開打，來自23個國家（地區）、360位羽球新秀及老將會師南臺灣同場較技，為臺灣的觀眾朋友們帶來今年第二場國際級的羽球盛宴。

近幾十年來，透過年年舉辦的台北羽球公開賽，我國羽球選手競技實力大增，臺灣辦理頂級國際賽的能力也逐漸受到國際組織的重視及肯定。世界羽球聯盟（BWF）再度授權中華民國羽球協會連續3年辦理超級100級別（Super 100）的高雄大師賽。

本次賽事雖然跟杭州亞運撞期，但仍有多位臺灣羽球好手，如林俊易、郭冠麟、白馭珀及李佳豪選手參賽；國外選手部分，日本前球后奧原希望（Okuhara Nozomi）、世界排名曾居16名的泰國女將猜萬（Lalinrat Chaiwan），南韓前球王孫完虎，以及今年亞錦賽混雙銅牌得主印尼組合費迪南夏（Dejan Ferdinansyah）／維德佳佳（Gloria Emanuelle Widjaja）都在參賽名單中。歷經6天的激戰，我國選手不負眾望，最後由手林俊易摘下男子單打冠軍、梁庭瑜勇奪女子單打冠軍、李哲輝／楊博軒奪得男子雙打亞軍。

▲ 梁庭瑜（右3）選手勇奪女子單打冠軍，體育署副署長房瑞文（右2）蒞臨頒獎

打造優質運動環境　21 座全民運動館已逾八成進入施工階段

體育署於「前瞻基礎建設－城鄉建設－充實全民運動環境計畫」投入約30億元經費，補助縣市政府興建21座全民運動館，預計將在114年完成，以提供民眾更便利及安全的運動場館。

全民運動館是參照以往推動興建國民運動中心的模式辦理，鼓勵地方政府利用既有閒置空間或空地，興建全民運動館以滿足民眾在室內從事運動的需求。當中的運動設施，開放由縣市政府依據當地民眾需求進行規劃，同時結合新型態健身房、瑜珈或韻律教室、全齡體能訓練場及綜合球場等運動設施，是一座可以滿足多元族群需求的運動場館。

近幾年受國際疫情與物價通膨影響，工程發包作業成為嚴峻的任務，但在中央與地方不懈的努力下，案件超過八成進入施工階段，體育署也將積極辦理施工品質查核作業，確保各場館能如期如質完工，提供符合規範的優質運動場地，為民眾帶來更優化且友善的運動環境，提升國民規律運動的風氣。

楊梅體育園區－跆拳道暨多功能運動場館開幕啟用 提供選手及民眾多元友善運動環境

教育部體育署推動前瞻基礎建設計畫以來，已補助各縣市打造優質友善的運動場館設施，其中桃園市楊梅體育園區－跆拳道暨多功能運動場館於今（112）年10月2日舉行開幕典禮，由教育部常務次長林騰蛟及桃園市市長張善政出席，期待未來藉由跆拳道暨多功能運動場館，提供選手訓練及民眾多元友善運動環境。

教育部常務次長林騰蛟表示，教育部於107年核定補助桃園市政府新臺幣4億3,200萬元興建楊梅體育園區－跆拳道暨多功能運動場館，為地上4層、地下1層的建築物，其中包含游泳池、體適能中心、綜合球場、桌球室及多功能教室等運動設施，桃園市政府亦委託舞動陽光有限公司營運，自10月2日至10月15日試營運期間，提供體驗運動課程及各項設施免費預約使用，歡迎民眾走出家門，一同享受樂趣並養成規律運動習慣。

體育署表示，未來會持續協助各縣市政府建構完善的運動休閒設施，讓全國民眾能夠一同享受友善、優質的運動環境，透過運動樂活人生。

▲ 教育部常務次長林騰蛟出席楊梅體育園區跆拳道暨運動場館開幕典禮

無動力飛行運動國際座談會屏東迎風登場

為借鏡他山之石促使國內無動力飛行運動制度更臻完善，教育部體育署委託國立體育大學於今（112）年10月21日在屏東縣台灣原住民族文化園區及賽嘉飛行場，辦理「2023無動力飛行運動國際經驗分享座談會」。

▲ BHPA馬克蕭和SHV班尼史托克到賽嘉飛行場，與臺灣飛行運動好手實際交流經驗與技術

座談會邀請英國滑翔翼與飛行傘協會（British Hang Gliding and Paragliding Association, BHPA）秘書長蕭馬克（Mark Shaw）及瑞士飛行傘協會（Schweizerischer Hängegleiter-Verband, SHV）常任培訓教官史托克班尼（Beni Stocker）瑞士2位飛行運動專家，分享該國飛行運動保險制度及產業發展等議題，並在飛行運動場實際進行技術經驗交流，演說結合實務操作的新穎交流方式，獲得國內飛行運動界一致好評。

體育署公布 112 年游泳池查核結果　提供民眾「知」的權利

為確保民眾游泳運動安全，體育署每年皆函請各地方政府依消費者保護法及游泳池管理規範規定，辦理轄區內公、私立游泳池查核作業，有關今（112）年度查核「公、私立游泳池」之結果，經統計地方政府回報游泳池列入查核家數共計432家，扣除已停業、暫停營業及查核時尚未開放共60家後，初查實際查核家數為372家，其中283家業者合格、89家業者部分項目不合格。各地方政府針對未合格及未開放業者進行複查，截至9月30日止，複查實際查核業者89家，其中32家業者已合格、57家仍未合格，平均合格率達84.68%，未合格業者已請各地方政府持續追蹤列管，並於改善完成後提報體育署解除列管，保障運動消費權益。

本年度游泳池查核於統計業者不合格項目中，以「游泳池、涉水池及其他附屬水池之衛生，未符合衛生主管機關規定之標準」及「建管、消防、空氣品質管理、商業登記等未符合相關法規」兩項的違規情形最多。各地方政府查核後如有不合格業者，均由體育署函請地方政府依據《消費者保護法》第36條要求業者限期改善，倘業者違規情形嚴重危害消費者生命、健康或財產，得要求業者立即停業；如業者未於限期內改善者，應依同法第58條處以罰鍰，期透過持續追蹤以輔導業者改善，完善民眾於運動場館消費之運動安全。

體育署規劃帛琉運動員來臺訓練

由教育部體育署規劃，國立體育大學籌辦的帛琉運動員來臺移地訓練計畫，於今（112）年10月27日在署長鄭世忠的見證下，由國立體育大學校長邱炳坤致贈弓箭裝備予帛琉射箭選手，並邀請外交部參事曾三訊等貴賓觀禮，見證臺帛兩國堅定的邦誼，協助射箭運動在帛琉扎根，成功推展運動外交。

