



臺北市立大學
UNIVERSITY OF TAIPEI

2025 臺北市立大學 競技運動學術研討會

舉辦日期：114年05月09日

指導單位： 臺北市立大學

主辦單位： 競技運動訓練研究所

研討主題領域

(一) 競技運動與訓練

(二) 運動科學

宗 旨：促進競技運動相關領域之學術交流提升競技運動專業知能

指導單位：臺北市立大學

主辦單位：競技運動訓練研究所

日 期：114年05月09日 (星期五)

地 點：臺北市立大學天母校區 行政大樓8樓 競技運動訓練研究所
(11153臺北市士林區忠誠路二段101號)

研討會主題：

- 一、競技運動與訓練
- 二、運動科學 (生理學、心理學、生物力學)
- 三、其它 (運動主題相關)

研討會日程：另行公告於本所網頁

參加人數：60名 (額滿為止) 以本校學生優先錄取

論文截止日期：114年04月06日 (星期日)

報名截止日期：114年04月13日 (星期日)

報名方式：一律採用網路報名 <https://forms.gle/McCrNUxtiRgXQdtj6>

報名費：免費



報名網址

發表型式：

- 一、口頭發表：發表 15 分鐘，問答 5 分鐘。
- 二、發表評比：擇優頒發「優秀論文發表獎」獎狀以茲鼓勵。

研討會聯絡人：莊欣耘老師

E-mail: hychuang@go.utapei.edu.tw



目 錄

研討會議程.....3

專題演講.....4

口頭發表場次.....5

會議摘要.....7

參與名冊.....19

工作人員.....22

2025臺北市立大學競技運動學術研討會

研討會 議程表



2025年05月09日 (星期五)			地點：行政大樓8樓
時間	研討會議程		主持人
08:30-09:00	報到		
09:00-09:10	開幕典禮		競技運動訓練研究所 所長 王宏宗 教授
09:10-10:10	專題演講 重視運動員心理健康-塑造賦權動機環境 C611 階梯教室		主持人：王宏宗 教授 主講人：季力康 教授
10:10-10:30	Q&A		
10:30-12:00	C804 教室	C805 教室	C804主持人： 莊欣耘 教授 C805主持人： 唐嘉佑 教授
	口頭發表 第一場次： OYC804001 第二場次： ONC804002 第三場次： OYC804003	口頭發表 第一場次： ONC805001 第二場次： ONC805002 第三場次： OYC805003	
12:00-13:00	休息		
13:00-14:30	C804 教室	C805 教室	C804主持人： 莊欣耘 教授 C805主持人： 唐嘉佑 教授
	口頭發表 第一場次： OYC804004 第二場次： ONC804005 第三場次： OYC804006	口頭發表 第一場次： ONC805004 第二場次： OYC805005 第三場次： OYC805006	
14:30-15:30	茶敘自由交流		
15:30-16:30	頒獎 / 閉幕		

專題演講

重視運動員心理健康 -塑造賦權動機環境

季力康 特聘教授

國立臺灣師範大學
體育與運動科學系



學歷：

- 國立政治大學心理系學士、碩士
- 美國普渡大學運動心理學博士

經歷：

- 國際運動心理學會理事
- 亞洲及南太平洋運動心理學會副會長
- 台灣運動心理學會理事長
- 中華職棒中信兄弟隊運動心理諮詢師
- 臺師大體育系主任、運休學院院長
- 2024 巴黎奧運運科小組委員

現職：

- 國際運動心理學會會士
- 國際運動心理學會認證運動心理諮詢師
- 中華民國高爾夫協會理事
- 中華民國籃球協會理事

口頭發表場次

第一場 10:30-12:00

主持人：莊欣耘 教授

地點：C804

編號	作者	題目	頁碼
OYC804001	董奕均、王宏宗	跆拳道社團學生參與動機與課程滿意度之關聯性研究	7
ONC804002	宋育愷、張若寧、王宏宗	高中跆拳道對打運動員體重控制期之身體自我評估	8
OYC804003	孫昱理、莊欣耘	運動參與動機與運動樂趣之探討	9

第二場 13:00-14:30

主持人：莊欣耘 教授

地點：C804

編號	作者	題目	頁碼
OYC804004	江彥綸、莊欣耘	心理疲勞與運動表現之系統性文獻回顧：正念的機轉	10
ONC804005	楊洋、陳奕良、張智鈞	臺灣、日本企業羽球團隊運營模式之文獻探討	11
OYC804006	郭定賢、王宏宗	品德教育融入體育課程之研究回顧：理論依據、實務應用與未來展望	12

