

附件一

臺中市政府公務出國或赴大陸地區報告提要

類別：其他

出國報告名稱：第36屆香港賽艇錦標賽	
含附件： <input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否	
出國計畫主辦機關：臺中市立大里高級中學	
聯絡人：黃詩珊 電話：0976-282760	
出國人員姓名/服務機關/單位/職稱 黃詩珊/臺中市立大里高中/教練	
出國類別：其他 <input type="checkbox"/> 出席國際會議 <input type="checkbox"/> 業務接洽 <input type="checkbox"/> 表演 <input checked="" type="checkbox"/> 比賽 <input type="checkbox"/> 競技 <input type="checkbox"/> 洽展 <input type="checkbox"/> 海外檢測 <input type="checkbox"/>	
出國期間：103年11月07日 至103年11月09日	出國地區： 香港/沙田
報告日期：103年12月8日	

內容摘要：(500字以上)

[內容應包含目的、過程、心得、建議。(各機關可依需要自行增加項目)]

一、目的：

這次比賽共有海外26個隊伍與11個本地隊伍參加比賽，比台灣划船比賽中參加隊數規模更加龐大，參加國外比賽可讓選手增加自信心，在往後的國內比賽過程中，選手比較不害怕可發揮實力。

二、活動過程：

第1天11/07日(星期五) 搭機 TPE/HK AE1819 07:35 / 09:10

台中(清泉崗)→香港機場→沙田麗豪酒店

上午05時00分集合於學校，搭乘水里商工校車前往台中清泉崗國際機場，搭機飛往香港轉搭巴士前往沙田，中午抵搭沙田，入住沙田麗豪酒店，下午14時00分步行前往沙田賽艇中心，準備檢查比賽用船隻與適應水道。

第2天11/08日(星期六)

上午07:30分於飯店外集合步行前往比賽場地，上午08:00參加第36屆賽艇錦標賽領隊會議領取職員與選手證，上午08:20選手下水賽前練習，上午09:00第36屆賽艇錦標賽第一天賽程開始，市立大里高中參加男子四人雙槳比賽，預賽分組第一組14:00比賽，預賽共3組一共16隊參賽，比賽過程中，選手因力量不平均，偏離自己的行道勾到水道線，而導致固定舵歪斜，無法發揮實力，僅能在分組預賽最後，只能從複賽重新出發。

第3天11/09日(星期日)

上午07:30分於飯店外集合步行前往比賽場地，上午8:00選手賽前船隻檢查賽前訓練，選手於9:50複賽第二組6隊第1水道進行比賽，排名第4抵達終點，進入下午決賽7-12名之爭，選手在決賽比賽中，因技術差別，最終只得到12名。

三、心得

1、參加比賽刺激選手心態與增加自信

這次出國比賽的選手，大部分都是原拔河項目轉划船的選手，因市立大里高中划船隊剛成立不久，沒有任何學長姐可當典範，所以在國內比賽過程中，往往都是以最後一名收場，在這次比賽後與選手聊聊賽後感想時，選手說在這次競賽中，他們也知道自己該怎麼訓練與自己欠缺什麼東西，希望明年可以站上頒獎台。

2、唯有常下水練習才能贏得獎牌

因為平時學生上課關係，比較少時間可以下水訓練船隻技術，在這次比賽過程中，選手體力與技術方面，最主要輸在技術，因為沒有好的技術，船隻在划的過程當中，船隻搖晃過大，無法在比賽划行每一槳當中力量百分百，導致船隻每槳划行距離的遠近不一。

3、出國比賽不只增廣選手見識、切磋技術，也能提升台灣能見度，也是非官方拓展外交的最佳管道，看著國旗在異國數萬人潮前飛揚，深深感受身為台灣人的榮耀，主管單位若多鼓勵與推廣對國家形象的提升與外交觸角延伸定能多所裨益！

四、建議

1. 因國內划船比賽不多，規模也沒香港錦標賽大，希望可以每年都可帶選手前往參加，吸取更多比賽經驗。