

110 年度青少年培訓選手甄選及體能檢測辦法

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 110 年度工作計畫

二、甄選對象：國小五年級至國中二年級，男女不拘。

三、體測對象：本會現役選手及培訓選手

三、甄選日期及報名表：

(一)中華民國 110 年 2 月 6 日(星期六)---士林國小

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSexd_7plYYnYt0v23uktW5c-VoRmWLUh5PNnSwo-FD0nO4sRQ/viewform

(二)中華民國 110 年 4 月 11 日(星期日)---石岡國中

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScbChxzXLLuCfuUzWIdx0a2d0YDHISPbCmXErn9qrQBPVdAKA/viewform>

(三)中華民國 110 年 6 月 5 日(星期六)---士林國小

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeUUtvFHVFYSZkv5pu8osglrkVH_kMWnBuzlTs31aJu7-_-JA/viewform

(四)中華民國 110 年 8 月 15 日(星期日)---石岡國中

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdV-sTxMR5EdU02q4ibqU9R6YCwghHMN46htZPjgeyd2y773Q/viewform>

(五)中華民國 110 年 10 月 16 日(星期六)---士林國小

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSf5MQOe_yQwNCIhU3aqqUQB4JoUlpjHk3dRsGocKEm6lt2ezQ/viewform

四、甄選地點：

(一)臺北市士林國小(111 臺北市士林區大東路 165 號)

(二)臺中市立石岡國中(422 台中市石岡區豐勢路國中巷 1 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）。

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>、<家長同意書>、<個人基本資料>

中華民國滑雪協會選手甄選及體能檢測時程表

時間	項 目	備註
08:30-09:00	報到說明及熱身	
09:00-09:15	100 公尺	不得使用釘鞋
09:20-09:50	體適能檢測	
09:50-10:30	漸速有氧耐力跑	
10:30-10:50	四方跳	
10:50-11:10	10 公尺 x 4 折返跑	
11:10-11:30	繩梯	Ickey 步法(前、後)、 外腿前跨、外腿後跨
11:30-11:50	400 公尺	不得使用釘鞋
12:00~	甄選結束：午餐時間	