中華民國一百一十二年二月十九日

台中市體育總會長青田徑委員會

一百一十二年會員大會手冊

地點：東區新天地餐廳(22136222)

住址：台中市東區旱溪東路一段456號

程序表

1. 會議開始(吳主委主持)
2. 主席報告
3. 上級長官致詞

四會務報告

五討論事項

六頒獎

七新舊任主委交接

八新主委致詞(林主委主持)

九介紹新幹部及頒聘書

十新會務報告

十一討論事項

十二臨時動議

十三介紹新會員

.十四春節聯誼餐會(摸彩)

會議手冊參考資料目錄

一、報告事項 ..... 4

[111年度各項體育活動](#_Toc379386853) 4

[二、討論事項](#_Toc379386854) 4

[附件一111度經費收支決算表](#_Toc379386855) 4

[附件二112年度工作計畫（112.1.1~112.12.31）](#_Toc379386856) 6

[附件三112年度經費收支預算表](#_Toc379386857) 6

三[、111年度各項獎勵獲獎名單](#_Toc379386844) 6

[1. 初馬獎](#_Toc379386846) 7-8

[2. 精神獎](#_Toc379386850) 8

3 服務績優獎………………………………………………………………..8

4 貢獻獎……………………………………………………………………… 8

5進步獎 8

[6. 及第獎金](#_Toc379386851) 8-17

[四、新會員介紹 17](#_Toc379386858)

五、臨時動議……………………………………………………………17

# 一、報告事項（111.1-111.12）

A．會務

1. 召開常務委員會議三次；工作協調會及工作幹部會議七次。
2. 2月13日在烏日區臻愛會館召開會員大會邀請友會及貴賓席開34桌
3. 舉辦議長盃於111年9月24日舉行，除本會委員眷屬參加外，並邀請中部各友隊總共大約400人參加。
4. 舉辦自強活動：於111年12月3/4日舉行台中市長青一年一度自強活動

淡水及金山2日遊，本會委員攜眷共80人參加。

B．體育活動

1.每日早晚動態健行慢跑活動，中興大學體育場舉行。

2.協辦全民健走體育活動。

3.組隊報名參加全國性體育活動：

111年度各項體育活動

1. 9月24日舉辦議長盃，除本會委員眷屬參加外，並邀請中部各友隊總共大約400人參加。

2.榮獲春季彰化全國常青田徑國際錦標賽男子團體第一名

# 二、討論事項

1案由：111年度經費收支決算表，提請審議（如附件一）

決議：附件一

頒獎

主任委員交接

第2階段

新任幹部

主任委員 林長發

榮譽主委 1劉陞權 2張良全 3吳永郁

顧問 1 林百福 2梁火在 3嚴文筆

4 阮坤池

教練 洪堃慆

副主委 1 王子新 2阮耀昌

常務委員1劉陞權 2溫家隆 3陳光照 4林金森

5林枝旺 6蔡學而 7張良全

組長 1周進成 2簡榮培 3湯國柱 5劉金河

6李國立7楊德財 8蔡全木

財務長 游有弟 報名系統組長 劉保旻

系統管理組長 黃欽鎰 秘書長 鄭炎森

總幹事 謝瑞麟

副總幹事 楊德財 周進成 趙永發

## 附件二112度工作計畫（112..1~112.12.31）

1. 擬召開年度委員會議大會一次、常務委員會議四次、工作幹部會議6～8次：工作籌備會、協調會、檢討會等視實際需要召開若干次。
2. 4月協辦大坑萬人健行活動 (日期未定)
3. 9月24日星期天預計主辦議長杯邀請賽(日期暫定)
4. 10月7/8/9自強活動(日期暫定) 第5組籌備
5. 10月15號星期天協辦騎輪節(日期確定)
6. 10月29號星期天主辦鳥榕頭馬拉松 (日期暫定)
7. 11月協辦舒跑杯 (日期未定)
8. 擬續辦社區長青休閒運動，每日早晚健行慢跑及週日健行登山、越野訓練。
9. 擬舉（承）辦體育活動：全國性公私機關、團體委託辦理之活動。
10. 擬組隊參加全國性體育活動：

（1）公費：１～２次。(接力賽1年公費補助一次)

