

中華帕拉林匹克總會
日本神戶市帕拉田徑世錦賽參賽報告

填表人：張福生

參賽名稱	中文：日本神戶市帕拉田徑世錦賽 英文：Kobe 2024 Para Athletics World Championships
參賽地點	日本神戶
參賽日期	2024年5月12日至5月22日
參賽隊人數	104個國家，1073名選手
代表團人員	領隊：鄭守吉 管理：許弘毅 教練：張福生 選手：劉雅婷、吳農彬 運動防護員：羅奕萱
參賽行程表	05/12 出發 CI172 14:20 台北-大阪 05/22 出發 CI153 14:00 大阪-台北
參賽經過	<p>領隊：鄭守吉、教練：張福生、管理：許弘毅 選手：劉雅婷、吳農彬 運動防護員：羅奕萱、共6人。</p> <p>5/12 下午 02:40 搭乘華航 CI-172 班機直飛日本大阪，下午 6 點左右抵達大阪機場，因下飛機時人數很多再加上大會沒有給參加世錦賽的各國選手專門通道，等出關拿到行李時已於晚上八點，大會安排 2 輛小巴載我們到神戶市 ARISTON HOTEL 辦理入住手續已近晚上 10 點鐘。</p> <p>5/13 早上用完早餐，許管理帶我們搭大會交通車到神戶運動公園綠頂體育館領取 ID 卡及選手號碼布，原本準備練習，但因戶外在下雨，室內健身器材是還沒開放，等明天天氣晴再過來練習。</p> <p>5/14 早上 8 點 30 分搭大會專車到場地做第一次練習，雅婷及農彬大會安排在不同練習場練習，農彬和領隊及許管理搭乘不同交通車到其他場地做練習。我和雅婷及防護員在比賽場旁副場地做標槍專項投擲練習。兩位選手今天練習狀況都還可以，農彬出國 2 周前腳踝關節受傷幾天無法走路，還好有積極治療跟針灸，今天練習狀況還不錯，踩板也很準。雅婷來日本的前幾天還去中山醫林醫生那看診並有抽取膝蓋積水，所以</p>

在練習時不大敢用力左腳撐地，只能用上半身順順投槍。

5/15 今天安排兩位選手到綠頂體育館臨時搭建的重訓室做賽前力量訓練，訓練的模式還是以各自專項為主，每組動作不超過3次，以不受傷為主。訓練結束後，雅婷在家教球投擲及拉橡皮筋。

5/16 早上8點30分搭大會專車到比賽場地練習，雅婷因離比賽還有二天，今天訓練重點是槍步點及投擲角度的調整，農彬在助跑的流暢性及踩步點的準確性，練習狀態已進入比賽模式。

5/18 早上09:15 劉雅婷參加女子F12/13標槍比賽，參賽人數10人，雅婷第一擲29.69公尺為最佳，總成績排名第9未能進入決賽。因大會技術官員一直嚴禁教練與選手在賽場內交談，比賽當中也不能給予太多指導。賽後有詢問選手對於今天表現的狀況，雅婷自述越想表現，越用力投擲身體越僵硬，成績越不好。只能回國參加全障運結束，緊接著瑞士、法國巴黎兩場大獎賽再做技術及心理調整，是否再6月底拿到巴黎帕運外卡，再調整訓練課表。

5/19/20 連續兩天神戶都下雨，農彬和雅婷只能在飯店旁公園做短距離衝刺，沒有到練習場練習。

5/21 早上09:25 農彬參加男子T13級跳遠決賽，該組共有8人參加，農彬在第四跳以6.03公尺（破全國），與寮國選手成績一樣，但是次成績不如寮國選手全組排名第8。

5/22 早上09:00 退房準備回台灣參加5月25-28日在南投舉行的113年全國身心障礙國民運動會。

1. 我國 2 位選手實力評析：

2. 一、劉雅婷：

雅婷本次賽事表現不盡理想，在賽前教練要求雅婷將動作做完整及正確，比賽結果成績只有 29.69 公尺，在 10 人參賽中僅排第 9，賽後也跟雅婷溝通過，只能回國準備 5 月 25-28 日參加全障運結束，再到中山醫林醫生那回診看膝蓋傷勢。緊接著 6 月 1-16 日到瑞士、法國巴黎兩場大獎邊比賽再做技術及心理調整，等 6 月底拿到巴黎帕運外卡，再做調整訓練課表。

二、吳農彬：

農彬從去年 10 月亞帕運回國後積極處理大腿及腰傷，原本傷勢已有好轉，想在世錦賽有好的成績表現。越想贏越出狀況，先是 4/22 於投擲場跌倒往前撲，左手小指第二指節脫位，內外側副韌帶扭傷。隔日血瘀腫漲，周邊肌肉至前臂上臂張力放鬆。/25 跳遠落地時收腿未能及時，右腳勾到墊子外轉外翻，踝關節卡住些微錯位，腳踝內外側韌帶皆有壓痛及活動疼痛。消腫及冰敷固定。還好出國前兩周有認真治療及針灸，在這次比賽中以生涯最佳 6.03 公尺（破全國）完成比賽，比起前幾名選手成績還有一段距離。期待農彬每次比賽都能健健康康完賽，成績更上一層樓。

