**中華民國滑雪協會109年度青少年培訓選手甄選辦法**

一、依 據：(一)本會組織章程第六條第四項與本會「運動人才培訓計畫」之規定訂定「中華民國滑雪協會儲備運動人才甄選辦法」。

(二)本會109年度工作計畫

二、甄選對象：國小四年級至國中二年級，男女不拘。

三、**甄選日期及報名表單連結：(以週六實施檢測為主，若有變更將於本會網站公告通知)**

**(一)中華民國108年1月19日(星期日)：**

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScbFtItZXkIRVJG9sbRVRY9-KXx_fFx3v76vTsPZSI94ywg8Q/viewform>

**(二)中華民國108年3月8日(星期日)：**

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfzERSTbtOAOdLRS0a7zfIZlUkN4fSoo8HejZFRPWfeS4G3Yw/viewform>

**(三)中華民國108年5月10日(星期日)：**

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdhZw8od3eVQR7_uD7JDRGJHqoy59FYJ2YwTG1oiUxgu1q-_A/viewform>

**(四)中華民國108年7月4日(星期六)：**

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeWjTf_tYNMKrt3fUEi_QvkMN4UGCqKMmBzTAWh4c5uyZllvQ/viewform>

**(五)中華民國108年9月12日(星期六)：**

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdjawT4-5B-9JSmUNAtaOOVm0z-Hskg30Nn3mMSln3wNxSwHA/viewform>

**(六)中華民國108年11月21日(星期六)：**

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSebqY3rsC4KPwudQsfa8SG0J4AgPhGTJjCHAKea9Pl2VFFGSQ/viewform>

**有\*者係甄選出國訓練選手，加強體能檢測**

四、**甄選地點：**[新竹縣關西鎮富光國中](http://www.fgjh.hcc.edu.tw/bin/home.php)(新竹縣關西鎮49306-43十六張49號)

五、報名方式：一律採網路報名（相關資料請自行下載）即日起至前二日（截止日當晚24:00），不接受現場報名。

六、人才需求：各級儲備運動人才每年各約需10-15名（視實際需求增減）。

(一)滑雪、滑草 (二)越野滑雪 (三)雪地滑板 (四)其他

七、測驗項目：速度、爆發力、敏捷性、耐力、肌耐力、平衡、協調。

八、注意事項：(一)參加甄選人員報名時應上傳繳交資料如下：推薦函、家長同意書、基本資料(曾參加體測者不必重覆繳交)，具運動專長者請另附相關證明文件。

(二)參加甄選人員往返交通請自理，當日午餐由本會供應。

(三)本會選訓委員會審查後，通知參加甄測。

(四)如有未盡事宜另行通知。

九、本辦法經本會理監事會同意後，並報請教育部體育署核備後公告辦理，修正時亦同。

 \*曾參加體測者免下載參加檔案下載：<[推薦函](http://www.ski.org.tw/images/doc/reserveathletestrainingproject/recommendation.pdf)>、<[家長同意書](http://www.ski.org.tw/images/doc/reserveathletestrainingproject/consent.pdf)>、<[個人基本資料](http://www.ski.org.tw/images/doc/reserveathletestrainingproject/profile.pdf)>

**中華民國滑雪滑草協會選手甄選檢測時程表**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 時間 | 項 目 | 備註 |
| 08:30-09:00 | 報到及甄選說明 |  |
| 09:00-09:30 | 熱身 |  |
| 09:30-09:50 | 100公尺 | 不得使用釘鞋 |
| 09:50-10:10 | 體適能檢測 |  |
| 10:10-10:50 | 漸速有氧耐力跑 |  |
| 10:50-11:10 | 四方跳 |  |
| 11:10-11:30 | 10公尺 x 4折返跑 |  |
| 11:30-11:45 | 繩梯 | Ickey步法(前、後)、外腿前跨、外腿後跨 |
| 11:45-12:15 | 400公尺 | 不得使用釘鞋 |
| 12:15~ | 甄選結束：午餐時間 |  |