口頭發表場次

第一場 10:30-12:00

主持人：唐嘉佑 教授

地點：C805

編號	作者	題目	頁碼
ONC805001	林怡岑、唐嘉佑	投擲鞋與手套使用對於鏈球選手表現與感受之影響	13
ONC805002	陳宜姿、唐嘉佑	增強式訓練在不同運動專項應用之文獻回顧	14
ONC805003	魏仕傑、唐嘉佑	從生理角度探討籃球運動對肌肉運用與能量代謝之影響	15

第二場 13:00-14:30

主持人：唐嘉佑 教授

地點：C805

編號	作者	題目	頁碼
OYC805004	龔家龍、蔡鏞申	水中阻力體能訓練在專業運動員訓練之效益	16
OYC805005	宋俊仁、唐嘉佑	運動介入對腎臟缺血再灌流後發炎反應與細胞凋亡的影響	17
ONC805006	彭冠勳、王宏宗、 陳鉸澈	高爾夫球初學者擊球表現與影響因素之探討	18

跆拳道社團學生參與動機與課程滿意度之關聯性研究

董奕均₁、王宏宗₁

臺北市立大學競技運動訓練研究所₁

目的：本研究旨在瞭解學生對於社團跆拳道的參與現況，並探討不同背景的學生對於跆拳道課程的參與動機之差異情形。**方法：**針對參加跆拳道社團的一到六年級學生為研究對象，本研究採以問卷調查方式為研究工具，其問卷填答人數共 108 人，有效問卷 108 份，共回收 108 份問卷，填答率 100%。所有數據以統計以 SPSS 22 進行相依樣本 t 檢定，本研究統計顯著水準訂為 $\alpha = .05$ 。問卷內容包含：基本資料、運動參與動機量表與課程滿意度量表。**結果：**一、在性別、年級、參加跆拳道社團年資在參與動機上是無顯著差異；在參加種類、層級最高的跆拳道比賽、最佳運動成績在參與動機上是達顯著差異。二、在性別、年級、參加跆拳道社團年資上課滿意度上是無顯著差異的；在參加種類、層級最高的跆拳道比賽、最佳運動成績在上課滿意度上是達顯著差異。三、參與動機與上課滿意度是有關連性。**結論：**在參與動機與上課滿意度兩者是正相關的，即顯示具備動機之學生，針對課程滿意度也具有較佳的表現，其重要結果顯示，關注學生參與動機，能夠有效提升課程滿意程度。

關鍵詞：跆拳道、持續參與、國小社團

通訊作者：董奕均

E-mail: john4051070@gmail.com

高中跆拳道對打運動員體重控制期之身體自我評估

宋育愷₁、張若寧₂、王宏宗₁

臺北市立大學競技運動訓練研究所₁、臺北市立大學運動健康科學系₂

目的：許多技擊運動採用體重分級的制度，運動員在賽前就必須進行體重控制，其中包含增重、減重和體重的維持，然而，其個體在體重控制的結果可能會影響競賽的運動表現。特別是，伴隨著體重改變，運動員的體態也有可能出現變化，使得運動員需要同時從生理和心理面向去適應自己體重及體態改變後的身體感覺。身體自我概念 (physical self-concept) 係指個體身體領域內的自我概念水準感受，會依據身體外觀與運動能力知覺而產生不同的身體自我概念程度。本研究旨在探討不同體重控制狀態之高中跆拳道對打運動員身體自我評估的差異性。**方法：**研究參與者為臺北市與新北市高中體育班跆拳道對打項目運動員，共 104 人，其中男性 70 人，女性 34 人，平均年齡為 16.39 ± 0.86 歲，平均訓練年資為 8.14 ± 2.79 年。採問卷調查方式進行資料收集，問卷內容包含研究參與者資料以及身體自我評估量表，檢測運動表現、身材、健康、柔軟度、耐力以及力量等六種身體自我知覺。**結果：**一、男性運動員的柔軟度知覺高於女性，女性運動員的耐力知覺高於男性；運動表現、身材、健康、力量等四個子向量則無顯著的性別差異。二、不同訓練年資的運動員之身體自我評估沒有差異。三、不同體重控制狀態運動員的身體自我評估沒有差異。四、58 kg 級者的柔軟度知覺平均分最高；67 kg 級者的耐力知覺平均分最高。**結論：**本研究建議運動員進行身體素質的檢測，便能以更客觀的角度看待自己的身體條件，如果無法改善以正向心態看待自己的身體條件，可經由專項運動教練、學校輔導室老師、或運動心理諮詢師進行協助與輔導。