▲ 帛琉共和國射箭選手來臺移地訓練，由國立體育大學校長邱炳坤（下排左2）致贈弓箭儀式

鄭署長表示，推動我國與邦交國的運動外交是其重要施政目標之一，今年6月間他應帛琉奧會邀請，前往帛琉參訪該國第14屆全國運動會並獲帛琉總統惠恕仁（H.E. Surangel Whipps Jr.）接見。鄭署長返國後即指示規劃本次移地訓練。而帛琉將於2025年承辦太平洋迷你運動會（Pacific Mini Games），身為地主國，帛琉奧會也期望帛琉運動員在賽事中有傑出的運動表現，於是在今年9月選派游泳和射箭教練及選手共11人來臺，分別在國立體育大學射箭場及臺北市立大學天母校區進行射箭及游泳的訓練。

體育署表示，臺帛雙方過去在田徑、棒球、壘球、籃球及排球等運動多有交流，為了落實臺帛教練及選手交流的倡議，規劃本次移訓。體育署特別感謝國立體育大學及臺北市立大學的鼎力支持，借重兩校體育專業，使移訓更具成效。贈弓儀式宛如象徵開啟兩國未來各項實質運動交流，也期待本次來臺的選手未來都能成為帛琉之光，在國際賽事發光發熱，提升帛琉的競技實力。

杭州亞帕運精彩落幕　體育署邀請國人持續支持身障運動平權

2022杭州亞洲帕拉運動會（以下簡稱亞帕運）於今（112）年10月28日落幕，我國在本屆賽事共遴派94名選手參與14種運動種類，奪下4金4銀12銅，共計20面獎牌。每位選手都用精采絕倫的表現帶給國人滿滿的感動，也讓世界看見臺灣對於身心障礙體育運動的熱情與活力。

體育署表示，國際身心障礙運動已朝高度競技發展，自108年起與中華帕拉林匹克總會攜手，啟動選手長期備戰及潛力新秀培育計畫等，並優化培、集訓資源挹注。本次賽事中，奪牌選手共計30人次，其中25歲以下選手計19人次，年紀為17歲以下有5人次，顯見培育已見初步成效，期待在持續努力下，選手們能於2024巴黎帕運舞台綻放閃耀光芒。

▲ 杭州亞帕運精彩落幕，體育署邀請國人持續支持身障運動平權（左起為體育署全民運動組副組長趙昌恕、金牌跆拳道選手蕭翔文、體育署副署長房瑞文、跆拳道教練吳燕妮、全民運動組科長張永光）

為我國奪下本屆亞帕運第1面金牌跆拳道選手蕭翔文及教練吳燕妮在體育署例行記者會，除分享參賽心得與未來展望外，再次表達對國人支持的感謝。蕭翔文與吳教練一同呼籲，期待國人持續支持身心障礙者運動平權，攜手營造正向支持環境，為保障運動參與機會及運動權共盡心力。

體育署進一步說明，期待國人一起支持國際帕拉林匹克總會（International Paralympic Committee, IPC）提出「透過帕拉運動打造融合世界（Make for an inclusive world through Para sport）」的願景，而為響應國際總會願景，鼓勵國人支持運動平權，體育署

攜手縣（市）政府與體育團體辦理各式身心障礙體育活動，並推出系列影片，國人在「i運動」YouTube頻道可以找到身心障礙運動教學，也可以觀賞亞帕運與亞運選手共同拍攝的互動影音，藉由選手們的交流火花，看見「愛運動，我們都一樣」的精神，期待國人均能響應支持，讓每顆愛運動的心，都能無障礙的參與，一同「愛運動．動無礙」Together We Move。

112 年運動企業認證授證典禮企業運動已成顯學 獲證家數再創新高

教育部體育署今（112）年10月31日舉辦「112年運動企業認證授證典禮」，現場由教育部部長潘文忠親臨表揚獲證企業，超過150家企業、近700位代表蒞臨與會，顯見政府與企業共同推動全民運動的決心。

112年運動企業認證共有154家企業獲證，獲證企業數再創歷屆新高。為了串聯獲證企業相互交流，體育署推動「運動年曆生態圈」，希望透過賽事、課程講座、互利優惠等方式促進企業互相交流，串聯彼此資源與商機，擴大企業周邊效應。

授證典禮開場由體育署副署長房瑞文頒發「i sports運動年曆積分賽賽事排名獎座」。在簡短的企業交流後，由潘部長逐一頒發運動企業認證獎座，並與所有獲證企業合影，現場的企業加油團大聲呼喊加油口號，使活動充滿活力與歡欣的氣氛。

▲ 112年運動企業認證授證典禮，吸引154家運動企業認證代表近700人到場支持

運動企業認證舉辦8年以來，累計獲證企業家數達728家，影響職工總人數超過113萬人。未來將持續透過運動年曆生態圈，帶動更多企業加入運動企業認證的行列，將職場變成員工的運動主場，在忙碌工作之餘，也能同時兼顧健康管理，增進全民健康幸福。

2023 國際山域嚮導制度發展及交流分享會

為推廣山域嚮導制度，增加個人山林視野，教育部體育署委託國立體育大學於今（112）年11月5日在該校國際會議廳辦理「2023國際山域嚮導制度發展及交流分享會」，邀請國際山岳聯盟（International Climbing and Mountaineering Federation, UIAA）訓練委員會主席龍史蒂夫（Steve Long）來臺進行專題演講，並邀請國內山域動物保育工作者郭彥仁及攀登好手楊礎豪，透過多元的視角分享國內外登山環境與攀登經驗。此外，也以展場形式邀請「台灣野外地區緊急救護協會」及《臺灣山岳雜誌》進行攜帶型加壓艙（PAC）及臺灣山林資訊的推廣，會場內容安排豐富，吸引近百位山友們蒞臨參與。

▲「2023國際山域嚮導制度發展及交流分享會」搭建國內外山域活動專家交流平台

「有我在」UBA 大專籃球聯賽陪伴選手、球迷共創精彩

大專籃球聯賽（UBA）繼上學年度決賽攜手公開二級及一般組前進臺北小巨蛋，本（112）學年度持續推廣腳步，11月14日開賽記者會邀請各級組選手代表出席，在教育部體育署署長鄭世忠、中華民國大專院校體育總會會長王淑音及副會長曾慶裕的見證下，共同宣布UBA新賽季正式啟動。

UBA延續以賽事傳遞正向力量，112學年度喊出「有我在」作為新賽季的精神引領，既是選手充滿信心的自我喊話，亦是對隊友、支持者最堅定的信任與鼓勵，希望肯定每個角色的價值，都是成就團隊和UBA重要的一分子。

