

中華民國滑雪協會參加「2026 年第 25 屆米蘭-科爾蒂納冬季奧運會」 選手培(儲)訓參賽實施計畫

114.07.10 心競字第 1140006342 號

- 一、依據：教育部體育署 114 年 3 月 21 日臺教體署競(三)字第 1140400648 號函。
- 二、組織：由本會選訓委員會負責有關教練及選手遴選暨培訓督導等事宜。
- 三、SWOT 分析

Strength (優勢)	1.2022 年北京冬季奧運會後，本會選手積極備戰 2026 年米蘭-柯爾蒂納-冬季奧運會，近 2-3 年在阿爾卑斯式(Alpine)和越野滑雪(Cross-Country)積極投入參賽，為取得資格做準備。 2.阿爾卑斯式(Alpine)李玟儀選手持續維持應有之點數，2024 年 7 月 1 日起為 2026 年冬季奧運會點數計算期間，李玟儀於 2025 年 3 月下旬確認取得參賽資格，新秀選手蔡悅生(SL FIS Point 144.76)、張天將(SL FIS Point 114.46，因五場次平尚未達到)及上屆冬季奧運會參賽選手何秉睿(SL FIS Point 146.94)等人都符合上屆冬季奧運會賽標準，如能進入儲訓隊，並持續訓練及參賽(或以賽代訓)預估會有 1 位取得參賽(需五場次平均低於 120 點)資格。 3.越野滑雪(Cross-Country)余睿為 FIS World Cup 選手基本上已具參賽冬季奧運會資格，李杰翰去年中已初步達標，經參賽世錦賽取得正式資格，其他選手劉昊恩(DI FIS Point 315.72)已達標，15 小將劉昊哲(DI FIS Point 375.63)也是有機會競爭隊選手，如能進入儲訓隊，加以訓練及參賽讓點數低於 300 點，都有機會遞補參加 2026 年冬季奧運會。 4.歸納前述，無論是已取得參賽資格的 3 位選手之外，另外 3 位阿爾卑斯式(Alpine)及 2 位越野滑雪(Cross-Country)，都是我國國參賽冬季奧運會最具期待的優秀選手。
Weakness (劣勢)	國內長年無雪，缺乏滑雪訓練環境，進而影響訓練連續性，選手需長期到國外進行移地訓練及尋求外援。以下為目前已取得參賽資格選手情形： 余睿 爆發力及肌肉力量待補強，對短距離競賽有影響，競賽時的戰術攻擊能力不足，有待補強訓練。 李杰翰 1.雪地實際經驗仍不足，需妥善規劃移地訓練及參賽，強化雪上技巧、技術。 2.需藉助歐美專業教練和選手刺激，且需實力相近的陪練員一起訓

	練。需打蠟師兼磨板技師 1 位，給予技術後勤支援。 李玟儀 1.需打蠟師兼磨板技師 1 位，給予技術後勤支援。 2.進入高度體能階段，專注曲道、大曲道項目競賽需要年青的陪練員選手。
Opportunity (機會)	已取得 2026 年冬季奧運會資格選手，當前需努力的是讓個人的點數持續下降，因為比賽時點數越低的越早出發，排序更靠前比賽場地受破壞比較少，以下為目前已取得參賽資格選手情形： 余睿(DI：125.14、SP：191.70) 技術及耐力基礎佳，尤其是疲勞時的表現佳。2026 年冬季奧運會前全心投入訓練，並於今年世界錦標賽持續進行高品質的訓練。且與挪威國家隊一起訓練，有機會可於 2026 年冬季奧運會取得優異表現。 李杰翰(DI：235.81) 1.年齡層低，可塑性高，未來有機會參加 2 屆冬季奧運會。期進駐國訓中心強化專項肌力與技術動作分析，給予改進滑雪動作的流暢度建議。 2.未來雪季採以賽代訓方式，協調瑞典越野滑雪國家隊能接納進入一起訓練，提升運動實力與滑雪技術、技巧。 3.利用運動科學幫助，使其訓練更科學化，同時藉由專業團隊給予分析身體各種指標及能力監測，以提升及強化其訓練效率。 李玟儀(SL：85.73、GS：134.80) 1.本會長期培訓優秀 Alpine 滑雪選手，2022 北京冬季奧運會選手，期以賽代訓方式積極爭取降低點數，有利 2026 年冬季奧運會出發序。 2.國訓中心支援強化專項肌力與專項技術動作分析，改進過旗門時滑雪技巧、技術的應用與轉換，使其動作更流暢、省力。 3.透過科學數據(功率輸出、雪地冰面滑行速度技術分析)，找到最佳化的訓練方式。並利用運動科學幫助，補強缺失與動作分析後給予的有效訓練提升技術水平。
Threat (威脅)	國內缺乏滑雪訓練環境，且參賽及訓練用滑雪板、Roller(含耗材)、打蠟機、蠟等及耗材費不貲。國內無滑雪選手升學管道，對選手日後投入訓練產生困擾，不利滑雪運動發展。 以下為目前已取得參賽資格選手情形： 余睿 尚在攻讀醫學神經科學碩士學位，佔用多數時間與注意力。儘量

