

中華民國桌球協會參加「2026 年第 20 屆名古屋亞洲運動會」

選手培訓參賽實施計畫

113 年 6 月

一、依據：教育部體育署 113 年 4 月 1 日臺教體署競（二）字第 1130012760 號函。

二、組織：由本會選訓委員會負責有關教練及選手遴選暨培訓督導等事宜。

三、SWOT 分析

Strength (優勢)	1. 男子團體：2023 年亞洲錦標賽獲第 2 名、2023 年亞運獲銅牌、2024 年世界團體錦標賽榮獲 3 名，目前世界排名第 4，是歷年最佳成績。男團已連續三屆亞運奪牌，本屆將列前四種子，是一大優勢。 2. 男子單打：目前本會男子排名最高之選手為林昀儒(7 名)、高承睿(32 名)次之及莊智淵(33 名)，其中林昀儒選手於 2023 年法蘭克福大獎賽榮獲冠軍、2024 年亞洲錦標賽獲單打第 3 名。男子世界盃獲得男子單打銅牌。新秀高承睿於 112 年利馬公開賽獲亞軍，目前世界排名(31 名)，將藉由培訓提升單打競技實力與國際頂尖好手抗衡，以爭取佳績。 2. 女子單打：鄭怡靜選手甫獲 WTT 果阿明星賽單打冠軍，目前世界排名第 11 名，具有國際競爭力。期透過培訓階段提升競技實力，並藉由國際賽磨練吸收經驗及提升排名與技戰術水準，而達到頂尖選手水平。 3. 女子雙打：鄭怡靜搭配李昱諄目前世界排名第 5 名，可透過培訓及參加國際賽強化合作默契，成績可望再進步。 4. 男女混合雙打：林昀儒搭配陳思羽目前世界排名第 6 名，兩人搭配混雙已有一段時間且國際賽成績表現穩定，亞運有望奪牌。
------------------	--

Weakness (劣勢)	1. 女子團體：因上屆亞運未奪牌，除面對種子國家中國、日本、韓國外，另有北韓、香港、印度等強敵環視，爭取出線有一定難度。培訓隊在陪練方面缺乏相對的好手共同訓練，造成某些技術上較難突破，此為訓練上的困境。 2. 男子雙打：上屆亞運林昀儒搭配莊智淵勇奪銅牌，惟賽後未再搭配參加國際賽，目前莊智淵搭配高承睿，其實力較搭配林昀儒略遜一籌，要續保雙打銅牌有一定難度。 2. 長期以來男子及女子選手對於削球或長膠怪異打法較難適應，技術一直無法突破，同時也顯示出對特定技術訓練的不足，所以在陪練工作上應該要能更周全。
Opportunity (機會)	1、男子團體：有種子優勢，預期可延續前三屆之成績再度奪牌。 2、男子單打：林昀儒目前世界排名第七，上屆亞運進前八，如表現穩定有進前四名奪牌之實力。 3、女子雙打：鄭怡靜、李昱諄目前世界排名第5，有進前四名奪牌之機會。 4、男女混雙：林昀儒、陳思羽目前排名第5，亞運目標成績力拼奪牌
Threat (威脅)	桌球是亞洲的強項，目前男女世界單打排名前10名幾乎都是亞洲選手的天下，不論團體或個人賽要奪得獎牌均屬不易。近年來男子隊除傳統強隊中國、日本、韓國外，伊朗、香港、印度等國實力也不容忽視。女子隊上屆亞運前4名中國、日本、韓國、泰國，餘北韓、香港、印度等與我隊實力不相上下，我隊欲爭取佳績料將面臨很大挑戰。

四、計畫目標及培訓隊遴選

(一) 總目標：於2026年亞洲運動會爭取奪牌成績。

(二) 遴選方式及檢測標準

1、教練(團)

