

中華帕拉林匹克總會
2024 千葉鐵人三項亞洲盃 參賽報告

填表人：蔡宴倪

參 賽 名 稱	中文：2024 千葉鐵人三項亞洲盃
	英文：2024 Asia Triathlon Para Cup Chiba
參 賽 地 點	日本千葉市
參 賽 日 期	2024 年 10 月 17 日至 10 月 20 日
參 賽 隊 人 數	3 個國家，6 名選手
代 表 團 人 員	選手：簡子祥 教練：蔡宴倪 防護員：趙柏全 管理：王方宜
參 賽 行 程 表	THU, 17 Oct 14:00 - 16:00 Swim Training (Chiba International General Swimming Center / * Sub Pool, 2 lanes) FRI, 18 Oct 11:00 – 12:00 Run familiarization for PTS5/4/3/2 and PTVI (transition area) 12:00 – 13:00 Swim familiarization for all categories (swim start area) 16:00 – 16:30 Registration (Makuhari International Training Center, 4th floor, room 4024) 16:30 – 17:00 Elite Para Briefing (Makuhari International Training Center, room 4024) SAT, 19 Oct 09:00 – 10:00 Elite Para Athlete Lounge open (Bike check) 09:00 – 10:00 Elite Para Athlete Transition Check-in 09:30 – 10:15 Elite Para Athlete Swim Warm-up 10:00 – 10:15 Elite Para Bike familiarization 10:25 – 10:35 Opening Ceremony 10:40 – 10:45 Athletes Introduction 10:45 – Elite Para Race 10:45 - PTVI1-M/W 10:47:41 - PTVI2-M 10:50 - PTS5/4/3/2-M 11:00 - PTWC-M 13:25 – Elite Para Award Ceremony SUN, 20 Oct 08:00 返國 本團航班資訊： 10/17 15:40 TPE → 20:05 NRT 10/20 11:45 NRT → 14:30 TPE

賽 前 策 略	游泳鎖定第一集團，緊跟世界排名第 7 的 Keiya Kaneko 之後，如游泳項目保持 1 分鐘以內的秒差，上岸後有利集團輪車，騎乘過程中節省體力，後段展現子祥優勢盡可能拉開差距，讓之後最不利的跑步有足夠的時間能夠保持領先優勢，期望可以拿下銅牌。
參 賽 經 過	10/17(四) 抵達機場並到會館已晚上 10 點，到會館後隨即立刻組裝測試自由車，確認功能正常後隨即出發吃晚餐及買飲用水(飯店未附水)，飯後回會館休息。 10/18(五) 上午 6 點至會館外圍晨操熟悉日本氣候，因汗水與義肢及殘肢互相摩擦，且末梢神經麻痺，未能即時發覺傷口，以致於晨操後才發現左腿殘肢處已有 10 塊錢硬幣大小的二級破皮，由防護員趙柏全替選手進行緊急包紮。 上午 11 點至主會場（稻毛海濱公園）進行路跑及游泳路線熟悉，主會場離會館有 5 公里遠，選手簡子祥一人先行騎車至比賽會場，本團其餘 3 人搭乘計程車前往，路跑路線試跑在第二圈主會場繞圈時，因下雨地板過於溼滑，有跟技術代表反應若跑動就會滑倒，技術代表表示無奈，只能希望比賽日是好天氣。 路跑過後進行試游，天氣涼爽水溫 21 度，選手狀態良好。傷勢方面雖有緊急處置,但破皮處為義肢接觸面，貼人工皮等防護措施都會因運動摩擦而掉落，反而在義肢與殘肢接觸面增加更多摩擦點，所以討論之後醫療處置僅於日常走動，運動競賽就不再破皮處做醫療處置了。 10/19(六)比賽日 10 點 50 開賽時，游泳項目沒有卡位獲得較佳位置，且過程中又被水母螫咬，加上子祥本身狀態不佳（於檢討與建議說明原因），反而被對手拉開差距，與原先設定時間慢 4 分鐘，自由車項目雖有優勢，但未能跟上集團，獨推反而更加費力，在進入路跑項目時開始下雨，因場館為休園的水上樂園場館並非正常賽道，為合成塑膠地面，地面極為濕滑，賽前場地熟悉雖與技術代表反應過但此氣候加上場地都是比賽的一