賽效益分析

運動防護員協助內容：

吳農彬：

4/22 於投擲場跌倒往前撲，左手小指第二指節脫位，內外側副韌帶扭傷。隔日血瘀腫漲，周邊肌肉至前臂上臂張力放鬆。

4/25 跳遠落地時，收腿未能及時，右腳勾到墊子外轉外翻，踝關節卡住些微錯位，腳踝內外側韌帶皆有壓痛及活動疼痛。消腫及冰敷固定。

4/27 針灸。後持續進行受傷環境照顧。4/30 可無代償正確步態行走，尚未加入訓練強度。

5/6 恢復訓練強度，但穩定度不佳、疼痛仍持續。

比賽期間-右踝動態貼布貼紮。

劉雅婷：

每日訓練後固定伸展/放鬆，緩解訓練後緊繃。

4/8 訓練中扭傷右膝，半月板測試輕微疼痛/鵝掌接點疼痛/關節囊內腫。當日急性期症狀處理。

後續調降訓練強度，完成消腫及加入下肢穩定肌力復健。技術訓練時結紮保護。

4/22 於林傳朝醫師門診確認恢復情況，有抽出約 2ml 關節囊積液。

持續下肢及腹內壓建立復健訓練，經歷兩週強度調整，回到規律投擲訓練。跑步及縱向位移無症狀，技術時(標槍助跑橫移)仍須貼紮保護。

比賽期間-賽前伸展肩關節/上背部/下肢，訓練及比賽時：右膝雷可/動態貼紮、左踝雷可/輕彈支持。

本次賽會特別感謝帕總選派有外文能力大葉大學許弘毅老師擔任管理，在比賽前協調工作及大會溝通發揮很大作用，可惜許老師因身體微恙於 18 日回台灣就診，自此讓我們在日本自生自滅。還好是日本簡單的溝通還行。再來要感謝體育屬長官及帕總，在這次賽會期間派運動防護員羅奕萱小姐讓這次比賽得以順利完成任務，感恩。

日本神戶 2024 世界田徑錦標賽比賽成績詳如附件。

姓名	參賽級別	參賽項目	成績	名次	備註
劉雅婷	F12/13	標槍	29.69m	9	未進決賽
吳農彬	T13	跳遠	6.03m	8	破全國紀錄

<p>綜合評估分析</p>	<p>優勢</p> <p>目前兩位選手都沒就業全心全意投入訓練，而且國家目前福利待遇是歷年之最，希望選手認真練習，取好成績為國增光。</p> <p>劣勢</p> <p>既然世錦賽有參賽標準，而且在國內會長盃國手選拔時已公布參賽標準，在延續帕拉田徑在國內的生存地位，應該讓更多有達到標準的選手能夠參加世錦賽，這次比賽很多新加入帕拉田徑比賽的國家選派很多有潛力的選手到日本神戶來參賽，吸取大賽經驗。希望我們也能比照，否則我國田徑運動也會跟柔道、健力一樣，找不到選手練習及投入比賽。</p>
<p>檢討與建議</p>	<p>檢討：</p> <p>1、針對雅婷這次比賽的缺失，賽後詢問雅婷，雅婷說太在乎比賽成績就越想用力投擲，身體僵硬成績反而不好，再加上技術官員抓很緊，一直不讓選手跟教練在比賽場地內有任何溝通。這場比賽已結束，希望雅婷在未來比賽要記取失敗的教訓，認真改進缺失，下次比賽再加油。</p> <p>2、農彬部分亞帕運結束後有針對農彬專項跳遠的技術做微調，可惜在賽前 2-3 周一些不必要的傷害，不然成績應該更好才對。緊接著全國身障運，6 月瑞士加法國巴黎 2 場國際賽，成績能更進步，順利拿到巴黎帕運外卡資格。</p> <p>建議：</p> <p>1、這次日本神戶世錦賽，感謝帕總選派一位英文流利的管理來協助我們，可惜許管理出國前做了全身健康檢查在，18 日接獲台灣檢查醫院通知要在住院更深一步確認檢查，所以臨時提早回國，還好我們在日本，簡單英文溝通還行。除了順利完成比賽，還安全的回到台灣，真的是阿彌陀佛。怎麼選派對團隊有幫忙的領隊、管理很重要。</p> <p>2、還是希望國際賽參賽選手能再增加，尤其是年輕有潛力的選手。讓認真在選拔賽中達標之選手都能有機會參與國際賽事，培養帕拉田徑接班人。</p> <p><u>PS：以上報告為個人淺見，欲刪減內容須經本人同意。</u></p>

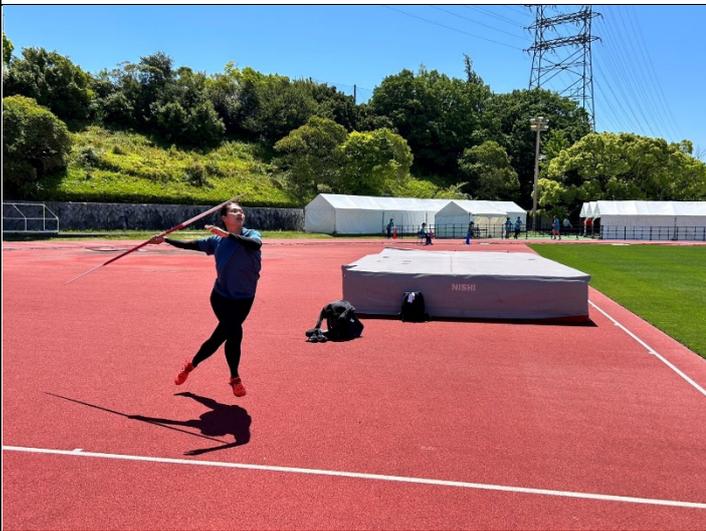
照片剪影



雅婷賽前練習 1



雅婷賽前練習 2



雅婷賽前專項投擲練習 1



雅婷賽前專項投擲練習 2



雅婷賽前專項投擲練習 3



雅婷賽前專項投擲練習 4



雅婷比賽照片 1



雅婷比賽照片 2



農彬比賽照片 1



農彬比賽照片 2



農彬比賽照片 3



農彬比賽照片 4