

## 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環沖繩自由車公路賽	
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：(04)26813721	
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11月10日 至106年11月13日	出國地區： 日本
報告日期：106 年12月7日	
<p>目的：</p> <p>日本自由車職業賽事發展行之有年，環沖繩賽事更是公路車亞洲巡迴賽事裡面難度級別排名前二名的賽事，藉由這次賽事任務，能直接與第一線與國際賽事接軌。</p> <p>過程：</p> <p>11月10日：凌晨搭車前往桃園機場與所有人員會合，一大早7點的飛機前往沖繩，落地後大會派專車接送至飯店休息，由於需要當日下午3點才能辦理入住，因此先讓選手去餐廳用餐，然後在大廳稍作休息，同時也利用時間開始先組裝單車。入住後開始研究地圖，規劃隔天訓練路線安排，與接下來的行程確認相關事宜。</p> <p>11月11日：上午用餐後，選手先出發訓練，目的是適應氣候環境和起終點地形勘查，只做一些短時間高強度的刺激，賽前並無大量的訓練，我則趕緊與大會確認領用隊車，選手證查驗，下午接著領隊會議，結束後接著帶選手致開幕會場參加開幕，晚餐後又趕到超市買水和補給品，一切準備隔天比賽。</p> <p>11月12日：凌晨4:00所有人員起床準備早餐，我則趕緊做最後確認，先將隊車移至飯店門口，然後開始幫單車打氣做最後檢查，準備預備輪及補給的水壺，能量飲料等等都須先上隊車，等選手一起移動至出發點簽到準備開賽，(其中因隊職員只有兩位，因此女子選手和青年選手只能自己搭乘大會接駁巴士前往出發點，競賽過程中一切資源只能仰賴大會中立器材與中途補給點)當天早晨氣溫攝氏21度有些涼風，男子菁英組210KM，45KM過後就開始入山爬坡，沿途起起伏伏的賽道難度相當高，出發前10公里大會提供的無線電設備出問題，很多隊伍都很緊張無法第一時間接收到賽事資訊，幸好最後都順利排除了，隊車除了要在選手發生機械故障時，第一時間上前協助排除故障外，還要隨時準備在選手提出需求時上前補給食物和水，由於是單日賽，也沒有開幕賽，所以隊車排列順序是由抽籤決定，今年中華隊隊車抽到10號，在集團的中後段，在補給時會比較吃虧一些。男生菁英組公里數210km是場硬戰，比賽開始前段節奏都還算溫和，雖然有六人領先小組</p>	

，但大集團仍然緩慢前進，秒差最長拉到16分20秒，進入第一個爬坡點大集團仍然以穩定的速度前進，一直到進入第二登山點入坡前速度開始加快，秒差逐漸縮短，第二登山點過後不久追回領先小組，大團開始從新不斷的有選手嘗試脫離，但都沒有成功，沿途起起伏伏，節奏變化很快，沿途一直有選手掉隊，直到最後約剩40公里才有小組成功脫離，隨後集團又再分裂，主集團約剩20多人，後方還有一個15人左右的小組，落後約2km回到終點。在過程中嘗試過、努力過、堅持過，都是很棒的成長經歷，希望選手們能吸收此次經驗，並且再接再厲，一起繼續加油。

11/13日：早上7點前往機場，12點抵達台灣。

心得：

這次是我第二次參與環沖繩的公路賽，第一次是7年前，當時還是參賽選手，相隔7年以不同的身分再次參與更深感主辦方的用心，相較於環台賽，日本的比賽，交通管制相當用心，比賽過程全線封閉，確保選手安全，事先的賽事宣導也很完善，民眾也很配合，競賽過程中，隊車補給也相當有秩序，經過的每位鄉鎮居民也都自動自發的出來加油表示歡迎，整體競賽氛圍相當好。

建議：

雖然是單日賽，但同時有菁英組與青年組還有女子組三個組別，需要照顧的面向很多，日後參賽建議在後勤人員部分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，選手安全也會更加有保障。