關鍵詞：運動表現、身材、柔軟度、耐力

通訊作者：張若寧

E-mail: cjn320@utapei.edu.tw

運動參與動機與運動樂趣之探討

孫昱瑾₁、莊欣耘₁

臺北市立大學競技運動訓練研究所₁

目的：了解運動動機如何影響其在運動過程中的樂趣體驗，是提高運動參與持續性的重要因素。本研究旨在探討運動參與動機與運動樂趣之關係。**方法：**本研究以系統性文獻回顧方式，使用 Google 學術搜尋及華藝線上圖書館、臺灣論文博碩士論文網知識加值系統閱讀相關期刊論文，針對 2006 年至 2024 年之間相關文獻搜尋，以「運動參與動機」與「運動樂趣」作為關鍵詞，並閱讀相關的論文，共 10 篇進行整理。**結果：**運動參與動機與運動樂趣呈現正向關係。**結論：**運動參與動機可視為從事運動的內在或外在驅力，不僅能引起個體對運動的興趣，亦有助於行為的持續性與長期參與。

關鍵詞：回顧性研究、運動員、動機來源

通訊作者：孫昱瑾

E-mail: vivisun9022@gmail.com

心理疲勞與運動表現之系統性文獻回顧：正念的機轉

江彥綸₁、莊欣耘₁

臺北市立大學競技運動訓練研究所₁

目的：隨著運動科學研究的普及化，心理因素對運動表現的影響日益受到重視。過去文獻顯示，運動員若處在心理疲勞狀態下，往往無法維持穩定的專注力與適當的情緒調節，導致決策品質下降、反應速度變慢，甚至出現動機減弱、易於放棄等問題。在競技運動領域中，正念已被認為是一種能夠提升個體自我覺察與情緒穩定的有效訓練方法。因此，本研究旨在統整過去有關心理疲勞與運動表現之間的關係，並探討正念訓練是否能夠在此過程中扮演保護或調節的角色。**方法：**本研究以系統性文獻回顧方式，透過 google 學術搜尋、華藝線上圖書館及臺灣博碩士論文知識庫加值系統，針對 2007 年至 2024 年間搜尋相關文獻，以「心理疲勞」、「運動表現」、「正念」等關鍵字進行檢索，閱讀相關研究文獻，共計 10 篇進行歸納整理。研究結果具有相關顯著性。**結果：**心理疲勞是影響運動表現的重要因素之一。(一) 當運動員面臨長時間高負荷訓練、比賽壓力或其他環境壓力來源時，心理疲勞會削弱專注力與警覺度，進而導致決策不佳與技術失誤率升高。(二) 心理疲勞可能降低自我效能感，並影響整體動機維持，進一步削弱運動員的運動表現。**結論：**透過正念訓練所培養的當下覺察、情緒調節等核心能力，能夠在相當程度上對抗心理疲勞帶來的不利影響。因此，若能落實選手心理技能相關層面訓練，對運動員往後的運動表現有很大的助益。

關鍵詞：心理復原力、正念訓練、專注

通訊作者：江彥綸

E-mail: yanlun8812@gmail.com

臺灣、日本企業羽球團隊運營模式之文獻探討

楊洋₁、陳奕良₁、張智鈞₂

臺北市立大學競技運動訓練研究所₁、臺北市立大學體育學系₂

目的：本研究旨在透過回顧相關文獻，分析臺灣和日本職業球團之文化和運營模式的差異，並探究在此差異下如何影響羽球職業球員及團隊生態的發展。**方法：**本研究透過蒐集與分析當前臺、日兩國羽球選手的生態發展並進一步探討其運營行為模式。**結果：**發現兩國在大學前的人才培育模式大致相同，差別在於選手進入職業隊後所屬球團之內部運作文化和行銷積極度的不同。**結論：**日本職業隊在培養企業文化和團隊凝聚力明顯優於臺灣企業隊，此外在運動行銷和職業聯盟的發展系統也值得臺灣學習。

