

臺中市政府公務出國或赴大陸地區報告提要

類別：其他

出國報告提要名稱：2017 年 GDL 廣州自行車速降聯賽全國邀請賽	
含附件： <input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否	
出國計畫主辦機關：臺中市立日南國民中學	
聯絡人：江思翰 電話：0917588532	
出國人員姓名/服務機關/單位/職稱 江思翰/日南國中/學務處/代理專任教練	
出國類別：其他 <input type="checkbox"/> 國際會議 <input type="checkbox"/> 業務接洽 <input type="checkbox"/> 洽展 <input type="checkbox"/> 表演 <input checked="" type="checkbox"/> 比賽 <input type="checkbox"/> 擔任裁判 <input type="checkbox"/> 海外檢測 <input type="checkbox"/> _____	
出國期間： 106 年 3 月 16 日 至 106 年 3 月 20 日	出國地區：
報告日期： 106 年 4 月 5 日	大陸廣州市花都區雁鷹湖公園
<p>一、目的：</p> <p>近年來大陸單車競賽發展迅速，為提升本校體育班學生競技運動水平，計畫參與廣州速降協會舉辦之登山車邀請賽，藉由這次參賽提升學生經驗值，增加國際觀，盡早適應大型賽會的比賽氛圍與模式，磨練競賽抗壓性，備戰東亞青運動會，儘早與國際賽事接軌。</p> <p>二、過程：</p> <p>3 月 16 日下午 14:50 台中清泉崗機場出發經香港轉機，由於班機延誤起飛，於晚間 22:30 降落於廣州白雲機場。抵達白雲機場時託運的大件行李(單車)遺失一件，與航空公司聯繫處理後於晚間 12:20 與接機人員碰面離開機場，白雲機場到達預定的農家賓館約需 2 小時車程，抵達賓館後立即讓選手先回房間休息。(當日下午著毛毛雨，氣溫 14 攝氏度)</p> <p>3 月 17 日(氣溫 16~20 攝氏度，陰天/小雨)上午 6:00 我先起床組裝學生單車，另外一邊忙著繼續與機場聯繫追查遺漏的行李進度，上午 9:30 帶學生外出吃早餐，10:30 出發上山訓練(賓館到賽場約 5 公里)在當地雇了一輛摩托車運送比賽裝備，與學生騎單車一同前往。比賽主會場(終點)距離比賽起點推車約需 50 分鐘，(因此每日練習次數有限)由於路況、地質、氣候因素等都還不熟悉，因此我們先徒步觀察與紀錄賽道，再以分段練習的方式，針對每一個彎道和技術路段做加強訓練。</p> <p>下午 2:00 休息於比賽會場休息區用餐(盒飯)休息後下午 3:30 再次上山做全段完整的訓練。下午 5:00 回到賓館，學生們植基去洗澡休息，我則先去附近飯館訂晚餐，請他外送，然後載回到賓館清洗學生的比賽車輛、擦乾、上油、檢查保養備戰隔日的訓練。晚間 6:00-7:30 晚餐時間，同時進行今日賽道訓練分析與心得檢討。也在這也在這時候接到港龍航空公司電話表示遺失行李已經找到，會跟隨晚間班機抵達廣州，也願意幫忙安排專車，直接送達我們住的地方。</p> <p>3 月 18 日凌晨 1:45 分行李送達賓館，(雨天，溫 15-20 攝氏度)6:00 起床早餐，8:00 出發上山訓練，今日直接模擬比賽，採取全段訓練，上午兩趟的訓練後，12:30 分午餐休息吃飽後，趁著雨勢變小，到會場周圍放鬆騎，緩賽前緊張心情，保存力準備迎戰，下午 3:30 回到賓館，選手休息我也趕緊調整維修比賽車輛，更換兩胎，晚間 6:30 外出晚餐，7:30 回到房間，各自回房休息準備迎接比賽。</p> <p>3 月 19 日(間歇性大雨，氣溫 12-18 攝氏度)7:00 早餐 8:00-8:30 選手檢錄 8:30-9:00 開幕，開幕結束正式開賽，由於強大陣雨打亂了賽事行程，大會取消了所有排位賽，更改為一次性決賽，但比賽仍然照常舉行。強大的雨勢使賽道變得泥濘不堪，難度不斷提升，雖然滑倒率車事故頻傳，但主辦方全配備護具要求並無人員受傷，全員將近 300 名</p>	

選手安全完賽，到了頒獎的時刻很巧合的兩停了，有個完美的結尾。

賽後學生獲得青年組第二與第五名的佳績，兩人都上台受獎，頒獎結束後才是忙碌的始，我們趕回賓館開始忙著清洗一大堆充滿泥巴的器材、護具、車輛，洗完還得趕緊烘乾，打包收拾行李，因為隔天一大早 6:00 就得出發去機場。晚間 8:00 先出門晚餐 22:00 返回賓館繼續收拾。

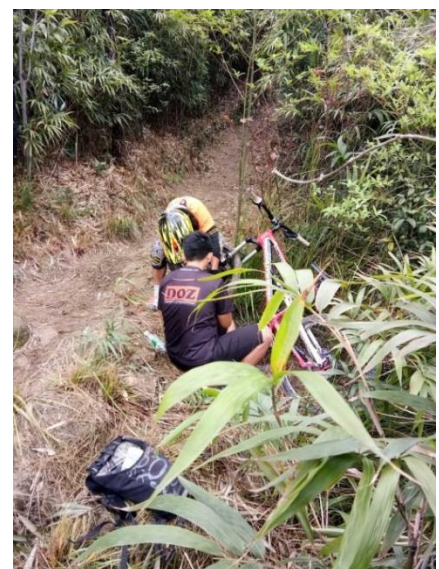
3 月 20 日上午 6:00(陰天，細雨，氣溫 12-21 攝氏度)一早出發前往白雲機場 9:50 登機經香港轉機下午 2:00 整抵達台中清泉港機場，傍晚 3:20 學生安全抵達學校(日南國中)。

三、心得：

這次廣州之行選手們學習到很多寶貴的經驗，場地條件來說，賽道的難度和長度都是台灣很少見的，賽事的規模和人數也是台灣的兩倍大，全選採用撞桿電子計時設備(台灣還在用手動輸入成績)氣候化也是一大考驗，就選手本身而言，相較同年齡層的選手大陸選手較活潑外向，善於溝通交流，台灣選手則相對內向害羞，透過這次比賽，學生們(由於語言相通)可以自行與外地選收進行交流，認識新朋友建立外交能和表達力，此次賽事兩位選手也表現有佳，靠著冷靜的判斷穩紮穩打擊敗眾多高手紛紛闖入前六名站上頒獎區，透過這次比賽他們也明確知道自己的優勢與不足的地方日後訓練繼續加強改進期待更上一層樓。遠赴海外地區參賽，不確定因素較多，當地的飲食交通，以及天氣狀況變化較大，日後若有更多學生一同外出參賽時，建議加派領隊或機械師隨行，這樣對於參賽整體過程的分工可以更順暢，學生安全也會更加有保障。

四、建議：日後參賽加派領隊或機械師隨行，這樣對於參賽整體過程的分工可以更順暢，學生安全也會更加有保障。

五、花絮：





會場旁的雁鷹湖



賽後滿身泥巴的兩位小選手

泥濘不堪的賽道



雖然下著大雨觀眾扔撐傘替選手加油打氣



賽後打包裝箱



在廣州的最後一個晚餐



部分選手在洗手間外躲雨



與同住一個賓館的法國選手合照



這次比賽菁英組還邀請到來自法國，澳洲，加拿大，和巴西的選手參賽。