

中華民國綜合格鬥協會參加「2026年第20屆名古屋亞洲運動會」

選手培訓參賽實施計畫

國家運動訓練中心115年1月19日心競字第1150000618號函核定

一、依據：教育部體育署114年7月11日臺教體署競(二)字第114041486號函，和國家訓練中心心競字第1140007284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)	<p>(一) 專業教練與國際經驗傳承</p> <ul style="list-style-type: none">➤ 教練需具備國家級教練證與協會會員資格，確保專業與制度化。➤ 近年已有臺灣教練與選手參與亞洲錦標賽、國際聯盟賽事，能將實戰經驗帶回國內，提升訓練水準。 <p>(二) 分級選拔與國際接軌</p> <ul style="list-style-type: none">➤ 全國錦標賽與國手選拔積分制已建立，與亞錦賽、亞運資格直接掛鉤。➤ 階段性檢測標準逐步提升，確保代表隊選手具備國際競爭力。 <p>(三) 嚴謹的組織與紀律規範</p> <ul style="list-style-type: none">➤ 協會設有選訓委員會，確保教練與選手選拔透明。➤ 制定專職化與紀律規範，避免鬆散管理，維護團隊秩序。
Weakness (劣勢)	<p>(一) 選手人數少，選才不易</p> <ul style="list-style-type: none">➤ 目前臺灣選手要符合賽制形式、量級與新型態規則下，較無充足的選手人數於各級別中。 <p>(二) 階段性壓力過大與銜接風險</p> <ul style="list-style-type: none">➤ 因綜合格鬥為新型態的賽事，目前規則仍持續異動更新中，加上選手人數較少，選手仍須藉由國際賽事磨練，國際賽會公告報名時間短，且受限於經費影響國際賽事次數無法增加場次。 <p>(三) 資源依賴與落差</p> <ul style="list-style-type: none">➤ 行政支援高度依賴國訓中心、運科中心等外部單位，若協調不暢或資源分配不足，可能影響訓練進度（如體能檢測、醫療護理延誤）。➤ 教練選手專職化要求下，若公假、留薪等後勤措施未落實，可能影響教練選手參與意願。
Opportunity (機會)	<p>(一) 國際舞台突破</p> <ul style="list-style-type: none">➤ 臺灣選手已在亞洲錦標賽奪金，證明具備競爭力。

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 亞運、亞錦賽、國際聯盟賽事提供積分與曝光，利於提升世界排名。 <p>(二) 設定具體獎牌目標，凝聚團隊共識</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 以「1 金 1 銀 1 銅」為總體目標，集中資源於重點量級選手的培訓，確立明確方向。 ➤ 透過清晰的目標設定，強化團隊使命感與凝聚力，提升整體戰力。 <p>(三) 科學化訓練計畫，提升達標可能性</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 選訓委員會與教練團隊共同規劃訓練藍圖，並依據運動科學數據進行動態調整。 ➤ 結合體能監測、技術分析與比賽模擬，確保訓練策略與國際競賽需求接軌。 <p>(四) 主管機關全力支援，打造穩定後盾</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 運動部、國訓中心及總會等主管單位在培訓階段提供全面支援，涵蓋場地、醫療、營養與心理輔導。 ➤ 透過制度化與資源整合，為選手與教練建立安定而深厚的支持基礎，確保專注於備戰。 <p>(五) 東亞區域優勢</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 2026 名古屋亞運鄰近台灣，利於移地訓練與適應環境。 ➤ 與日本、韓國選手交流頻繁，有助於技術提升與比賽經驗累積。
Threat (威脅)	<p>(一) 國際競爭激烈</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 中亞、泰國、菲律賓等亞洲強國積極投入，實力快速提升。 ➤ 國際規則若調整（如體重級別、評分標準），可能影響台灣選手備戰。 <p>(二) 內部競爭與資格風險</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 同量級選手需透過決選爭奪資格，可能引發內部矛盾。 ➤ 選手資源分佈距離差異，主力選手多為臺北市和高雄市，若支援資源不夠充足，會造成選手集訓不易。 ➤ 教練證效期、選手資格審核等，皆可能造成陣容不穩。 <p>(三) 外部環境不確定性</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 國際局勢或天災可能影響移地訓練與比賽舉辦。 ➤ 高強度訓練導致運動傷害，若醫療防護不足，恐影響參賽甚至退賽。