預賽第三階段將移師中部舉行，屆時於國立臺灣體育運動大學、僑光科技大學兩地開打，球迷觀賽有不同選擇。本屆加入一級行列的隊伍，除了校史首度挑戰最高殿堂的中信金融管理學院及台南應用科技大學，還有闊別多屆強勢回歸的國立臺灣科技大學及國立虎尾科技大學，勢必會為競爭激烈的男一級帶來化學效應。

▲ 112學年度大專籃球聯賽（UBA）於11月14日舉行開賽記者會，宣告賽季正式啟動

09 SEP

5日
▶ 召開「2023臺灣運動產業博覽會」第11次工作會議。

8日
▶ 中華民國足球協會於高雄國家體育場舉辦「2023國際男子足球積分邀請賽 中華vs.菲律賓」。

▶ 召開「國家運動園區整體興設與人才培育計畫（第3期）」修正計畫自評會議。

9～10日
▶ 中華民國橄欖球協會於臺北市百齡橄欖球場舉辦「2023年臺灣國際10人制橄欖球邀請賽」。

9日
▶ 高雄市政府運動發展局於高雄流行音樂中心海音館舉辦「2023高雄霹靂舞國際大賽」。

10日
▶ 「2023年第31屆世界盃U18青棒錦標賽」我國奪得亞軍。

12日
▶ 召開「2023臺灣運動產業博覽會」第12次工作會議。

▶ 臺北市政府宣傳2025雙北世界壯年運動會暖身系列活動啟動記者會。

▶ 國立臺灣師範大學召開「教育部運動發展基金辦理國際體育運動交流作業要點修正計畫」第3、4次會議。

14日
▶ 召開「花東棒球優先區專案計畫審查會議」。

15日
▶ 臺東縣政府辦理「臺東縣海端鄉綜合體育館啟用典禮」。

▶ 召開「研商大屯育樂開發股份有限公司申請變更所屬『大屯高爾夫球場』面積及球洞數案會議」。

▶ 召開「2023夯運動黑客松」簡報DEMO暨審查會議。

▶ 召開「2023臺灣運動產業博覽會」舞台活動研商會議。

16日
▶ 本署於臺北小巨蛋舉辦「2023體育表演會」。

17日
▶ 假花漾展演空間辦理「2023年第11屆中信盃黑豹旗全國高中棒球大賽賽前記者會」。

19日 ▶ 苗栗市公所辦理「苗栗市全民運動館動土典禮」。

▶ 召開「2023臺灣運動產業博覽會」第13次工作會議。

20日 ▶ 行政院召開研商促進國際觀光客來臺具體措施第9次會議。

▶ 例行記者會照片拍攝——杭州亞運聯合轉播規劃。

21日 ▶ 行政院會討論案（增訂運動產業發展條例第24條之1）。

▶ 運動產業業者企業交流活動。

20～22日 ▶ 臺灣女子職業高爾夫協會於台豐高爾夫俱樂部舉辦「2023TLPGA巡迴賽——建大輪胎盃」。

21～24日 ▶ 臺灣職業高爾夫協會於林口高爾夫俱樂部舉辦「2023仰德TPC錦標賽」。

22日 ▶ 召開「113年全國大專校院運動會運動競賽小組第2-8次會議」。

▶ 召開「112年度各級學校專任運動教練資格審議會第5次會議」。

23日 ▶ 召開「教育部主管臺東地區高中（含）以下學校設置太陽光電發電設備區域聯合標租案評審委員會議」。

23日～10月8日 ▶ 第19屆杭州亞洲運動會。

24日 ▶ 國立教育廣播電臺「體育發燒」專訪主題「杭州亞運聯合轉播規劃」。

25日 ▶ 召開「研商擔任奧林匹克運動會、亞洲運動會及世界大學運動會國家代表隊教練，納入專任運動教練資格審定類型諮詢會議。

▶ 辦理112年度公共運動設施營運管理維護情形考核作業——高雄場。

25日～10月1日 ▶ 臺灣職業高爾夫協會於老淡水高爾夫球場舉辦「2023臺灣名人賽暨第37屆商三盃高爾夫邀請賽」。

25日 ▶ 召開「2022 HYPE國際創新網絡專案計畫」期末審查會議。

26日～10月1日 ▶ 中華民國羽球協會於高雄巨蛋體育館舉行「2023高雄羽球大師賽」。

26日 ▶ 召開「2023臺灣品牌國際賽精選賽事評選會議」。

▶ 召開「2023臺灣運動產業博覽會」第14次工作會議。

28日 ▶ 召開「第2屆運動彩券業務督導小組第43次會議」，審議第3屆運動彩券發行相關作業要點等，以利後續發行作業順利進行。

30日 ▶ 中華民國橄欖球協會於桃園市立田徑場舉辦「2023年U18亞洲青年7人制橄欖球錦標賽」。

10 OCT

2日 ▶ 辦理112年度公共運動設施營運管理維護情形考核作業——嘉義縣場。