　　（2）自費：若干次。

11 聘請專業洪教練年度訓練詳細如下

台中市體育總會長青田徑委員會年度訓練計畫

3/11第一次:5000m測驗

6月第二次:5000m測驗

9月第三次:5000m測驗

12月第四次5000m測驗

預計4/1(六)第一次團練：馬克操（目的-準確熱身並優化跑步動作）

預計6/24(六)第二次團練：馬克操（目的-準確熱身並優化跑步動作）

預計8/26(六)第三次團練：樂齡族力量訓練（目的-強化自身肌肉與力量，避免跑步傷害，並增加恢復能力）

預計10/28(六)第四次團練：樂齡族力量訓練（目的-強化自身肌肉與力量，避免跑步傷害，並增加恢復能力）

預計12/30(六)第五次團練：配速訓練（目的-提升身體配速能力）

。

附件三112年度經費收支預算表

1、收入部份

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 科目 | | 金額 |
| 1 | 活動費用收入 | 100,000 |
| 2 | 會費收入 | 250,000 |
| 3 | 雜項收入 | 20,000 |
| 4 | 捐獻收入 | 20,000 |
| 5 | 利息收入 | 12,000 |
| 6 | 其他(自強活動等) | 200,000 |
| 合計 | | 602,000 |

2、支出部份

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 科目 | | 金額 |
| 1 | 郵電費 | 10,000 |
| 2 | 文具用品 | 10,000 |
| 3 | 委員會議費 | 72000 |
| 4 | 體育活動費 | 200,000 |
| 5 | 自強活動 | 200,000 |
| 6 | 雜支費 | 20,000 |
| 7 | 團訓費 | 30,000 |
| 8 | 選手獎勵金 | 60,000 |
| 合計 | | 602000 |
|  | |  |

# 三、111年度各項獎勵獲獎名單

1. 初馬獎

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 編號 | 姓名 | 事蹟 | 獎勵 |
| 1 | 陳國元 | 12/25完成人生第一場馬拉松(萬丹馬) 成績03:52:11 | 獎盃一座 |

2 百馬獎

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 編號 | 姓名 | 事蹟 | 獎勵 |
| 1 | 譚玉麟 | 12/10完成人生第100場馬拉松(北港馬) | 獎盃一座 |
| 2 | 姜同生 | 9/25完成人生第100場馬拉松(蘇花馬) | 獎盃一座 |

3→精神獎(取前3名)

|  |  |
| --- | --- |
| 按實際參加並且完賽111年度馬拉松完跑次數排列 | 獎勵 |
| 1譚玉麟25場2陳炳彪15場3包學智14場 | 獎勵品一份 |

4.服務績優獎

|  |  |
| --- | --- |
| 姓名 | 獎勵 |
| 周進成、簡榮培、劉保旻、劉金河、李國立、楊德財、蔡全木、黃欽鎰、林長發、鄭炎森、滕月蓮、郭勝男、阮耀昌、范智雄陳光照、蕭秀英、簡鴻轍、傅環、謝瑞麟、劉順風、張澤惠  林奇宏  (以上人員幫忙推動會務盡心盡力、無怨無悔、使會務能順利完成) | 禮金一份 |

5..貢獻獎

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 姓名 | 事蹟 | 獎勵 |
| 王子新 | 贊助報名系統軟體 | 獎盃一座 |

6特別傑出獎

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 編號 | 姓名 | 事蹟 | 獎勵 |
| 1 | 王貴玲 | 連續7天跳7個島跑7場馬拉松榮獲女總一 | 獎盃一座 |
| 2 | 譚玉麟 | 12/25高雄美濃100公里 11小時34分完賽 | 獎盃一座 |

5 進步獎

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 編號 | 姓名 | 事蹟 | 獎勵 |
| 1 | 趙永發 | 自主練習..參加比賽..進步神速...有目共睹 | 獎盃一座 |
| 2 | 林慶松 | 自主練習..參加比賽..進步神速…有目共睹 | 獎盃一座 |
| 3 | 郭芳明 | 自主練習..參加比賽..進步神速…有目共睹 | 獎盃一座 |
| 4 | 游有弟 | 自主練習..參加比賽..進步神速…有目共睹 | 獎盃一座 |
| 5 | 許秋文 | 自主練習..參加比賽..進步神速…有目共睹 | 獎盃一座 |
| 6 | 童郁凱 | 自主練習..參加比賽..進步神速…有目共睹 | 獎盃一座 |
| 7 | 萬勝利 | 自主練習..參加比賽..進步神速…有目共睹 | 獎盃一座 |
| 8 | 張立羣 | 自主練習..參加比賽..進步神速…有目共睹 | 獎盃一座 |
| 9 | 胡忠延 | 自主練習..參加比賽..進步神速…有目共睹 | 獎盃一座 |