關鍵詞：羽球職業隊、領導行為

通訊作者：楊洋

E-mail: G11235013@go.utapei.edu.tw

品德教育融入體育課程之研究回顧： 理論依據、實務應用與未來展望

郭定賢₁、王宏宗₁

臺北市立大學競技運動訓練研究所₁

目的：本研究旨在探討體育課程中導入品德教育的理論依據、實施方式與成效，透過文獻回顧方式，整理近年來國內外在此議題之學術研究與實務案例。**方法：**本研究透過系統性的文獻回顧，整理體育課程導入品德教育的理論依據、實施策略與實證成效，依循品德教育之關鍵字為搜索範圍，於 2013 年至 2023 年為時間範圍，於Google Scholar、ERIC、SPORTDiscus、臺灣博碩士論文知識加值系統與華藝線上圖書館等平台，總計搜索 126 篇文獻，經標題、摘要與全文篩選後，總計納入 31 篇作為分析依據。**結果：**研究發現，體育課程由於具備高度的互動性、規則性與團隊合作性，為品德教育提供理想的情境與實踐機會。許多學者主張透過明確的教學設計與角色模仿、討論反思、合作競爭等方式，可有效提升學生在誠信、尊重、公平與責任等核心品德的認知與行為表現。然而，品德教育的落實需克服教師認知、教學評量與課程時間配置等挑戰。**結論：**體育課程具備推動品德教育的理想條件，唯須透過明確的教學設計、師資支持與制度配套，才能落實教育目標。建議未來研究可從跨領域合作、長期追蹤研究及在地文化適應等面向深化探討，提升體育品德教育的實施成效與教育價值，以促進學生全面發展。

關鍵詞：品德教育、體育課程、道德發展、教育實踐

通訊作者：郭定賢

E-mail: nm841113@yahoo.com.tw

投擲鞋與手套使用對於鏈球選手表現與感受之影響

林怡岑₁、唐嘉佑₁

臺北市立大學競技運動訓練研究所₁

目的：本研究旨在探討投擲鞋與手套對鏈球選手表現與心理感受的影響，並比較不同參賽組別（公開組與一般組）對裝備功能性的需求差異。**方法：**本研究採問卷調查法，針對具正式比賽經驗之鏈球選手進行資料蒐集，問卷內容涵蓋鞋款與手套的品牌偏好、功能評價、穿戴感受及心理影響等面向。資料分析採用描述統計與獨立樣本 t 檢定，比較不同參賽組別間在裝備適應性與心理層面之差異。**結果：**公開組選手較偏好需「一週」適應期的鞋款 (48%)，而一般組則以「1-2天」適應期為主 (57%)。在鞋款功能評價方面，一般組在「旋轉動作穩定性」上的平均評分為 4.86，高於公開組的 4.62。心理層面部分，公開組在「增強自信」(M = 3.00)、「心理穩定」(M = 2.90) 與「降低焦慮」(M = 2.83) 上皆高於一般組 (分別為 2.43、2.57、2.71)。此外，多數選手指出熟悉的裝備能提升心理穩定性與投擲表現，尤其是穿戴習慣與鞋底特性(摩擦力、重量)息息相關。**結論：**投擲裝備的選擇對鏈球選手的技術表現與心理狀態具有顯著影響。不同組別對裝備功能的需求與心理感受呈現差異，特別在適應期與心理層面表現上具代表性。建議未來研究可進一步以實驗設計驗證裝備對技術表現的量化影響，並作為選手與教練選擇裝備的實證依據。

關鍵詞：鏈球、投擲裝備、心理感受

通訊作者：林怡岑

E-mail: G11335009@go.utapei.edu.tw

增強式訓練在不同運動專項應用之文獻回顧

陳宜姿₁、唐嘉佑₁

臺北市立大學競技運動訓練研究所₁

目的：隨著運動科學的迅速發展，增強式訓練已成為提升運動表現的關鍵方法。本研究旨在回顧不同類別的增強式訓練對運動員運動表現的相關研究，並探討如何有效運用各種增強式訓練技巧來提升運動員所需的速度、跳躍力和爆發力，並實現事半功倍的效果。**方法：**本研究採以文獻回顧法，依據 Google 學術搜尋、臺灣博碩士論文知識庫加值系統，及華藝線上圖書館為主要搜尋平臺，針對 2015 年至 2025 年間的相關文獻進行系統性的搜尋，使用「增強式訓練」、「爆發力」及「專項訓練」等關鍵詞。在搜尋過程中，設立了明確的納入與排除標準，納入標準包括已發表的期刊文章、碩士及博士論文，且內容須涉及增強式訓練對運動表現的影響。經過篩選，最終以 10 篇符合標準的研究文獻進行歸納整理。**結果：**綜合本研究的發現，增強式訓練對於身體素質的提升具有正面影響，尤其是針對不同部位的訓練方法，能有效改善運動表現並減少各類傷害的風險。**結論：**本研究發現，將增強式訓練納入學校的教育體系，進而促進學生運動能力發展，具有相當重要的意義。不僅有助於提升學生在體育活動中的運動能力，更有助於體育班專項技術的運動表現。