▶ 桃園市政府辦理「楊梅體育園區－跆拳道暨多功能運動場館啟用典禮」。

3日 ▶ 召開「2023臺灣運動產業博覽會」第15次工作會議。

4日 ▶ 召開「前瞻基礎建設－城鄉建設－充實全民運動環境計畫」申請經費補助案件第44次複審會議。

4～19日 ▶ 中華民國帆船協會於澎湖縣白坑沙灘舉辦「2023年澎湖國際風箏浪板暨風翼公開賽」。

6日 ▶ 「補助國內基層賽事轉播及行銷宣導」第5次審查會議。

7～11日 ▶ 中華民國足球協會於臺北市立大學體育館舉辦「2024年亞足聯五人制足球亞洲盃資格賽」。

11日 ▶ 召開「113年全國中等學校運動會」競賽規程審查會議及技術手冊審查會議。

▶ 召開「113年推動原住民族棒、壘球輔導計畫審查會議」。

▶ 召開「2023臺灣運動產業博覽會」第16次工作會議。

12日 ▶ 假格萊天漾大飯店辦理「112學年度高中體總各項聯賽開賽記者會」。

▶ 中華民國足球協會於高雄國家體育場舉辦「世界盃資格賽第一輪暨亞洲盃資格賽　中華台北vs.東帝汶」。

13日

▶ 召開「運動產業發展條例增訂第24條之1條文草案」評估報告（初稿）座談會。

▶ 112年度公共運動設施營運管理維護情形考核作業——苗栗場。

13～15日

▶ 花蓮縣政府於花蓮鯉魚潭舉辦「2023花蓮太平洋國際龍舟節」。

15日

▶ 行政院公共工程委員會辦理「宜蘭縣水上運動中心－安農溪輕艇激流標桿競賽場地」案基本設計階段審議作業現地會勘。

16日

▶ 召開「113年度補助學校3項增聘運動教練實施計畫審查會議」。

17日

▶ 召開「2023臺灣運動產業博覽會」第17次工作會議。

▶ 臺灣運動產業博覽會「世界第一」文案審查會議。

▶ 假財團法人張榮發基金會國際會議中心辦理「112年度學校體育傳炬獎」頒獎典禮。

▶ 本署委託中華民國全國中小企業總會舉辦「112年度國際及兩岸體育交流第2場行政研習會」。

▶ 召開「國家運動科學中心新建大樓預定地土地撥用事宜研商會議」。

19日

▶ 召開「2023臺灣運動產業博覽會」舞臺活動第2次研商會議。

20日

▶ 112年度公共運動設施營運管理維護情形考核作業——基隆場。

▶ 於屏東縣台灣原住民族文化園區及賽嘉飛行場辦理「2023無動力飛行運動國際經驗分享座談會」。

20～29日

▶ 中華民國合球協會於臺北體育館舉辦「2023年臺北第12屆IKF世界合球錦標賽」。

21～26日

▶ 112年全國運動會在臺南。

22日
- ▶ 2022杭州亞洲帕拉運動會在「大蓮花」杭州奧體中心體育場舉行開幕典禮，中華代表團共78人參與入場儀式，並由女子健力選手林資惠、男子輪椅籃球選手呂駿逸擔任掌旗官。

23日
- ▶ 113年度擬委辦中華奧林匹克會辦理工作業務討論會議。
- ▶ 召開「2023臺灣運動產業博覽會」第18次工作會議。

24、27、31日
- ▶ 本署委託中華奧林匹克委員會辦理「2023國際體育事務工作坊」。

25～28日
- ▶ 臺灣職業高爾夫協會於高雄高爾夫俱樂部舉辦「2023TPGA高雄公開賽」。

26～29日
- ▶ 中華民國槌球協會於臺北市觀山河濱公園槌球場舉辦「2023年亞太盃臺北槌球公開賽」。

26～29日
- ▶ 臺灣女子職業高爾夫協會於揚昇高爾夫俱樂部舉辦「2023TLPGA巡迴賽緯創女子公開賽」。

27日
- ▶ 本署委請國立體育大學辦理帛琉射箭選手來臺移地訓練計畫致贈射箭選手弓箭儀式。
- ▶ 召開「第2屆運動彩券業務督導小組第44次會議」，審議第3屆內部控制及稽核制度與個人資料檔案安全維護計畫等，以利後續發行作業順利進行。

28日
- ▶ 2022杭州亞洲帕拉運動會在「大蓮花」杭州奧體中心體育場舉行閉幕典禮。本屆賽事我國代表團獲4金4銀12銅的亮眼表現，為邁向2024巴黎帕拉林匹克運動會打下重要基礎；我國代表團共計7名隊職員出席閉幕繞場，由羽球選手方振宇擔任掌旗官率先進場，網球選手黃楚茵、射箭選手吳中宏與楊鈞凱以及3名團本部人員代表進場參與繞場。
- ▶ 本署署長鄭世忠於深坑福容大飯店頒贈國際合球總會會長「教育專業獎章」。