6..及第獎金：本年度獎勵之標準係以111年報名馬拉松路跑賽並參賽完成有得名或跑進獎勵時間內作為獎勵

1譚玉麟合計4600元

全馬\*25場 (鄉鎮清水,太魯閣,神岡,台南,萬金石,大肚,梨山,鄉鎮神岡,后里,石岡,東勢,八卦,烏來,信義,溪湖,杉林溪,埔里,紫雲巖,田中.(美濃百k),資訊,南投,北港,二林,沙鹿)

03/27 神岡全馬分3 (奬金300元)

04/06 台南全馬分6 (奬金300元)

09/18 八卦全馬分8 (奬金300元)

10/02 烏來全馬分2 (奬金300元)

10/10 信義全馬分2 (奬金300元)

11/19 資訊全馬分7 (奬金300元)

12/10 北港全馬分4 (奬金300元)

2趙永發合計4100元

全馬\*13場 (大湖,太魯閣,神岡,泰安,真武山,八卦,南方澳,烏來,杉林溪,遠東,田中,資訊,中埔)

02/19 大湖全馬分1 (奬金300元)

03/13 羅布森半馬分10 (奬金100元)

03/27 神岡全馬分2 (奬金300元)

05/15 泰安全馬分7 (奬金300元)

08/28 真武山超馬分3 (奬金300元)

09/18 八卦全馬分4 (奬金300元)

10/02 烏來全馬分3 (奬金300元)

10/15 杉林溪全馬分1 (奬金300元)

10/29 遠東全馬分10 (奬金300元)

11/19 資訊全馬分6 (奬金300元)

3陳炳彪合計3700元

全馬\*15場 (大湖,海風,台南,萬金石,聖母廟,金山,烏來,大園,南庄,紫雲巖,板橋,南投,烤雞,通霄,萬丹)

03/06 古都 10K分10 (奬金100元)

03/13 羅布森半馬分9 (奬金100元)

05/19 二崙 10K分5 (奬金100元)

06/19 中興半馬分12 (奬金100元)

07/30 聖母廟全馬分14 (奬金300元)

08/28 金山全馬分3 (奬金300元)

09/04 飛虎 10K分6 (奬金100元)

10/02 烏來全馬分9 (奬金300元)

10/10 信義半馬分2 (奬金100元)

11/13 板橋全馬分21 (奬金300元)

11/19 資訊半馬分8 (奬金100元)

12/04 烤雞全馬分21 (奬金300元)

4郭芳明合計3400元

全馬\*9場 (太魯閣,八卦,南方澳,杉林溪,田中,資訊,南投,太魯閣,臺北)

03/05 太魯閣全馬分6 (奬金300元)

03/13 羅布森半馬分2 (奬金100元)

04/16 柏釧半馬分2 (奬金100元)

09/18 八卦全馬分6 (奬金300元)

09/25 南方澳全馬分7 (奬金300元)

10/15 杉林溪全馬總1 (奬金500元)

11/19 資訊全馬分2 (奬金300元)

11/27 南投全馬分3 (奬金300元)

12/10 太魯閣全馬分1 (奬金300元)

5林百福合計3000元

全馬\*1場 (臺北)

02/28 蘭花 12K分1 (獎金100元)

03/13 羅布森半馬分4 (奬金100元)

03/19 常青 200分3 (奬金100元)

03/19 常青 400分1 (奬金100元)

03/19 常青 800分2 (奬金100元)

03/19 常青 1.5K分1 (奬金100元)

03/19 常青 5K分1 (奬金100元)

03/19 常青 10K分1 (奬金100元)

03/27 神岡半馬分1 (奬金100元)

04/16 柏釧半馬分2 (奬金100元)

06/19 中興 5K分9 (奬金100元)

07/10 壯年 5K分1 (奬金100元)

07/10 壯年 1.5K分1 (奬金100元)

07/10 壯年 400分1 (奬金100元)

07/24 布袋半鐵分1 (奬金100元)

07/30 聖母廟半馬分1 (奬金100元)

