中華帕拉林匹克總會
2023 花旗法國帕拉游泳系列賽
參賽報告

填表人：李炫諺

<table>
<tr><td rowspan="2">參賽名稱</td><td>中文：2023 花旗法國帕拉游泳系列賽</td></tr>
<tr><td>英文：Citi Para Swimming World Series France</td></tr>
<tr><td>參賽地點</td><td>法國 里摩</td></tr>
<tr><td>參賽日期</td><td>2022 年 5 月 21 日至 5 月 29 日</td></tr>
<tr><td>參賽隊伍人數</td><td>29 個國家，__200__名選手</td></tr>
<tr><td>代表團人員</td><td>教　練：李炫諺
選　手：屠若琳
運動防護員：　何亞霓</td></tr>
<tr><td>參賽行程表
(航班資訊)</td><td>
<table>
<tr><th></th><th>日期</th><th>航班編號</th><th>起飛機場 / 時間</th><th>抵達城市 / 時間</th><th>營運狀況</th></tr>
<tr><td rowspan="5">去程</td><td>21MAY 星期日</td><td>BR 087</td><td>台北 TPE 23:40</td><td>巴黎 CDG 08:40+1</td><td>每日</td></tr>
<tr><td colspan="5">飛行時間：15 小時 00 分鐘</td></tr>
<tr><td colspan="5">轉機時間：03 小時 10 分鐘</td></tr>
<tr><td>22MAY 星期一</td><td>AF7434</td><td>巴黎 CDG 11:50</td><td>波爾多 BOD 13:05</td><td>每日</td></tr>
<tr><td colspan="5">飛行時間：01 小時 15 分鐘</td></tr>
<tr><td rowspan="5">回程</td><td>29MAY 星期一</td><td>AF7441</td><td>波爾多 BOD 06:00</td><td>巴黎 CDG 07:25</td><td>一、二、三、四、五</td></tr>
<tr><td colspan="5">飛行時間：01 小時 25 分鐘</td></tr>
<tr><td colspan="5">轉機時間：02 小時 25 分鐘</td></tr>
<tr><td>29MAY 星期一</td><td>BR 088</td><td>巴黎 CDG 11:20</td><td>台北 TPE 06:30+1</td><td>每日</td></tr>
<tr><td colspan="5">飛行時間：13 小時 10 分鐘</td></tr>
</table>
</td></tr>
<tr><td>參賽經過
及
成績總表</td><td>1. 賽前集訓：
已提供參加 CITI PARA SWIMMING WORLD SERIES 代表隊賽前訓練計畫．
2. 參賽經過：
● Day1:預賽 200 公尺自由式
50m: 34.71 100m: 1:14.44　150m: 1:54.82 200m: 2:34.21 排名 5
分段成績：39.73 40.38 39.39
決賽：50m: 34.65 100m: 1:14.95　150m: 1:57.89 200m: 2:39.12 排名 5
分段成績：40.30 42.94 41.23
● Day2:預賽 100 公尺蛙式 50m: 41.49 100m: 1:28.58 排名 6
決賽：50m: 42.45 100m: 1:29.68 排名 6</td></tr>
</table>

	● Day3:預賽 100 公尺蝶式 50m: 35.47 100m: 1:16.40 排名 5 決賽：50m: 35.43 100m: 1:15.96 排名 5 3. 選手分級情形：S14 4. 成績總表:另付 PDF 檔．