28～29日
- ▶ 中華民國太極拳總會於臺北小巨蛋舉辦「2023年第8屆世界盃太極拳錦標賽」。

30日
- ▶ 112年度公共運動設施營運管理維護情形考核作業——澎湖場。

31日
- ▶ 國立臺灣師範大學召開「教育部運動發展基金辦理國際體育運動交流作業要點修正計畫」第5次會議。

▶ 召開「113年度體育署補助高中以下學校教學游泳池整建維修暨學校救生員薪資書面審查會議」。

▶ 召開「2023臺灣運動產業博覽會」第19次工作會議。

11 NOV

1日

▶ 行政院公共工程委員會召開「宜蘭縣水上運動訓練中心——安農溪輕艇激流標桿競賽場地規劃方案說明確認會議」。

1～4日

▶ 臺灣職業高爾夫協會於全國花園鄉村高爾夫俱樂部舉辦「2023TPGA鼎邦菁英公開賽」。

2日

▶ 召開「2023臺灣運動產業博覽會專案報告會議」。

3日

▶ 本署委託中華奧林匹委員會召開「國際體育事務專案小組第4次會議」。

▶ 召開112年11月份「體育新南向政策——學校體育交流實施計畫」經費審查會議。

5日

▶ 於國立體育大學辦理「2023國際山域嚮導制度發展及交流分享會」。

6日

▶ 召開「111年度及112年度我國民眾運動消費支出調查委辦案」之工作計畫書審查會議。

7日

▶ 召開「2023臺灣運動產業博覽會」期中報告審查會議。

▶ 2023臺灣運動產業博覽會「體育署施政成果展示研商會議」。

8日

▶ 召開「營利事業捐贈職業或業餘運動業與重點運動賽事專戶」工作會議——初審113年度受贈申請案。

▶ 召開「113年全國大專校院運動會組織委員會輔導小組第1次委員會議」。

▶ 召開「113年全國大專校院運動會組織委員會第2次委員會議」。

9日

▶ 國立臺灣師範大學召開「教育部運動發展基金辦理國際體育運動交流作業要點修正計畫」第6、7次會議。

▶ 召開112年度體育推手獎審查會議。

10日
▶ 召開「112～113年度引進民間資源投入體育運動發展計畫」第1次工作會議。

▶ 本署委託中華民國全國中小企業總會舉辦「2023臺灣品牌國際賽研習營交流分享會」。

▶ 假國立臺東大學附屬體育高集中學會勘及召開「臺東縣光電統一標租第2次說明會」。

11日
▶ 假國立臺灣師範大學公館校區辦理「112年度山野教育經驗交流與成果分享會」。

▶ 嘉義市政府辦理「嘉義市西區全民運動館動土典禮」。

▶ 中華民國合氣道協會於臺北市私立幼華高級中學舉辦「第13屆亞洲合氣道演武大會」。

6～12日
▶ 臺東縣政府於臺東金樽漁港遊憩區舉辦「2023臺灣國際衝浪公開賽」。

6～17日
▶ 中華民國射擊協會於桃園市公西靶場舉辦「2023年第45屆東南亞射擊錦標賽」。

8～10日
▶ 臺灣女子職業高爾夫協會於立益高爾夫球場舉辦「2023TLPGA歡樂友緣女子公開賽」。

12～18日
▶ 本署委託中華奧會辦理「2023年體育媒體交流訪問團」赴北京、西安拜會相關媒體及西安馬拉松主辦單位。

13日
▶ 召開「前瞻基礎建設－城鄉建設－充實全民運動環境計畫」經費補助案件第45次複審會議。

▶ 辦理「112學年度大專棒球聯賽記者會」。

▶ 召開「113年全國中等學校運動會組織委員會第1次委員會議」。

14日
▶ 假WESTAR辦理「112學年度大專籃球聯賽開賽記者會」。

15日
▶ 召開「補助國內基層賽事轉播及行銷宣導案」第6次審查會議。

▶ 召開「2023臺灣運動產業博覽會」第20次工作會議。

▶ 假台中市及國立臺灣體育大學辦理「113年全國大專校院運動會場地總檢訪視」。

15～17日 ▶ 臺灣女子職業高爾夫協會於南一高爾夫球場舉辦「2023TPGA聲寶女子公開賽暨秀菊盃長春邀請賽」。

16日 ▶ 國家發展委員會辦理「前瞻基礎建設計畫－城鄉建設－充實全民運動環境計畫」機動查證作業。

▶ 中華奧會於國立臺南大學啟明苑演講廳舉行「洛桑協議暨奧會模式規範第3次專題研習」。

▶ 110～112年度輔導運動產業健全體質及強化營運能力專案第8次訪視輔導工作報告會議。

16～19日 ▶ 中華民國滑輪溜冰協會於苗栗縣滑輪溜冰場舉辦「2023臺灣國際滑輪溜冰公開賽」。

17日 ▶ 交通部觀光署於集思交通部會議中心舉行「2023台灣觀光高峰論壇」邀請本署分享推動運動觀光執行成效與未來展望並參與對談。

17～21日 ▶ 中華民國木球協會於新北市新莊區西盛河濱公園木球場舉辦「2023年臺灣國際木球公開賽」。

19日 ▶ 假臺南亞太國際棒球訓練中心舉辦「第11屆中信黑豹旗全國高中棒球大賽總冠軍賽暨閉幕典禮」。

21日 ▶ 中華民國足球協會在臺北田徑場舉辦「世界盃資格賽第一輪暨亞洲盃資格賽中華台北vs.馬來西亞」。

▶ 桃園市政府辦理「桃園市龍岡全民運動館動土典禮」。

▶ 召開「2023臺灣運動產業博覽會」第21次工作會議。

22日 ▶ 召開「112年度各級學校專任運動教練資格審議會第6次會議」。

▶ 國家發展委員會辦理「國家運動園區整體興設與人才培育計畫（第三期）」查證作業。

24日
▶ 教育部召開研商「白鮑湖運動休閒生態園區暨社會住宅興建計畫」多功能運動園區設施規模及經費調整會議。

▶ 假國立臺灣師範大學辦理「112年戶外探索期末成果發表會」。

25日
▶ 中華職業棒球大聯盟於臺中洲際棒球場、雲林斗六棒球場及臺南市棒球場舉辦「亞洲冬季棒球聯盟」。

▶ 本署委託中華奧會在台北凱撒大飯店辦理「2023年運動員論壇」。

25～26日
▶ 高雄市政府於高雄市區舉辦「2023高雄富邦馬拉松」。

26日
▶ 假吳鳳科技大學辦理「112學年度全國各級學校民俗競賽開幕典禮」。

27日
▶ 召開「運動發展基金管理會第8屆第3次會議」，辦理基金運用之審議、執行情形之考核情形。

28日
▶ 本署委託中華奧會在東日本JR大飯店辦理「112年度高階領導人分享會」。

▶ 召開「2023臺灣運動產業博覽會」第22次工作會議。

29日
▶ 本署委託中華奧會在體育聯合辦公大樓3樓大禮堂辦理「112年度國際及兩岸交流暨人才培育成果分享會」。

31日～12月3日
▶ 臺灣職業高爾夫協會於台豐高爾夫球場舉辦「2023TPGA台玻台豐公開賽」。

我國參加亞運之歷史征途
A Historical Journey of Taiwan's Participation in the Asian Games

吳國譽、林玫君 Kuo-Yu Wu, Mei-Chun Lin

本文以年代演進為軸，事件為緯，簡要說明縱橫於時空的我國參賽亞運歷程。中華民國曾參加戰前的遠東運動會，改為亞運後，雖首屆缺席，但在「亞洲鐵人」楊傳廣於1954年第2屆馬尼拉亞運，拿下田徑十項全能運動項目首面金牌後，其他選手成績亦是亮眼。惟1960年代國際關係轉為艱辛，我國更於1970年後完全失去亞運參賽權。經過國際共同努力，1990年以「中華台北」轉身站回亞運賽場，參加運動種類多元，也有諸多鼓舞人心的故事，期間還多次爭取亞運主辦權，但均觸礁。2023年因疫情延期的杭州亞運，我國累積突破百金，追平隊史紀錄，格外具有歷史意義。

This paper adopts a chronological framework to present an overview of Taiwan's participation in the Asian Games. The Republic of China (ROC) initially participated in the pre-war Far Eastern Championship Games, which later evolved into the Asian Games. Although absent from the inaugural edition, Taiwan's prominence emerged in the second Manila Asian Games in 1954, with the achievement of the "Asian Iron Man", Chuan-Kwang Yang, securing the first gold medal in the decathlon. Additionally, other athletes achieved remarkable results. However, geopolitical challenged in the 1960s led to a difficult period in international relations, resulting in Taiwan's loss of participation rights after 1970. Through international efforts, Taiwan returned to the Asian Games in 1990 as "Chinese Taipei" witnessing diversified participation in various sports and inspiring stories throughout the years, along with multiple attempts to secure hosting rights. The 2022 Hangzhou Asian Games, postponed due to the pandemic, marked a historic milestone for Taiwan, accumulating over 100 gold medals and equaling the team's historical record, thus holding great historical significance.

