

中華民國定向越野協會參加 2023 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 2023 年國際賽事，本會擬進行國手選拔體能測驗，開放所有列入排名積分之選手報名參加，本次參與之成績列入選拔積分。

(※未參加體能測驗，不列入積分排名)

二、體測時間：

1. 第一場-臺北 (ME、WE)

- 日期：**112 年 3 月 19 日(星期日)**下午 2 點到 4 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

2. 第二場-臺北(M20/W20、M18/W18、M16/W16)

- 日期：**112 年 4 月 29 日(星期六)**下午 2 點到 4 點。(暫訂)
- 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

三、測驗流程：

時間	內容	備註
14:00-14:10	報到	領指卡
14:10-14:40	自行熱身	
14:40-15:20	5000/3000 公尺測驗	分批出發
15:20-15:30	公告成績	

四、報名方式：

1. 請符合資格的選手，將附錄一報名表，寄送至協會信箱

orienteeringtw@yahoo.com.tw，並在信件主旨說明「參加 2023 年定向越野國家培訓隊體能測驗」，有回信給您才算完成報名。

2. 報名截止日期

- 第一場-臺北 於 112 年 3 月 15 日(星期三)中午 12:00 截止
- 第二場-臺北 於 112 年 4 月 26 日(星期三)中午 12:00 截止

體能測驗積分標準；檢測方式與流程：

(一) 2023 馬來西亞理工學院國際定向越野錦標賽與 2023 馬來西亞 MyO 亞洲盃定向越野賽：
男/女運動員五千公尺跑步成績與積分對照表

男運動員五千公尺 (每增加 10 秒為單位減 10 分)		女運動員五千公尺 (每增加 10 秒為單位減 10 分)	
成績	積分	成績	積分
15 分 29 秒或以下	1000	18 分 29 秒或以下	1000
15 分 30 秒至 15 分 39 秒	990	18 分 30 秒至 18 分 39 秒	990
15 分 40 秒至 15 分 49 秒	980	18 分 40 秒至 18 分 49 秒	980
15 分 50 秒至 15 分 59 秒	970	18 分 50 秒至 18 分 59 秒	970
16 分 00 秒至 16 分 09 秒	960	19 分 00 秒至 19 分 09 秒	960
16 分 10 秒至 16 分 19 秒	950	19 分 10 秒至 19 分 19 秒	950
以此類推		以此類推	

(二) 2023 世界定向越野錦標賽：

男/女運動員五千公尺跑步成績與積分對照表

男運動員五千公尺 (每增加 10 秒為單位減 10 分)		女運動員五千公尺 (每增加 10 秒為單位減 10 分)	
成績	積分	成績	積分
14 分 59 秒或以下	1000	16 分 29 秒或以下	1000
15 分 00 秒至 15 分 09 秒	990	16 分 30 秒至 16 分 39 秒	990
15 分 10 秒至 15 分 19 秒	980	16 分 40 秒至 16 分 49 秒	980
15 分 20 秒至 15 分 29 秒	970	16 分 50 秒至 16 分 59 秒	970
15 分 30 秒至 15 分 39 秒	960	17 分 00 秒至 17 分 09 秒	960
15 分 40 秒至 15 分 49 秒	950	17 分 10 秒至 17 分 19 秒	950
15 分 50 秒至 15 分 59 秒	940	17 分 20 秒至 17 分 29 秒	940
16 分 00 秒至 16 分 09 秒	930	17 分 30 秒至 17 分 39 秒	930
16 分 10 秒至 16 分 19 秒	920	17 分 40 秒至 17 分 49 秒	920
16 分 20 秒至 16 分 29 秒	910	17 分 50 秒至 17 分 59 秒	910
16 分 30 秒至 16 分 39 秒	900	18 分 00 秒至 18 分 09 秒	900
以此類推		以此類推	

(三)2023 亞洲青年暨青少年定向越野錦標賽：

3000 公尺 O-Line 標準		
秒數	青年男積分	青年女積分
10 分 29 秒或以下	1000	---
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	1000
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 SPORTident 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。



2023 年定向越野國家培訓隊體能測驗 報名表

姓名	
生日(西元)	
性別	
學校(全名)	
手機	
緊急聯絡人	
緊急聯絡人關係	
緊急聯絡人電話	
報名組別(ME/WE)	
報名場次(3/19 台北) 台北市天母運動公園田徑場	

- 請符合資格的選手，將附錄一報名表，寄送至協會信箱 orienteeringtw@yahoo.com.tw，並在信件主旨說明「參加 2023 年定向越野國家培訓隊體能測驗」，有回信給您才算完成報名。
- 報名截止日期
 - ◇ 第一場-臺北 於 112 年 3 月 15 日(星期三)中午 12:00 截止



2023 年定向越野國家培訓隊體能測驗 報名表

姓名	
生日(西元)	
性別	
學校(全名)	
手機	
緊急聯絡人	
緊急聯絡人關係	
緊急聯絡人電話	
報名組別(M20/W20、 M18/W18、M16/W16)	
報名場次(4/29 台北) 台北市天母運動公園田徑場	

- 請符合資格的選手，將附錄一報名表，寄送至協會信箱 orienteeringtw@yahoo.com.tw，並在信件主旨說明「參加 2023 年定向越野國家培訓隊體能測驗」，有回信給您才算完成報名。
- 報名截止日期
 - ◇ 第二場-臺北 於 112 年 4 月 26 日(星期三)中午 12:00 截止