參賽效益分析	1. 我國選手實力評析 若琳是目前中華民國帕林匹克總會游泳項目中，資歷最高與相對年長的游泳好手,此次參加 2023CITI PARA SWIMMING WORLD SERIES 法國站,獲得亞奧運參賽資格是階段性目標,賽前期許能達成 100 公尺蝶式 1:11.00 與 100 公尺蛙式 1:25.00 以及 200 公尺自由式 2:24.00，可惜因時差調整問題與訓練週期安排未合時宜，導致成績不如預期． 2. 競賽對手實力評析 此次參加的三項項目中 200 公尺自由式積分最高的選手 Ellie Challis 是來自英國,級別 S3,年齡 19 歲, point899 分。 100 公尺蛙式積分最高的選手 Nahia Zudaire Borrezo 是來自西班牙, 級別 S7, 年齡 19 歲,point 835 分。 100 公尺蝶式積分最高的選手 Poppy Maskill 是來自英國, 選手分級是 S14,年齡 18 歲．point 987 分。 比賽機制是以分數高低判別獎牌，所以級別並不是主要影響名次的依據，相對成績的優劣才是判別獎牌的依據． 3. 比賽成績彙整 Day1:預賽 200 公尺自由式 50m: 34.71 100m: 1:14.44 150m: 1:54.82 200m: 2:34.21 排名 5 分段成績：39.73 40.38 39.39 決賽：50m: 34.65 100m: 1:14.95 150m: 1:57.89 200m: 2:39.12 排名 5 分段成績：40.30 42.94 41.23/551 分 Day2:預賽 100 公尺蛙式 50m: 41.49 100m: 1:28.58 排名 6 決賽：50m: 42.45 100m: 1:29.68 排名 6/727 分 Day3:預賽 100 公尺蝶式 50m: 35.47 100m: 1:16.40 排名 5 決賽：50m: 35.43 100m: 1:15.96 排名 5/685 分

綜合評估分析	優勢： 選手部分：若琳於出國賽事擁有相對高的經驗，在本身賽事期間表現良好，在不同級別比賽出發前的準備,擁有很高的意識，也會在休息區乖乖的休息，是個可以溝通的選手． 教練部分：炫諺本身為奧運游泳選手退役，在競技游泳與比賽中擁有豐富的經驗,此次教練兼領隊完成了 CITI PARA SWIMMING WORLD SERIES : FRANCE Limoges 賽事，我們全員平安． 防護員部分：年輕有為的亞霓，不僅在住宿方面協助若琳的寢居，亦在社交方面協助翻譯，協助團隊工作。 劣勢: 選手部分：若琳今年年齡 32 歲，於比賽結果表示：各級別的金牌選手都若在 18-19 歲這個區間．年齡是競技游泳項目中一項很重要的數據指標． 教練部分：此次是炫諺第一次帶隊出國比賽，在整場賽事的出發到返台期間都還有進步空間．例：與若琳比賽後的夠通，領隊會議能否提出問題…等 防護員部分：此次也是亞霓第一次帶身心障礙游泳選手若琳出國比賽，在整場賽事其中表現可圈可點．
檢討與建議	檢討： 今年是亞運參賽年，依照往年的成績，若琳屬有能力獲得亞運會前四名之選手，但在獲取亞運達標資格一事，過程艱辛． 1. 由家長去體育署申請出國參加達標賽事是否恰當？ 2. 國內最大型年度比賽（會長盃）為何成績無法認可為亞運選拔依據 3. 五月底還有一場比賽於法國舉行，行政人員與團隊人數都相對齊全，可惜未能一同出發 建議： 1. 亞奧運達標資格的秒數與辦法需訂正明確與即早公開 2. 國內賽事爭取為亞奧運達標資格

	3. 每年舉辦ａｂｃ級教練講習會，提升教練素質 4. 舉辦或提供教練增能（身心障礙,運動身心理學技能…等）

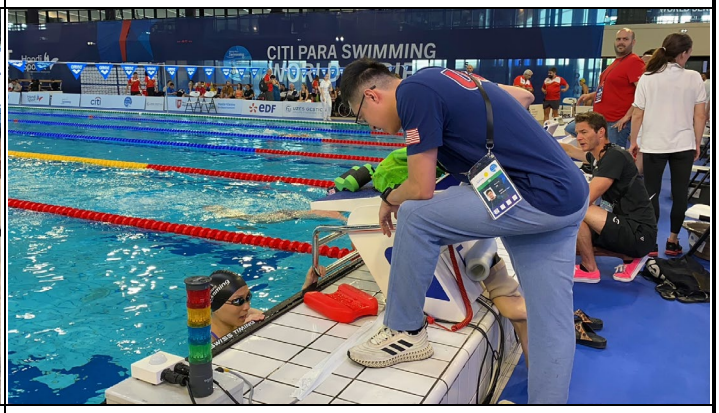
照片剪影

機場出發與會旗

會場日本與法國科研團隊

防護員亞霓協助陸上熱身

選手若琳決賽準備出發

合照於贊助商看板	合照於比賽會場
	
炫諺教練指導跳水出發	賽前水中熱身