四、計畫目標及培訓隊暨代表隊遴選：

(一) 總目標：2026名古屋亞運會獲得1金1銀1銅。

(二) 遴選方式及檢測標準

1. 教練團遴選：

(1) 資格條件：需為本會會員，具國家乙級以上認證教練，或為協會所發佈的最高認證等級，且未遭本會停權處分期間者。

(2) 遴選方式：

①須為實際指導選手之教練使得參加遴選。

②由入選選手數最多者為第一順位，若第一順位放棄遴選，將由第二順位教練遞補，以此類推。

③當選手人數相同時，依據其選手比賽『勝場總和』較高者為優先；其次，選手比賽『終結勝場次』較高者為優先；再其次選手比賽『犯規次數』較少者為優先。

2. 選手遴選方式：

第2階段（自114年9月1日起至115年1月31日止）

(1) 遴選方式：114年7月26日臺北體館辦理114年全國綜合格鬥錦標賽暨國手積分賽。

亞運綜合格鬥項目量級：（年齡限制2008年8月1日前出生）

傳統組：男65公斤、男77公斤、女60公斤

現代組：男60公斤、男71公斤、女54公斤

(2) 遴選標準：選出前2名選手，第1名為培訓，第2名為儲訓，教練可依需求提出陪練員。

(3) 選手已列培訓資格時，於國際未公告最終資格取得名單，仍延續辦理培訓。

(4) 訓練地點：依取得參賽選手規劃訓練地點。經協會選訓輔會議同意採集中訓練方式：（以下二擇一）

①進行勢格鬥運動館（台北市中山區民生東路一段8號3樓）

②WAZA技擊空間（高雄市三民區博愛一路91號）

(5) 預定參加之國際賽事：2026年1月第三屆亞洲綜合格鬥錦標賽（中國）

(6) 預估成績：一銀一銅

(7) 進退場檢測標準：

①綜合格鬥國內賽積分賽取得前二名。

②亞錦賽冠亞軍。

③亞錦賽除地主國和第三、四屆冠軍者，取得第三、第四屆錦標賽累積積分前五名者。

國際總會積分定義如下：

AMMA 錦標賽	第一名	20.0	積分為亞運會的80%
	第二名	16.0	
	第三名	12.0	
	第五名	8.0	
	第六名	7.2	
	第七名	6.4	
	第八名	5.6	

④集訓期間體、技能檢測優秀之選手。

第3階段（自115年2月1日起至本屆亞運結束日止）

(1) 遴選方式：依據第三階段檢測賽事參賽成績排序

亞運綜合格鬥項目量級：（年齡限制2008年8月1日前出生）

傳統組：男65公斤、男77公斤、女60公斤

現代組：男60公斤、男71公斤、女54公斤

(2) 遴選標準：選出前2名選手，第1名為培訓，第2名為儲訓，教練可依需求提出陪練員。

(3) 選手已列培訓資格時，於國際未公告最終資格取得名單，仍延續辦理培訓。

(4) 訓練地點：依取得參賽選手規劃訓練地點。經協會選訓輔會議同意採集中訓練方式：（以下二擇一）

①進行勢格鬥運動館（台北市中山區民生東路一段8號3樓）

②WAZA技擊空間（高雄市三民區博愛一路91號）

(5) 預定參加之國際賽事：

①2026年5月第四屆亞洲綜合格鬥錦標賽(哈薩克)

(6) 預估成績:1銀2銅

(7) 進退場檢測標準：綜合格鬥亞錦賽取得亞運積分成績

①亞錦賽冠亞軍。

②亞錦賽除地主國和第三、四屆冠軍者，取得前五名亞運積分成績。

五、督導考核

（一）本會依審議通過之本計畫據以辦理選訓事宜，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) 教練團應建立選手體、技能及精神、品德檔案資料，定期和非定期配合運動科學中心辦理檢測。數據經量化後分析評估訓練績效，作為調整考核依據。
- (四) 本會選訓委員會，定期或不定期前往督訓、諮詢、座談掌握培訓動態，並參與督導各賽會提供改善和檢討。
- (五) 選手服用任何藥物時，均應向本總會指定醫療窗口諮詢並經醫師同意，始能為之。
- (六) 培訓期間選手應接受健康檢查，如經醫師檢查認定不適合繼續培訓或迴避檢查者，即應中止培訓或取消參賽資格。
- (七) 代表隊之教練、選手，無故未能參加培、集訓或違反本總會訂定組隊參加國際賽會活動人員之言行規範相關規定者，送本總會紀律委員會審議後，報運動部備查。

六、所需行政支援事項及建議處理方式：

- (一) 運動科學：擬辦理體能訓練專案，以協助選手體能訓練，其餘有關運動科學檢測實施均遵照國訓中心相關規定辦理。
- (二) 運動防護：擬辦理隨隊運動防護專案，以協助選手訓練及賽期運動防護。
- (三) 醫療：擬辦理隨隊物理治療專案，以協助選手訓練及賽期物理治療。
- (四) 調訓：有關教練及選手調訓、公假、留職留薪、留職停薪、代課鐘點費或代理費，依據教練、選手需求配合運動部相關規定辦理。
- (五) 器材需求：依據選手之訓練需求向本總會申請提報基本器材或消耗性器材清單，本總會將依據核定之器材預算統籌分配進行採購。
- (六) 課業輔導：有關課業輔導課程、成績等相關問題，亦遵照國訓中心相關規定辦理。
- (七) 選手心理輔導專案：因應選手之特殊性，擬辦理隨隊心理輔導專案，以協助選手學習心理技能。

七、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。