	部分，無法改變，基於對選手的安全考量，所以要求以最安全的慢跑速度完成最後的路跑項目，且因破皮處經海水浸泡、自行車及路跑高強度運動承受摩擦 25 公里，咬牙忍受疼痛完賽的毅力及勇氣令人感動。(後續 ISAHITO FUKAO(半身小兒麻痺)因路跑滑倒送醫棄賽)。 此場比賽 8-9 點為國內小學生比賽，故場內仍有許多日本當地民眾，當主持人呼喊 CHINESE TAIPEI 時，日本民眾極為關注，自由車繞行 3 圈都得到觀眾熱烈的加油及掌聲，可惜選手狀態不好無法給於更好的表現。 <table><tr><th>Pos</th><th>First Name</th><th>Last Name</th><th>YO B</th><th>Cou ntry</th><th>N O.</th><th>Time</th><th>Swim</th><th>T1</th><th>Bike</th><th>T2</th><th>Run</th></tr><tr><td>1</td><td>Keiya</td><td>Kaneko</td><td>1996</td><td>JP N</td><td>424</td><td>01:09:27</td><td>00:13:52</td><td>00:00:54</td><td>00:32:42</td><td>00:00:44</td><td>00:21:15</td></tr><tr><td>2</td><td>Alex</td><td>Silverio</td><td>1990</td><td>PHI</td><td>426</td><td>01:16:07</td><td>00:17:50</td><td>00:02:06</td><td>00:32:46</td><td>00:00:59</td><td>00:22:26</td></tr><tr><td>3</td><td>Chikara</td><td>Ara</td><td>1975</td><td>JP N</td><td>425</td><td>01:17:09</td><td>00:14:30</td><td>00:01:29</td><td>00:36:51</td><td>00:00:58</td><td>00:23:21</td></tr><tr><td>4</td><td>Ayahiro</td><td>Matsui</td><td>1989</td><td>JP N</td><td>427</td><td>01:25:26</td><td>00:18:59</td><td>00:02:14</td><td>00:37:51</td><td>00:01:16</td><td>00:25:06</td></tr><tr><td>5</td><td>Tzu Hsiang</td><td>Chien</td><td>1985</td><td>TP E</td><td>428</td><td>01:28:15</td><td>00:19:54</td><td>00:01:12</td><td>00:38:28</td><td>00:00:53</td><td>00:27:48</td></tr><tr><td>DS Q</td><td>Isahito</td><td>Fukao</td><td>1977</td><td>JP N</td><td>429</td><td>DSQ</td><td>00:17:13</td><td>00:02:43</td><td>00:40:07</td><td>00:01:48</td><td>00:24:30</td></tr></table>	Pos	First Name	Last Name	YO B	Cou ntry	N O.	Time	Swim	T1	Bike	T2	Run	1	Keiya	Kaneko	1996	JP N	424	01:09:27	00:13:52	00:00:54	00:32:42	00:00:44	00:21:15	2	Alex	Silverio	1990	PHI	426	01:16:07	00:17:50	00:02:06	00:32:46	00:00:59	00:22:26	3	Chikara	Ara	1975	JP N	425	01:17:09	00:14:30	00:01:29	00:36:51	00:00:58	00:23:21	4	Ayahiro	Matsui	1989	JP N	427	01:25:26	00:18:59	00:02:14	00:37:51	00:01:16	00:25:06	5	Tzu Hsiang	Chien	1985	TP E	428	01:28:15	00:19:54	00:01:12	00:38:28	00:00:53	00:27:48	DS Q	Isahito	Fukao	1977	JP N	429	DSQ	00:17:13	00:02:43	00:40:07	00:01:48	00:24:30
Pos	First Name	Last Name	YO B	Cou ntry	N O.	Time	Swim	T1	Bike	T2	Run																																																																										
1	Keiya	Kaneko	1996	JP N	424	01:09:27	00:13:52	00:00:54	00:32:42	00:00:44	00:21:15																																																																										
2	Alex	Silverio	1990	PHI	426	01:16:07	00:17:50	00:02:06	00:32:46	00:00:59	00:22:26																																																																										
3	Chikara	Ara	1975	JP N	425	01:17:09	00:14:30	00:01:29	00:36:51	00:00:58	00:23:21																																																																										
4	Ayahiro	Matsui	1989	JP N	427	01:25:26	00:18:59	00:02:14	00:37:51	00:01:16	00:25:06																																																																										
5	Tzu Hsiang	Chien	1985	TP E	428	01:28:15	00:19:54	00:01:12	00:38:28	00:00:53	00:27:48																																																																										
DS Q	Isahito	Fukao	1977	JP N	429	DSQ	00:17:13	00:02:43	00:40:07	00:01:48	00:24:30																																																																										
參賽效益分析	本次賽事，從參賽結果來說簡子祥若正常發揮與國際差距並沒有這麼多，甚至賽前我們預測能拿下銅牌，此場比賽幾乎沒有調整，只是整體訓練週期中的體能期，若好好以設定的目標持續訓練，明年有望拿下前三。																																																																																				
綜合評估分析	深化中華台北帕拉運動的國際影響力 與各國互動時亦顯現中華台北推展帕拉運動的成果，帕拉運動的意義在於選手用實際行動證明身體的障礙並不能阻擋追逐夢想的腳步，透過運動超越身體限制，展現出無可比擬的強大生命力，我國帕拉選手參加國際賽事也代表中華台北是個友善、平等包容的社會，就上述觀點來說，以此提升國家形象的效益極高。																																																																																				