我國參加亞運田徑奪牌點將錄
Taiwan's Athletics Medal Tally in the Asian Games

許光麃 Kuang-Piao Hsu

跑、跳、擲為人類基本運動之一，自1951年新德里主辦的首屆亞洲運動會（以下簡稱亞運）以來，田徑是必辦的運動種類，因此被稱作「運動之母」，除了獎牌數是各運動之冠外，也是各國競爭最激烈的競賽種類。我國歷屆亞運皆有田徑代表隊參賽，共奪得7面金牌，兩大國際田徑巨星楊傳廣與紀政已占4面金牌，不僅對族群產生強大的凝聚力，也間接影響臺灣外交力。本文主旨為回顧我國歷屆亞運的田徑代表隊的參賽戰績，提供日後競技運動政策制定的基礎，並作為規劃訓練選手、參賽獎勵等項目依據，朝著以主流運動摘金奪冠為努力目標。

Running, jumping and throwing are fundamental human movements. Since the inaugural Asian Games (Asiad) held in New Delhi in 1951, athletics has been a compulsory sport, often referred to as the "Mother of Sports". In addition to holding the highest medal count among all sports, athletics is renowned for its intense competition sport on the global stage. Taiwan's track and field teams have participated in every edition of the Asian Games, securing a total of 7 gold medals. Notably, athletic stars Chuan-Kwang Yang and Cheng Chi contributed to 4 of those victories. This success fosters strong cohesion within the country and also indirectly influences Taiwan's diplomacy. The primary objective of this article is to analyze the performance of the athletic teams in the past Asian Games, providing a foundation for future sports policy formulation. These are intended to guide the planning of athlete training programs and incentives, with the goal of achieving gold medals in mainstream sports.

我國參加 2022 杭州亞運選手培訓策略
Training Strategies for Athletes Participating in the 2022 Hangzhou Asian Games

藍坤田、謝奇穎 Kun-Ten Lan, Qi-Ying Xie

屢創競技運動佳績不僅是選手培育的展現，也是我國培訓計畫的發展成果。我國杭州亞運取得19面金牌，金牌數追平1998曼谷亞運並列歷屆最佳，於45個參賽國家中排名第6名。本文旨在探討我國杭州亞運培訓計畫實施的概況，顯示我國培訓策略從短期目標轉變為整體性與週期性的計畫，並將成果作為往後選手培育的體制基礎，以延續未來針對國際綜合性賽會的培訓規劃，繼而建立「以終為始」，持續進步的思維。

Athletic achievements in competitive sports not only signify the prowess of athletes, but also reflect the developmental outcomes of the country's training programs. In the 2022 Hangzhou Asian Games, Taiwan has achieved 19 gold medals, equaling the gold medal count of the 1998 Bangkok Asian Games. Among 45 participating countries, Taiwan ranked 6th. This paper explores the overview of Taiwan's training implementation of the 2022 Hangzhou Asian Games, showing that it transits from short-term initiatives to a holistic and cyclical program. The outcomes can serve as the foundation for future athlete training systems for international competitions, thus cultivating a mindset of "beginning with the end in mind" as a continuous improvement.

2022 杭州亞運概況及我國組團參賽之介紹
Overview of the 2022 Hangzhou Asian Games and Introduction to Team Chinese Taipei

徐孝慈 Hsiao-Tzu Hsu

由亞洲奧林匹克理事會（OCA，以下簡稱亞奧會）主辦的亞洲運動會是亞洲最高層級的運動會。中華奧林匹克委員會（以下簡稱中華奧會）作為組團單位，順利完成組團參賽任務，組團工作繁複，對內涉及教育部體育署、國家運動訓練中心、各個參賽協會以及各個政府相關部門，對外涉及與亞運組委會、亞奧會等各個不同部門的分工合作與協調。

本文僅從中華奧會角度，從中華奧會之角色定位、參賽前的組團籌備程序及分工、參賽期間之團本部支援團隊分工、確保賽會遵循亞奧會儀節規範以及組團期間之國際體育交流等，就亞運組團工作做一結構性的綜述。

The Asian Games, organized by the Olympic Council of Asia (OCA), showcase the highest level of sports events in Asia. The Chinese Taipei Olympic Committee (CTOC), as the organizing unit, efficiently coordinated the delegation. This involved the collaboration with internal entities like the Sports Administration of the Ministry of Education, the National Sports Training Center (NSTC), and various participating national federations and governmental departments. Externally, cooperation and coordination were established with the Asian Games Organizing Committee and the Olympic Council of Asia.

This paper presents a structural overview of the organizational aspect of the Asian Games from the perspective of the CTOC. It covers pre-competition delegation preparation and assignments, outlines the support team's role during the competition, emphasizes the importance of adherence to OCA's etiquette standards, and discusses international sports exchanges during the delegation period.

延期後的杭州亞運　中華隊整裝再出發
Postponed but undeterred, the Team Chinese Taipei gears up for a renewed journey!

李文彬、黃泰源、孫逸穎 Wen-Pin Lee, Tai-Yuan Huang, Yi-Ying Sun

囿於2020東京奧運延期，原2021成都世界大學運動會及2022杭州亞洲運動會（下稱杭州亞運）等兩大國際綜合性賽會，接連在112年7月及9月舉行，又緊臨2024巴黎奧林匹克運動會（下稱2024巴黎奧運）大關，同時黃金計畫2.0啟動2028洛杉磯奧林匹克運動會潛力菁英選手培訓，故此，國訓中心同時湧入世大運、亞運及2屆奧運培、儲訓選手進駐。

除了成都世大運及杭州亞運備戰交叉重疊，為取得2024巴黎奧運參賽的資格、積分及挑戰賽等更是如火如荼進行，緊湊高壓的賽事及訓練再再考驗選手的抗壓及負重，對後勤支援也是挑戰。本文以延期後的杭州亞運為主題，分享國訓中心為中華隊提供的特色舉措，讓讀者一窺競技賽場下鮮為人知的故事。

Due to COVID-19, the 31st World University Games and 19th Asian Games were originally scheduled for 2021 and 2022 but postponed, which took place consecutively in July and September, 2023. Moreover, implementation of Golden Plan 2.0 is underway for the grooming of potential elite athletes destined for the 2024 Paris and 2028 Los Angeles Olympics. As the reliable partner, the National Sports Training Center (NSTC) has witnessed the TEAM TPE preparing for these international multi-sport events.

The compact and high-pressure nature of the intensive competitions and training sessions continually tests the athletes' resilience and endurance, also presenting challenges to NSTC. This article aims to share the distinctive measures provided by the NSTC for the Team Chinese Taipei. It offers readers a glimpse into lesser-known stories beneath the competitive arena.

備戰國際運動賽事之運科策略——競技助力攻略
Strategies in Sport Science for Preparing International Sports Events - Competitive Enhancement Strategies

何維華 Wei-Hua Ho

金牌的影響力能夠提升臺灣的國際能見度，又能夠引發臺灣民眾的自信心與凝聚全民的團結力。臺灣運動選手獲得競技助力的攻略，採取了前瞻大攻略、跨域解決攻略、精英傳承攻略、獨特需求攻略、精準密招攻略，一方面向全世界展現臺灣的官、產、學的軟實力，另一方面以科學與科技支援我國選手在國際大賽中獲得金牌的榮耀。

The influence of gold medals can enhance Taiwan's international visibility and instill confidence in the Taiwanese people while fostering national unity. Taiwanese athletes have adopted strategies for athletic success, including forward-looking approaches, interdisciplinary solutions, elite legacy strategies, unique needs strategies, and precision tactics. Not only, they showcase Taiwan's soft power in governance, industry, and academia to the world. but also, they employ science and technology to logistics support strategy our athletes in achieving the glory of gold medals in international competitions.