	安排進修與訓練時間可以兼顧，維持嚴格的訓練計畫(每年 800 小時)。 李杰翰 希望國訓中心支援或支持滑雪訓練團隊組建。 李玟儀 1.待補強滑雪專業團隊如：打蠟師、專項技術教練、專項體能教練、物理治療師、陪練員、心理輔導、旗門模擬設施等建置。 2.缺乏完善的訓練基地及運動科研團隊給予支持與協助，亟待建立滑雪專項科研團隊。
--	--

四、計畫目標及培(儲)訓隊遴選

(一)總目標：2026 年米蘭-柯爾蒂納冬季奧林匹克運動會，突破以往的成績，創造個人最佳名次成績，以取得冬季奧林匹克運動會前八名為最終目標。

(二)遴選方式及檢測標準

1、教練（團）

(1)資格條件：

- A.凡本會會員，並持有中華民國體育運動總會核發之國家級(A 級)教練證者。
- B.可配合長期公假調訓，並可參加訓練者。
- C.隊伍教練團身份確認後，不可轉換。

(2)外籍教練：須符合教育部體育署發佈之「運動展基金輔導全國性體育團體聘任國際級教練作業要點」。

(3)遴選方式：

- A.阿爾卑斯式(Alpine)教練 1-2 名，打蠟師 1-2 名(均依據實際取得培訓資格項目而定)。
- B.越野滑雪(Cross-Country) 教練 2-3 名，打蠟師 2-3 名(均依據實際取得培訓資格項目而定)。
- C.教練人選提名須經選訓委員會通過後送國家運動訓練中心審議聘任。

2、選手

(1)第二階段（自 114 年 4 月 15 日起至 115 年 2 月 22 日止）

- A.遴選方式：經 114 年 4 月 15 日 FIS 公告已取得 Alpine、Cross-Country 參賽資格者，為當然培訓選手。未達前述資格者，以曾代表 2022 北京冬季奧林匹克運動會參賽資格，及阿爾卑斯式(Alpine)點數低於 150 點、越野滑雪(Cross-Country)點數低於 350 點，遴選為儲訓選手。

B.訓練地點：國家運動訓練中心，或國外移地訓練及參賽(以賽代

訓)。

C.預定參加之國際賽：

余睿 越野滑雪(Cross-Country)

序號	時間	地點	賽事名稱	備註
1	2025/07/31-8/3	韓國(Korea)	2025 FIS Roller ski Asian Cup	點數積分賽
2	2025/08/28-31	瑞典(Trollhattan)	2025 FIS Roller ski World Cup	點數積分賽
3	2025/09/04-07	哈薩克(Kazakstan)	2025 FIS Roller ski Asian Cup	點數積分賽
4	2025/09/16-17	義大利(Rome)	2025 FIS Roller ski World Cup	點數積分賽
5	2025/09/19-21	義大利(Ziano di Fiemme)	2025 FIS Roller ski World Championship	點數積分賽
6	2025/11/19-23	挪威(Beitostolen)	2025 FIS CC Norwegian Cup	點數積分賽
7	2025/11/27-30	芬蘭(Ruka)	2025 FIS CC World Cup	點數積分賽
8	2025/12/04-08	TBD	2025 FIS CC Norwegian Cup	點數積分賽
9	2025/12/12-14	瑞士(Davos)	2025 FIS CC World Cup	點數積分賽
10	2025/12/18-22	挪威(Lillehammer)	2025 FIS CC World Cup	點數積分賽

李杰翰 越野滑雪(Cross-Country)

序號	時間	地點	賽事名稱	備註
1	2025/06/30-07/06	泰國	2025 FIS Roller ski Asian Cup(泰國站移地訓練及參賽)	點數積分賽
2	2025/07/14-21	拉脫維亞(Latvia)	2025 FIS Roller ski World Cup(移地訓練及參賽)	點數積分賽
3	2025/08/01-05	韓國(Korea)	2025 FIS Roller ski Asian Cup(移地訓練及參賽)	點數積分賽
4	2025/08/30-09/07	哈薩克(Kazakstan)	2025 FIS Roller ski Asian Cup(移地訓練及參賽)	點數積分賽
5	2025/09/10-15	日本(Japan)	2025 Roller ski Competition(移地訓練及參賽)	點數積分賽
6	2025/11/1-12/10	挪威、瑞典	2025 FIS CC ski Competition(移地訓練及參賽)	點數積分賽
7	2025/12/11-28	韓國(Korea)	2025 FIS FEC CC 滑雪錦標賽(移地訓練及參賽)	點數積分賽

李玟儀 阿爾卑斯式(Alpine)

序號	時間	地點	賽事名稱	備註
1	2025/07/05-09/14	紐西蘭	移地訓練及參賽	
2	2025/08/4-07	紐西蘭(Cardrona)	2025 FIS Tech Race 滑雪賽(SL/GS)	點數積分賽
3	2025/08/18-21	紐西蘭(Mount Hutt)	2025 FIS ANC 滑雪錦標賽	點數積分賽
4	2025/09/1-3	紐西蘭(Coroner Peak)	2025 FIS NZL National Championships(SL/GS)	點數積分賽