08/14 嘉義半馬分2 (奬金100元)

08/28 金山半馬分1 (奬金100元)

09/04 飛虎半馬分1 (奬金100元)

09/25 桃園半馬分1 (奬金100元)

10/08 北常青 10K分2 (奬金100元)

10/08 北常青 5K分3 (奬金100元)

10/08 北常青 1.5K分3 (奬金100元)

10/08 北常青 800分2 (奬金100元)

10/08 北常青 400分2 (奬金100元)

10/08 北常青競走分1 (奬金100元)

10/29 遠東半馬分1 (奬金100元)

11/19 資訊半馬分5 (奬金100元)

12/10 太魯閣半馬分1 (奬金100元)

6王貴玲合計2700元

全馬\*13場 (神岡,泰安,蘭嶼,綠島,大鵬灣,小琉球,金門,澎湖,馬祖,八卦,南方澳,杉林溪,南投)

03/13 羅布森半馬分4 (奬金100元)

03/27 神岡全馬總7 (奬金500元)

06/18 跳島全馬總1 (奬金500元)

09/18 八卦全馬分2 (奬金300元)

7陳國元合計2600元

全馬\*1場 (萬丹)

02/28 蘭花半馬分1 (獎金100元)

03/06 古都半馬分2 (奬金100元)

03/13 白河半馬分1 (獎金100元)

03/19 常青 5K分1 (奬金100元)

03/19 常青 10K分2 (奬金100元)

03/27 海風半馬分1 (奬金100元)

04/16 柏釧半馬分2 (奬金100元)

05/19 二崙 10K分1 (奬金100元)

06/19 中興半馬分1 (奬金100元)

07/03 雲科半馬分1 (奬金100元)

08/14 嘉義半馬分1 (奬金100元)

08/28 金山 12K分1 (奬金100元)

09/04 飛虎 10K分1 (奬金100元)

09/18 武陵半馬分1 (奬金100元)

09/25 桃園 11K分2 (奬金100元)

10/02 新屋 10K分1 (奬金100元)

10/15 大園半馬分1 (奬金100元)

10/29 遠東 9K分1 (奬金100元)

11/13 板橋半馬分1 (奬金100元)

11/20 獅子會半馬分1 (奬金100元)

11/27 南投半馬分1 (奬金100元)

12/11 通霄半馬分2 (奬金100元)

12/25 萬丹全馬分1 (奬金300元)

8黃玉鳳合計2200元

全馬\*12場 (太魯閣,神岡,泰安,真武山,八卦,南方澳,烏來,杉林溪,遠東,田中,資訊,中埔)

02/19 大湖半馬分5 (奬金100元)

09/18 八卦全馬分6 (奬金300元)

10/02 烏來全馬分15 (奬金300元)

11/19 資訊全馬分2 (奬金300元)

9林武成合計1600元

全馬\*4場 (太魯閣,海風,,金山,綠島)

鐵人\*1場 (布袋)

03/19 常青 800分3 (奬金100元)

03/19 常青 1.5K分2 (奬金100元)

03/27 海風全馬分4 (奬金300元)

07/24 布袋鐵人分3 (奬金300元)

08/28 金山全馬分2 (奬金300元)

10包學智合計1800元

全馬\*14場 (神岡,聖母廟,金山,八卦,烏來,信義,埔里,南庄,紫雲巖,田中,資訊,南投,烤雞,通霄)

09/04 飛虎 10K分3 (奬金100元)

10/02 烏來全馬分8 (奬金300元)

11游有弟合計1400元

全馬\*5場 (太魯閣,綠島,田中,南投,太魯閣)

03/05 太魯閣全馬分2 (奬金300元)

10/02 綠島全馬分1 (奬金300元)

12/10 太魯閣全馬分2 (奬金300元)

12阮耀昌合計1400元

全馬\*1場 (太魯閣)

鐵人\*1場 (布袋)

02/28 蘭花 12K分1 (獎金100元)

03/19 常青 5K分2 (奬金100元)

05/19 二崙半馬分4 (奬金100元)

05/22 ZEPRO 半馬分3 (奬金100元)

07/24 布袋鐵人分4 (奬金300元)

08/28 金山半馬分2(奬金100元)

09/04 飛虎 10K分5 (奬金100元)

09/18 八卦半馬分8 (奬金100元)

11/19 資訊 10K分4 (奬金100元)

