

## 中華民國定向越野協會參加 2024 年國際賽事國家代表隊選拔培訓隊 體能測驗

### 公告

一、為選拔參加 2024 年國際賽事選手，本會擬進行培訓隊體能測驗，本次參與之成績列入選拔依據。**(※未參加體能測驗，不列入積分排名)**

二、體測時間：

1. 第一場-金門

日期：**113 年 7 月 2 日(星期二)** 下午 16:30。

地點：金門高中田徑場

2. 第二場-臺北

● 日期：**113 年 7 月 20 日(星期六)** 下午 4 點到 6 點。

● 地點：台北市天母運動公園田徑場

● 報到：田徑場場邊觀眾看台集合

3. 第三場-臺中

● 日期：**113 年 7 月 27 日(星期六)** 下午 4 點到 6 點。(暫訂)

● 地點：台中市豐原體育場

● 報到：田徑場場邊觀眾看台集合

三、測驗流程：

時間	內容	備註
16:00-16:10	報到	領指卡
16:10-16:40	自行熱身	
16:40-17:40	5000 公尺、3000 公尺測驗	分批出發
17:40-18:00	公告成績	

四、報名方式：

1. 請符合資格的選手，可依個人情況選擇適合的場次報名參加，報名網址

<https://reurl.cc/5vz0X6>。

2. 報名截止日期

● 第一場-金門 於 113 年 7 月 01 日(星期一)下午 17:00 截止

● 第二場-臺北 於 113 年 7 月 15 日(星期一)下午 17:00 截止

● 第三場-臺中 於 113 年 7 月 22 日(星期一)下午 17:00 截止

體能測驗積分標準；檢測方式與流程：

男運動員五千公尺(每增加 10 秒為單位減 10 分)	
成績	積分
<b>15 分 29 秒或以下</b>	<b>1000</b>
15 分 30 秒至 15 分 39 秒	990
15 分 40 秒至 15 分 49 秒	980
15 分 50 秒至 15 分 59 秒	970
16 分 00 秒至 16 分 09 秒	960
16 分 10 秒至 16 分 19 秒	950
以此類推	

(2) 女運動員五千公尺跑步成績與積分對照表

女運動員五千公尺(每增加 10 秒為單位減 10 分)	
成績	積分
<b>18 分 29 秒或以下</b>	<b>1000</b>
18 分 30 秒至 18 分 39 秒	990
18 分 40 秒至 18 分 49 秒	980
18 分 50 秒至 18 分 59 秒	970
19 分 00 秒至 19 分 09 秒	960
19 分 10 秒至 19 分 19 秒	950
以此類推	

(二) 第 5 屆亞洲青少年及青年定向越野錦標賽：

3000 公尺		
秒數	青年男積分	青年女積分
<b>10 分 29 秒或以下</b>	<b>1000</b>	---
10 分 30 秒 至 10 分 39 秒	990	---
10 分 40 秒 至 10 分 49 秒	980	---
10 分 50 秒 至 10 分 59 秒	970	---
11 分 00 秒 至 11 分 09 秒	960	---
11 分 10 秒 至 11 分 19 秒	950	---
11 分 20 秒 至 11 分 29 秒	940	---
11 分 30 秒 至 11 分 39 秒	930	---
11 分 40 秒 至 11 分 49 秒	920	---
11 分 50 秒 至 11 分 59 秒	910	<b>1000</b>

12分00秒至12分09秒	900	990
12分10秒至12分19秒	890	980
12分20秒至12分29秒	880	970
12分30秒至12分39秒	870	960
12分40秒至12分49秒	860	950
12分50秒至12分59秒	850	940
13分00秒至13分09秒	840	930
13分10秒至13分19秒	830	920
13分20秒至13分29秒	820	910
13分30秒至13分39秒	810	900
13分40秒至13分49秒	800	890
13分50秒至13分59秒	790	880
14分00秒至14分09秒	780	870
14分10秒至14分19秒	770	860
14分20秒至14分29秒	760	850
14分30秒至14分39秒	750	840
14分40秒至14分49秒	740	830
14分50秒至14分59秒	730	820
15分00秒至15分09秒	0	810
15分10秒至15分19秒	0	800
15分20秒至15分29秒	0	790
15分30秒至15分39秒	0	780
15分40秒至15分49秒	0	770
15分50秒至15分59秒	0	760
16分00秒至16分09秒	0	750
16分10秒至16分19秒	0	740
16分20秒至16分29秒	0	730
16分30秒至16分39秒	0	0

## 體能檢測方式與本會檢測流程：

- 本會檢測流程

本測驗配合 Mulka2 電子打卡系統進行，受測者配戴 SI 指卡，於 400 公尺田徑場進行測驗。

(A) 流程說明

受測者採集體起跑出發，打卡 START，於最後完成 5,000 公尺或 3,000 公尺時再打卡 FINISH 即結束測驗。

(B) 注意事項

1. 受測者須自行確認打卡完成，若指卡未紀錄完成，受測者須自行負責。
2. 受測者與其教練等相關人員，若有任何違背運動員精神之行為，由主試官裁定，即撤除其此次選拔資格，並視其行為之輕重，經選訓委員會裁定，將長期禁止代表本會參賽。
3. 參與本會測驗，須事先報名參加，拒絕現場報名者。