關鍵詞：力量增強、爆發力訓練、運動表現評估

通訊作者：陳宜姿

E-mail: yitzu_0929@gmail.com

從生理角度探討籃球運動對肌肉運用與能量代謝之影響

魏仕傑₁、唐嘉佑₁

臺北市立大學競技運動訓練研究所₁

目的：籃球是一項高強度間歇性運動，融合了衝刺、跳躍、急停、變向及對抗等動作，對肌肉運用與能量系統需求具有高度挑戰性。**方法：**本研究從生理學角度探討籃球運動對不同肌群的動員機制及能量供應特徵，以提供運動訓練與體能提升的理論依據。在肌肉運用方面，籃球運動主要依賴下肢肌群（如股四頭肌、腓腸肌、比目魚肌、臀大肌）執行跳躍、起步與衝刺動作，而核心肌群（腹直肌、腹內外斜肌、豎脊肌）在穩定身體與維持平衡時發揮關鍵作用。此外，上肢肌群（胸大肌、三角肌、肱三頭肌、前臂肌群）則參與投籃、傳球與對抗，確保球員能夠在高強度比賽中維持技術穩定性。在能量代謝方面，籃球比賽的運動模式包含短時間的高強度動作與較長時間的低強度活動，導致不同能量系統交互作用。磷酸原系統（ATP-PCr）主要負責短時間爆發性動作，如快攻、衝刺與急停；無氧糖解系統在30秒至2分鐘內提供能量，支援重複性高強度動作，如連續跳躍與對抗；有氧代謝系統則在比賽間歇期與較低強度移動時發揮作用，幫助恢復體能並延長運動耐力。這三種能量系統的靈活切換對於籃球運動表現至關重要。**結果：**本研究結果顯示，針對籃球運動員的體能訓練應強調肌力、爆發力與耐力的綜合發展，並透過針對性訓練（如力量訓練、間歇跑、高強度間歇訓練 HIIT）提升能量系統的適應能力。此外，適當的營養補充（如碳水化合物攝取與肌酸補充）可提升能量供應效率，加速運動恢復，進而優化比賽表現。**結論：**本研究可為籃球運動的訓練設計與體能調控提供實證基礎，有助於提升運動員的競技能力與運動表現。

關鍵詞：磷酸原系統、無氧糖解系統、有氧代謝、間歇性運動

通訊作者：魏仕傑

E-mail: A05240408@gmail.com

運動介入對腎臟缺血再灌流後發炎反應與細胞凋亡的影響

宋俊仁₁、唐嘉佑₁

臺北市立大學競技運動訓練研究所₁

目的：本研究旨在探討 HIIT 對腎臟 I/R 損傷的保護作用，作為運動處方應用的參考依據。**方法：**本研究選取 30 隻雄性 Sprague-Dawley 大鼠，隨機分為三組：假手術組 (Sham)、腎臟 I/R 組 (Renal I/R) 及 HIIT 組。Sham 組僅接受腹腔切開而不進行其他處置；Renal I/R 組與 HIIT 組則接受雙側腎動脈夾閉 60 分鐘，隨後進行 24 小時再灌流。評估腎損傷的指標包括血清與腎組織中的腫瘤壞死因子- α (TNF- α)、介白素-1 β (IL-1 β) 及介白素-6 (IL-6) 濃度；另透過蘇木精-伊紅 (HE) 染色評估腎組織病理損傷，並以終末脫氧核苷酸轉移酶介導的 dUTP 缺口末端標記 (TUNEL) 染色評估細胞凋亡情況。**結果：**Renal I/R 組顯示明顯的腎組織病理損傷，細胞凋亡顯著上升，血清與腎組織中的 TNF- α 、IL-1 β 及 IL-6 濃度明顯增加，且伴隨 TNF- α 表現量上升；相對地，抗發炎細胞因子 IL-10 的濃度則下降。HIIT 介入後可減輕腎組織病理損傷並抑制細胞凋亡，亦能降低 TNF- α 、IL-1 β 及 IL-6 濃度上升的程度。Western blot 分析顯示，HIIT 促進 Bcl-2 蛋白表現並降低 Bax 表現，顯示其可能透過調節抗凋亡訊號發揮保護效果。**結論：**六週的 HIIT 運動介入可顯著減輕腎臟 I/R 損傷，其保護機制可能與調控發炎反應與抑制細胞凋亡有關。由於 HIIT 兼具高效率與易執行等優點，具作為預防性健康策略的潛力。本研究結果顯示 HIIT 有助於腎功能保護，未來可進一步探討其在慢性腎病或其他腎臟疾病中的應用價值。