5	2025/09/5-9	紐西蘭(Coroner Peak)	2025 FIS ANC Cup(SL/GS)	點數積分賽
6	2025/10/01	立陶宛	2025 FIS Race 滑雪賽(SL)及移地訓練	點數積分賽
7	2025/11/08-27	奧地利	2025 FIS Race 滑雪賽(SL/GS)及移地訓練	點數積分賽
8	2025/12/01-09	中國(萬隆)	2025 FIS FEC 滑雪錦標賽及移地訓練	點數積分賽
9	2025/12/10-31	日本(Japan)、韓國(Korea)	2025 FIS FEC 滑雪錦標賽、FIS Race 滑雪賽及移地訓練	點數積分賽

D.進退場檢測標準：

依據 FIS 國際滑雪總會於歐洲時間 115 年 1 月 18 日公告，取得奧運參賽資格者列入培訓，未取得資格者退場。

五、督導考核

- (一)本會依審議通過之本計畫級教練選手遴選辦法據以辦理選訓事宜，並督促教練（團）落實執行訓練計畫，以及依渠等之績效據以考核。
- (二)教練（團）應擬定訓練計畫及參加國際賽事之預估成績目標(以具體數據訂定檢測點)，據以執行及考核選手培訓情形。
- (三)由本會選訓委員會，配合上級單位視實際需要，採定時與不定時考核訓練成效，並出席培訓座談會。培訓期間，教練團需對選手健康檢查紀錄與體能、技術、精神及品德等相關資料檔案和定期辦理檢測，並以數據量化與系統化分析描述培訓績效。

六、所需行政支援事項及建議處理方式

(一)運動科學：

- 1、運動生化指標：請運科中心人員協助血乳酸、血清肌酸激酶(CK)、血尿素氮...等各種生化指標檢測和提供材料。
- 2、技能檢測：請運科中心人員協助有關生物力學動作分析和資訊系統分析，及專項運動功率產出動作分析。
- 3、心理輔導與諮商：請國訓中心支援專屬滑雪(Alpine、Cross-Country)運動選手之心理輔導人員。
- 4、專項運動體能訓練師：請國訓中心支援專屬滑雪(Alpine、Cross-Country)運動選手之專業體能訓練師，促進奧培選手體能精進與提升。
- 5、營養控制：請運科中心人員支援生理專家及營養師，協助教練團監控選手營養及營養品之使用，以增進選手身體機能，確保訓練品質與安全。
- 6、資訊情蒐小組：國際比賽錄影整理、分析、研究和建檔。
- 7、滑雪專項打蠟師：請國訓中心同意聘用滑雪專項比賽打蠟師(Alpine、Cross-Country)各 1 位及相關耗材(如蠟、打蠟機、鋼邊打磨機...等設

備)。

8、訓練及賽後恢復設備：雪板、雪杖、雪靴、安全護具、頭盔、比賽服裝組...等。

(二)運動防護：

- 1、請國訓中心支援運動傷害防護員(該防護員要會滑雪或由本會處理)。
- 2、請國訓中心支援滑雪專屬按摩師。

(三)醫療：

- 1、培訓期間，所有教練、選手均投保醫療意外保險。
- 2、有關復健醫療，視情況請國訓中心適時支援協助。

(四)調訓：

請國訓中心協助辦理相關教練公假、留職留薪或留職停薪、代課鐘點費或代理職缺費等事宜。

(五)課業輔導：

各階段培訓均請國訓中心辦理培訓選手之課業輔導。

(六)其他：

- 1、培訓選手於培訓期間如需專案醫療處理，請惠予協助安排。
- 2、依實際狀況再另案提出需求申請。

七、附則

- (一) 教練以專職培訓工作為原則，倘於培訓期間有不適任之事實，經國家運動訓練中心及運動人才培訓輔導小組委員查核屬實者，取消其資格。
- (二) 為顧及本會會務正常運作與推動並遵守利益迴避原則規範，本會秘書長(含)以上人員，不得擔任教練職務。
- (三) 選手須接受教練(團)指導並依訓練計畫，日常生活事項接受教練/(團)及國訓中心輔導管理，培訓期間有違反前述規定之事實，經查核屬實者，得取消培訓資格。
- (四) 入選之教練、選手，無故未能參加集訓或違反集訓相關規定者，送本會紀律委員會審議後，報教育部體育署備查。
- (五) 教練或選手之除名退訓，須經本會選訓委員會討論後，送國家運動訓練中心及運動人才培訓輔導小組委員審議後行之。
- (六) 選手應專注投入訓練，不得擔任所屬單項協會之單項國際賽會代表隊教練職務。

八、本計畫經本會選訓委員會會議討論通過後，函報國家運動訓練中心提送運動人才培訓輔導小組委員會議審議通過後公布實施，修正時亦同。