2022 杭州亞運場館的永續發展評析
Analysis of Sustainable Development Venues of the 2022 Hangzhou Asian Games

周宇輝、簡全亮、劉昆祐 Yu-Hui Chou, Chuan-Liang Chien, Kun-Yu Liu

在「營運永續」及「環境永續」的兩大場館發展趨勢的引導下，「綠色」辦賽理念便成為2022杭州亞洲運動會的規劃目標，所有的場館皆提前布局設施賽後的利用方向，並朝綠色環保的方向進行規劃。為確保個別場館興、整建之經濟效益，杭州亞運的場館布局遵循「能改不建、能修不換、能租不買」之三大原則，辦理場館之興、整建。為確保場館之環境永續，杭州市政府將「綠色標準」、「綠色設計」、「綠色施工」等理念融入亞運會場館的興、整建中，並藉由落實綠建築及智慧綠建築、利用綠色能源進行碳中和、採用多種節能減碳之設計手法、精準無廢之手法及綠建材之選用等策略，來形塑杭州「無廢亞運」的品牌。

Under the trends of “operational sustainability” and “environmental sustainability”, the “green” hosting concept has become a planning objective for the 2022 Hangzhou Asian Games (Asiad). All venues were designed for post-event utilization with a focus on green and environmentally friendly initiatives. To ensure the economic viability of individual venues, the 2022 Hangzhou Asian Games follows the three principles in venue layout: “renovate rather than build, repair rather than replace, and lease rather than purchase,” to manage venue development. Furthermore, to ensure the environmental sustainability of the venues, the Hangzhou municipal government has incorporated concepts such as “green standards”, “green design” and “green construction” into the development of the Asian Games venues. By implementing green and smart construction, using green energy for carbon neutrality, adopting various energy-saving and carbon-reducing design techniques, precise waste reduction methods, and selecting green building materials, Hangzhou achieves the branding of “Zero-Waste Asian Games” of herself.

關鍵詞：營運永續、環境永續
Key words: Operational Sustainability, Environmental Sustainability

2022 杭州亞運對運動產業之拉力與推力
Impact of the 2022 Hangzhou Asian Games on the Sports Industry

劉承勛、陳美燕 Cheng-Hsun Liu, Mei-Yen Chen

大型運動賽事舉辦對於城市都具有刺激消費、推拉經濟的作用，不僅能夠推進賽事門票、體育用品、周邊紀念品等銷售收入，還可拉動住宿、餐飲、旅遊、文化、娛樂等相關產業增長。但是，大型賽事對舉辦城市的經濟發展階段不同，經濟結構和經濟規模也有所差異，因此其帶動產業經濟的程度以及賽事之後的影響也各不相同。本文之目的在以杭州亞運為例，探究運動賽事帶動產業之拉力與推力經濟效益，並提出相關運動行銷與管理之策略建議。

The hosting of large-scale sports events stimulates consumption and boosts economic activities within cities, promoting revenue through ticket sales, sports goods and peripheral souvenirs. Additionally, it also drives growth in related industries such as accommodation, dining, tourism, culture and entertainment. However, the economic impact of hosting such events varies depending on developmental stages, economic structures, and the scale of the city. Therefore, the degree to which these events drive industrial economies and their impacts on the local economy also differ. This paper aims to explore the driving forces and economic benefits of sports events on industries, using the Hangzhou Asian Games as reference, and further proposes strategic recommendations for sports marketing and management.

新時代新傳播——大型運動會媒體報導的轉變
New Communication for a New Era – Transformations in Media Coverage of Major Sports Events

黃顯祐 Shean-Yow Hwang

數位時代來臨，新聞報導的方式也逐漸有顯著差異。透過網路傳播，關心亞運的大眾不再是等到隔天才能閱讀相關新聞，比賽一結束，最新最快的報導立即在網路上呈現，這就是現代傳播與過去不同的地方。媒體報導在網路時代，由傳統印刷紙媒逐漸改以電子報型式，但傳統印刷紙媒仍有閱讀魅力，與速食的電子報及網路媒體不同，也各有愛好者。影音在現代生活占有極大的分量，以圖像為主的平面報導不容易吸引人，傳統媒體也強調要有影音來搭配，但在越來越看重轉播權利金的大型運動會，今後如何劃出是否侵權的分界線，將是未來必須探討的課題，避免糾紛越來越多。

The advent of the digital age has brought significant differences in the way news are reported. Due to the prevalence of the Internet, people interested in the Asian Games no longer need to wait until the next day to read about it. As soon as the games conclude, the latest and fastest reports become instantly available online, marking a shift in modern communication from the past. The transition from traditional print media to electronic newsletters characterizes this transformation in media reporting. However traditional print media retains its appeal, unlike the quick and brief nature of electronic newsletters and online media. Furthermore, the role of audio-visual elements is significant. Graphic print reports struggle to captivate audiences, leading traditional media to emphasize the need for additional audio-visual elements. Nevertheless, in the context of large-scale sports events that prioritize live broadcast royalties, delineating the boundaries to determine infringements is a topic that requires future exploration to prevent an increase in disputes.

杭州亞運之備戰與醫療支援
Preparation and Medical Support for the 2022 Hangzhou Asian Games

林瀛洲、曾怡鈞 Yin-Chou Lin, Yi-Chun Tseng

本次杭州亞運的醫療支援方面有以下重點。（一）場邊即時醫療：運用雷射針灸等方便攜帶的儀器及方式，協助身體有狀況的選手在比賽場邊進行治療，以應付接下來的比賽。（二）場邊即時超音波檢查：可協助其他運動員分村的醫療及場邊即時的傷勢篩檢，此一服務模式對醫療決策效率的提升發揮了極大的作用。再配合賽中安排營養師，提供賽事期間的飲食規劃與諮詢。讓所有的選手可以在最健康、狀態最好的狀況下進行比賽。訓練的成果自然可以如實呈現。本文中的照顧模式值得延續下去，期待中華健兒在2024巴黎奧運再創競技運動高峰。

In the context of medical support during the 2022 Hangzhou Asian Games, emphasis is placed on the following key points. (I.) On-site immediate medical care: Using portable equipment and methods, such as laser acupuncture, to assist athletes with physical conditions in on-site treatment, supporting them in facing upcoming competitions. (II.) On-site real-time ultrasounds: This service can aid in the medical care of athletes from different villages and facilitate on-site real-time injury screening, significantly enhancing the efficiency of medical decisions. Additionally, the inclusion of a dietitian during the competition provides dietary planning and counseling, ensuring that all athletes compete in the healthiest and most optimal conditions. The outcomes of the training can be accurately demonstrated. The care model introduced in this article is worthy of continuation, looking forward to Taiwanese athletes reaching new athletic peaks at the 2024 Paris Olympics.