關鍵詞：細胞凋亡、高強度間歇訓練、腎臟缺血再灌流

通訊作者：宋俊仁

E-mail: m11335005@go.utapei.edu.tw

水中阻力體能訓練在專業運動員訓練之效益

龔家龍₁、蔡鏞申₁

臺北市立大學競技運動訓練研究所₁

目的：水中阻力體能訓練 (ART) 利用水的浮力和阻力特性，提供低衝擊的訓練環境，適用於專業運動員的體能提升、傷後復健及心血管健康維持。
方法：本文使用之蒐尋工具為 Google Scholar 搜尋國內、外相關之水中訓練著作，收集文獻之年份介於 1992 至 2024 年間共計 30 篇，蒐尋資料時使用之關鍵字包含：Aqua exercise、Aqua training、water exercise、water exercise training、水中訓練、水中阻力訓練等，並逐篇搜尋符合條件之文章，排除非訓練應用與運動模式資訊不完整之論文、期刊。
結果：水中阻力體能訓練，其主要優勢包括減少對關節的負擔、提高有氧及無氧訓練效果、加強肌肉力量與穩定性，以及降低運動傷害風險。研究顯示，水中阻力訓練對有氧表現的維持、肌肉力量的增強、下肢穩定性及柔軟度等方面有顯著效果，尤其適合運動員在受傷或需調整訓練負荷時使用。水中的阻力及浮力增強了訓練強度，同時有助於肌肉恢復與減少肌肉酸痛。
結論：水中阻力訓練對於提升運動員的耐力、爆發力以及無氧能力具有良好的效果，並且有助於長期的體能維持和競賽表現。

關鍵詞：運動表現、有氧訓練、肌肉增強、肌肉恢復、運動傷害

通訊作者：龔家龍

E-mail: m11235015@go.utapei.edu.tw

高爾夫球初學者擊球表現與影響因素之探討

彭冠勳₁、王宏宗₁

臺北市立大學競技運動訓練研究所₁、臺北市立大學技擊運動學系₂

目的：本研究旨在探討高爾夫球初學者在擊球表現上的特徵以及影響因素。**方法：**透過 FlightScope Xi 數據分析儀蒐集 10 位初學者使用 7 號鐵桿進行擊球的表現數據，包含：球速、揮桿速度、擊球效率與擊球方向等變項。**結果：**(一) 揮桿動作的穩定性對擊球表現具有顯著影響。(二) 初學者的揮桿與球速變異較大，顯示出擊球動作控制尚未穩定。**結論：**本研究建議，教學初期應加強基礎動作訓練及正確的揮桿動作等要領，並輔以視覺與數據回饋提升學習效率。

關鍵詞：球速、揮桿、穩定性

通訊作者：彭冠勳

E-mail: golfevn1872@gmail.com



工作人員

掌職	人員
召集人	王宏宗
審查委員	王宏宗、唐嘉佑、莊欣耘、陳奕良
籌備組	莊欣耘、陳林鳳
行政組	唐嘉佑、莊欣耘、陳林鳳
工作人員	江彥綸、孫昱瑾、 林坤佑、周逸倫、張堯茜

The background of the page is an abstract composition of various shades of blue, ranging from light sky blue to deep navy blue. These colors are arranged in overlapping, angular, and organic shapes that create a sense of depth and movement, resembling a stylized mountain range or a modern architectural design. The shapes are layered, with some appearing more prominent than others, creating a complex, multi-dimensional effect.

發行人：邱英浩

總編輯：王宏宗

出版者：臺北市立大學競技運動訓練研究所

地址：11153臺北市士林區忠誠路二段101號

電話：02-28718288轉6303

日期：114年5月9日