檢討與建議	優點： 一、選手自身約束力強具優秀選手必備特質。 二、選手英文溝通能力優秀，且為人幽默在國際賽事頗受歡迎。 三、帕總人員給予超高行政效率協助，讓本團專心備賽。 建議： 一、選手獨立一間房間 若經費允許希望能夠讓選手獨立一間，因防護員打呼難免較大，選手幾乎無法入睡，游泳項目更容易受到影響，選手因連續失眠，導致暈浪、嘔吐、心悸、呼吸急促等現象，在游泳比原先設定慢 4 分鐘上岸。 二、引薦更多資源 希望總會應持續投注經費和人力，引薦贊助商等給選手更換義肢等裝備，鼓勵選手在國際賽事中持續出賽，代表中華台北提升國際形象外，也給選手個人爭取最佳成績機會 三、選手體重過重，已訂定減重計畫，期望明年可降至 70 公斤。
--------------	---

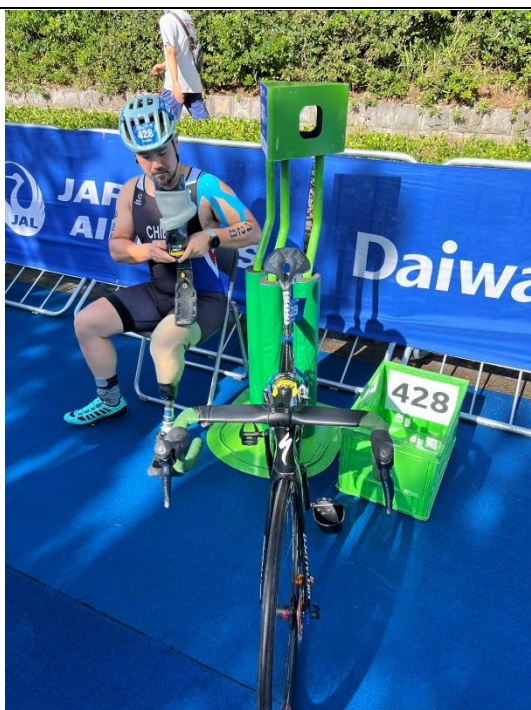
照片剪影



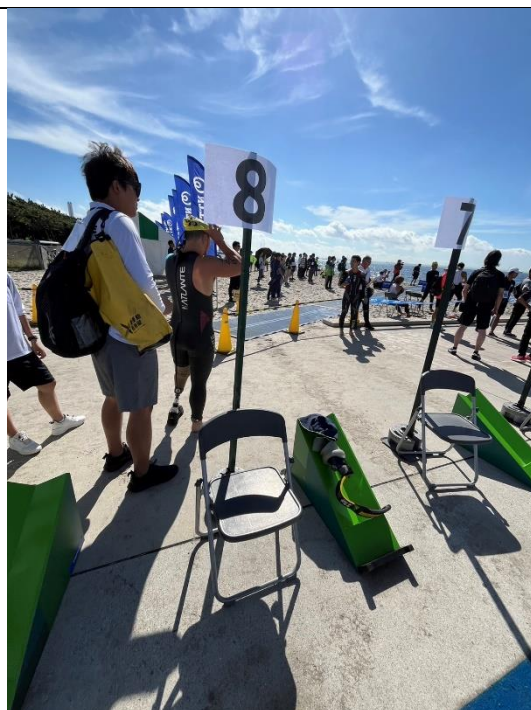
自由車及備輪拖運



賽前檢錄防寒衣/鐵人衣/腳踏車/跑鞋



賽前轉換區設置



進轉換區前準備區義肢放置處



PTS2/3/4/5 水中出發



上岸後由志工攙扶至轉換區前準備區



出轉換區時間為該組第二名，僅次於冠軍，展現平時訓練成果

路跑賽道進入主會場終點區



PTS4 冠軍為 Kaneko

簡子祥選手進終點