(1) 資格條件：必須持有國家 A 級教練証者（外籍教練不在此限）。

(2) 遴選方式：

A、入選培訓隊選手之指導教練或其所屬球團推薦之教練。

B、可配合長期培訓並進駐國訓中心集訓者。

C、由本會選訓委員會就符合資格條件之教練遴選後報國訓中心核定。

2、選手

(1) 第 1 階段第 1 期（自 113 年 9 月 1 日起至 114 年 1 月 31 日止）

A、遴選方式：巴黎奧運培訓隊選手延續調訓

B、訓練地點：國訓中心及國訓核定之營外訓練地點

C、預定參加之國際賽：

序	預計參加賽事	預期目標
01	9 月 W T T 中國大滿貫賽	男單前四、女單前八
02	10 月 W T T 法國冠軍賽	
03	11 月 W T T 德國冠軍賽	
04	12 月 W T T 總決賽	
05	12 月世界男女混合團體賽	團體前四
06	2024 年 10 月亞洲錦標賽	男團前三、男單前三、女團前八、女單前八、女雙前三、混雙前三

D、進退場檢測標準：依 114 年中華桌球排名賽排名成績酌以更換培訓選手名單。

第 1 階段第 2 期（自 114 年 2 月 1 日至 114 年 8 月 31 日）

A、遴選方式：培訓選手自 114 年度中華桌球排名男女前 12 選手中遴選。

B、訓練地點：國訓中心及國訓核定之營外訓練地點。

C、預定參加之國際賽：

序	預計參加賽事	預期目標
01	2024 年世界個人桌球錦標賽	男單前四、女單前八、混雙前四
02	參加WTT大滿貫賽事	男單前四、女單前八
03	參加WTT冠軍賽	

(2) 第 2 階段（自 114 年 9 月 1 日起至 115 年 1 月 31 日止）

A、遴選方式：自 114 年度中華桌球排名男女前 10 選手中遴選。

B、訓練地點：國訓中心及國訓核定之營外訓練地點。

C、預定參加之國際賽：

序	預計參加賽事	預期目標
01	2025 年 10 月亞洲桌球錦標賽	男團前三、男單前三、女團、前八、女單前八、女雙前三、混雙前三。
02	2025 年 12 月世界男女混合團體賽	團體前四
03	2025 年 12 月 W T T 總決賽	男單前四、女單前八

D、進退場檢測標準：依 115 年中華桌球排名成績酌以更換培訓選手名單。

第 3 階段（自 115 年 2 月 1 日至 115 年 10 月 5 日亞運結束）。

A 遴選方式：遴選 115 年度中華桌球排名男女前 6 名選手參與培訓；於
訓

練尚需適應不同打法需求時，教練團可提出符合陪練員標準之男女共計
4

人。

B、訓練地點：國訓中心及國訓核定之營外訓練地點。

C、預定參加之國際賽：

序	預計參加賽事	預期目標
01	W T T 年度大滿貫賽事	男單前四、女單前八
02	參加 W T T 冠軍賽	

03	2026 年 9 月亞洲桌球錦標賽	男團前三、男單前三、女團、前八、女單前八、女雙前三、混雙前三。
----	-------------------	---------------------------------

D、進退場檢測標準：依 115 年中華桌球排名成績酌以更換培訓選手名單。

五、督導考核

- (1) 本會依審議通過之本計畫據以辦理選訓事宜，並督促教練（團）落實執行訓練計畫，以及依渠等之績效據以考核。
- (2) 教練（團）應擬定訓練計畫及參加國際賽事之預估成績目標，據以執行及考核選手培訓情形。
- (3) 第二階段：爭取參賽資格，並參加各級國際賽事，爭取積分，以利亞運種子排名達成奪牌目標。
- (4) 參加本項比賽獲獎之選手及教練，依照體育署及本會獎勵辦法給予獎勵。
- (5) 培訓期間凡違反規定者提送專案小組予以議處。

六、所需行政支援事項及建議處理方式

- (1) 運動科學：待援項目檢測實施計畫。
- (2) 運動防護：支援防護員或按摩師。
- (3) 醫療：健檢、復健、醫療意外保險等。
- (4) 調訓：公假留職留薪或留職停薪、代課鐘點費或代理職缺費。

(5) 課業輔導：就讀學校、課程及建議處理方案。

(6) 其他：擬申請聘請外籍陪練員 3-4 名

七、本計畫經本會選訓委員會議討論通過後，函報國家運動訓練中心提送運動人才培訓輔導小組委員會審議通過後公布實施，修正時亦同。