2022 杭州亞運國家代表隊運動禁藥管制教育作為
2022 Hangzhou Asian Games Team Chinese Taipei Sports Drug Control Education Act

陳伯儀 Bo-I Chen

維護比賽的公平性與選手的身體健康，是當今重要課題之一。每4年匯集亞洲各區運動菁英的亞洲運動會（以下簡稱亞運），不只提供展現競技實力和才華的舞台機會，也促進各國之間的交流，然而，2022杭州亞運針對運動教育管制實施首例的報名條件，要求參賽選手須取得國際級運動員教育計畫證書，或是完成國家運動禁藥管制組織課程即可參賽。本文將以如何避免運動選手濫用運動禁藥、運動禁藥管制的重要性進行探討，輔導我國選手完成高品質運動禁藥管制教育課程，並協助他們取得證書，以獲取亞運報名資格。

Maintaining the fairness in competitions and preserving the athlete's well-being is one of today's most important issues. The Asian Games (Asiad), which brings together elite Asian athletes every four years, not only provide an opportunity to showcase athletic prowess, but also promote exchange between countries. However, the 2022 Hangzhou Asian Games marked the first instance of registration conditions related to sport education, requiring athletes to obtain an International Level Athletes Education Program (ADEL) certificate or complete a National Anti-Doping Organization (NADO) course to qualify for the competition. This paper explores how to prevent the misuse of doping by athletes and emphasizes the importance of doping control. It advocates guiding our country´s athletes through doping control education programs, assisting them in obtaining certificates to qualify for the Asian Games.

壹、本刊宗旨

以宣導我國體育政策制度、報導國家體育動態、介紹國際跨文化體育現況及促進國際體育交流為宗旨。

貳、本刊內容

政策導向、各期專題、署務報導、法令規章、新知交流、運動廣場、十步芳草、運動畫頁、專題英文摘要、大事記等。

第217期國民體育季刊「身心障礙運動推動（含帕拉運動及學生適應體育）」相關主題之方向，臚列如下：

一、國際帕運會重要發展及2024巴黎帕運會參賽特性

二、臺灣身心障礙運動組織、發展特性

三、競技身障運動之獨特性及運動參與需求

四、身障者參與運動會之醫療支援及特殊性

五、國際身障運動之運科支援及成功經驗

六、我國參與國際重要身障運動會之發展與績效

七、各類身障者運動平權、參與、阻礙因素及特殊性

八、身障運動員運動參與之重要法律及道德議題

九、各縣市政府、機構在各類身障者參與運動成功經驗分享

截稿日期113年1月15日

第218期國民體育季刊「巴黎奧運的備戰與展望」。

參、投稿須知

一、格式：

（一）版面採A4直式，文稿採由左至右橫向，並於右下方註明頁碼。

（二）分段寫作，段首空二字，段落之間不空行，設定為1.5倍行高，左右對齊。

（三）中文採標楷體14號字，全形標點符號；英文採Times New Roman 14號字，半形標點符號。

（四）參考文獻用美國心理學會（American Psychology Associationiation, APA）格式。人文社會得用其他格式。

（五）裝訂順序為首頁、中文摘要及關鍵詞、正文、註釋、附錄、參考書目。

（六）首頁內容包括：（1）題目；（2）姓名（含簽名）；（3）任職機構及職稱／就讀學校及身分；（4）E-mail；（5）聯絡電話；（6）通訊處；（7）相關說明。

（七）稿件請存為Word文件檔（.doc）。

二、內容：限於篇幅，來稿以3,000字為原則。

三、來稿如經採用，該文著作財產權即歸屬本刊所有。如因編輯需要，本刊有刪改權，不願刪改者，請註明。

四、凡曾於其他刊物發表者，一律拒絕刊登。有抄襲者，文責自負。

五、來稿無論錄取與否，一律不退件，請自行留存底稿。

六、來稿請寄：10361臺北市大同區民權西路108號8樓《國民體育季刊》編輯部（請附文字稿及電子檔）

E–mail：wdnsq.edit@gmail.com

七、聯絡電話：(02) 2553–6152#55

傳真號碼：(02) 2553–6251

肆、審查方式：

來稿之審查，分為形式審查與實質審查兩階段。

一、第一階段形式審查：

稿件先由執行編輯與主編委員進行形式審查，若有不符合本刊徵（邀）稿格式，應請作者修正後再行投稿，或交由執行編輯依照本刊格式，協助作者編排完成後通知作者。

二、第二階段實質審查：

（一）通過形式審查之稿件，依性質由主編委員與相關領域之編輯委員討論，商請專家二位進行實質審查。

（二）實質審查採雙向匿名方式辦理，審查人員須填寫審稿意見表，並提出審稿意見後交至編輯委員會審議。

（三）二位實質審查人之意見依下列方式處理：

處理方式		第二位評審意見			
		刊登	修改後刊登	修改後再審	第三位評審
第一位評審意見	刊登	刊登	修改後刊登	修改後再審	第三位評審
	修改後刊登	修改後刊登	修改後刊登	修改後再審	第三位評審
	修改後再審	修改後再審	修改後再審	修改後再審	退稿
	退稿	第三位評審	第三位評審	退稿	退稿

（四）是否刊登文件，均應將評審意見等函送投稿人，並說明處理方式。

伍、審查結果：

由編輯委員會議依審查意見，作成綜合意見決定之。

陸、稿件修正與刊登：

一、凡經編輯委員會決議刊登之稿件，投稿者須根據審稿意見及本刊格式要求修改，並於規定期限內寄回修正稿件、修正說明或答辯說明。

二、寄回之修正稿件如未能依前開要求修改或適當答辯者，經編輯委員會之決議，得暫緩或撤銷刊登。

三、獲同意刊登之稿件，經執行編輯通知後，作者需於一星期內寄回修正稿件、著作財產權讓與同意書，以利出版。

四、再審稿件，應依評審意見逐項回應說明，以利審稿委員再審。

五、文稿付印前再送請作者確認。

National Sports Quarterly

關鍵字搜尋｜教育部體育署

教育部體育署
Sports Administration, Ministry of Education
地　　址：104703 臺北市中山區朱崙街20號
服務電話：02-8771-1800
傳　　真：02-2752-0200

ISSN1027-5010
9 771027 501009 >