

## 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年第六屆亞洲沙灘手球錦標賽

含附件：是 否

出國計畫主辦機關：台中市立清泉國中

聯絡人：蔡紫瑄

電話：04-26113134

出國人員姓名/服務機關/單位/職稱

蔡紫瑄/台中市立清泉國中/代課教師

出國類別：其他 國際會議 業務接洽 洽展 表演 比賽 擔任裁判  
海外檢測 

出國期間：106年 5 月 10 日至106年 5 月 16 日

出國地區：泰國

報告日期：106年8月15日

目的：

代表中華台北參加2017年的沙灘亞錦賽,也希望獲得前三名的名次。

過程：

第一天(5/10)：今日因為是下午的飛機，所以我們各自前往機場會合。因為我們的比賽比男生晚1~2天，所以我們10號一到泰國隔天是沒有賽程的。我們每一場比賽的時間是下午，所以早上大會都會安排各隊練習的時間。

第二天(5/11)：大會安排練習時間是早上8點，所以我們7點用餐，7點45分由大會派車在我們前往練習場地，做練習。練習場地總共有2個，一個是主場地，就是各隊所比賽的場地；另一個則是較為不好的場地，場地很斜、球門也是斜的，所以增加了我們的旋轉射門的難度。

第三天(5/12)：今天對上越南隊，越南隊是去年亞洲沙灘運動會的冠軍隊伍，但因為我們隊上的人陸續換了一些新生代的選手上來，所以在彼此都不熟悉的狀況下來對抗，但最終還是輸給越南隊。

第四天(5/13)：早上大會安排9點讓我們練習，所以我們8點吃早餐，8點45分出門。今天的練習，我們針對昨天比賽的缺失，來調整每個人的問題。下午對中國隊，中國隊因身高優勢，所以我們在防守上應該要更加謹慎和積極，但由於中國隊的選手年紀平均值都在15~17歲左右，在比賽經驗上略微不足，所以最後由我們中華隊拿下勝利。打完中國隊後，我們留在比賽場地觀看我們下一場會遇到的隊伍。

第五天(5/14)：今天大會的賽程上休息日，所以今天是沒有賽程的。8點練習完後，我們會到飯店，因飯店有游泳池，所以我們就下去游泳池放鬆泡水一下。下午教練給我們一些時間讓我們到當地比較熱鬧的地方去逛逛，放鬆心情！晚上再回飯店看我們明天要比賽的隊伍，針對對手優缺點來討論。

第六天(5/15)：最後一場比賽對上地主隊-泰國，其實跟泰國隊交手好幾次，但每次交手都是輸，所以我真的很想贏泰國一次，說真的我們的實力是不輸人，但是不知道為什麼就是輸，最後還是輸了。比完賽後換男子組的比賽，接著頒獎及閉幕典禮。最後女子的冠軍是泰國、第二名-越南

、第三名－中華台北。

第六天(5/16)：我們搭11點多的飛機，但比賽場地到機場將近3個小時的車程，所以我們6點就從飯店出發，到了機場才發現班機時間好像延後了，我們又在機場等候上飛機。

心得：

每次比賽隊上的選手幾乎都是社會人士，導致在訓練上會出現無法全員到齊的問題，變成我們都要把握全員到齊練習的時候，但因為大家都很盡心盡力的為這隊伍付出，平時也會加強自己的體能及肌力的問題，所以我們都能一一克服困難。或許最後的結果不是我們要的，但大家真的都盡力了，我們的練習時間沒有其他隊伍還長，只能靠著之前的比賽經驗來贏其他隊伍。

建議：

多增加國外參賽經驗，不同環境訓練，吸收不同技術觀念，能全方面的進步以及成長。