12/25 萬丹半馬分10 (奬金100元)

13許秋文合計1300元

全馬\*6場 (神岡,埔里,田中,南投,烤雞,臺北)

05/19 二崙半馬分5 (奬金100元)

10/16 埔里全馬分1 (奬金300元)

12/04 烤雞全馬分5 (奬金300元)

14巫志男合計1200元

全馬\*3場 (神岡,泰安,八卦)

03/27 神岡全馬分2 (奬金300元)

05/15 泰安全馬分6 (奬金300元)

09/18 八卦全馬分12 (奬金300元)

15朱瑞欽合計1200元

全馬\*9場 (太魯閣,神岡,泰安,八卦,埔里,田中,資訊,南投,雲豹)

11/19 資訊全馬分3 (奬金300元)

16林長發合計1200元

全馬\*11場 (大湖,神岡,泰安,后里,聖母廟,八卦,臺南,蘆洲,紫雲巖,雲豹,沙鹿)

03/19 常青 10K分3 (奬金100元)

17謝瑞麟合計1000元

全馬\*10場 (大湖,月世界,太魯閣,泰安,八卦,杉林溪,紫雲巖,南投,通霄,雲豹)

18胡忠延合計1000元

全馬\*10場 (神岡,泰安,聖母廟,南方澳,烏來,板橋,資訊,太魯閣,臺北,雲豹)

19林慶松合計900元

03/13 白河健康分2 (獎金100元)

03/27 神岡半馬總8 (奬金100元)

05/22 ZEPRO 10K總4 (奬金100元)

06/19 中興半馬分1 (奬金100元)

08/14 嘉義半馬總9 (奬金100元)

09/04 飛虎 10K總3 (奬金100元)

11/19 資訊 10K總8 (奬金100元)

12/04 烤雞半馬總2 (奬金100元)

12/25 雲豹半馬總2 (奬金100元)

20蔣細鳳合計900元

03/19 常青 800分1 (奬金100元)

03/19 常青 1.5K分1 (奬金100元)

03/19 常青 5K分2 (奬金100元)

03/19 常青 10K分1 (奬金100元)

05/19 二崙 10K分2 (奬金100元)

09/04 飛虎 10K分3 (奬金100元)

10/02 綠島半馬分2 (奬金100元)

11/19 資訊 10K分3 (奬金100元)

11/27 南投 10K分7 (奬金100元)

21賴阿萬合計700元

03/19 常青 5K分3 (奬金100元)

03/19 常青 10K分3 (奬金100元)

07/24 鐵人兩項分2 (奬金100元)

09/25 桃園 11K分3 (奬金100元)

11/19 資訊 10K分3 (奬金100元)

11/27 南投半馬分1 (奬金100元)

12/11 通霄半馬分2 (奬金100元)

22紀孟春合計600元

03/19 常青 10K分1 (奬金100元)

05/19 二崙 10K分3 (奬金100元)

06/19 中興 5K分3 (奬金100元)

09/04 飛虎 10K分4 (奬金100元)

11/06 二水 11K分4 (奬金100元)

11/19 資訊 10K分1 (奬金100元)

23楊德財合計600元

全馬\*2場 (泰安,紫雲巖)

鐵人\*1場 (布袋)

07/24 布袋鐵人分7 (奬金300元)

24萬勝利合計600元

全馬\*2 (神岡,臺北)

03/27 神岡全馬分3 (奬金300元)

11/19 資訊半馬分4 (奬金100元)

25鄭炎森合計500元

全馬\*4場 (杉林溪,南投,太魯閣,雲豹)

10/02 綠島半馬分3 (奬金100元)

26宋榮合計500元

全馬\*4場 (太魯閣,杉林溪,太魯閣,雲豹)

07/24 鐵人兩項分1 (奬金100元)

27張澤惠合計400元

全馬\*4場 (太魯閣,杉林溪,南投,雲豹)

28張程量合計400元

全馬\*1場 (埔里)

10/16 埔里全馬分3 (奬金300元)

29黃瑞珍合計400元

全馬\*3場 (太魯閣,神岡,八卦)

03/19 常青 400分3 (奬金100元)

30黃欽鎰合計300元

03/19 常青 10K分2 (奬金100元)

11/06 二水 11K分4 (奬金100元)

11/19 資訊 10K分10 (奬金100元)

31姜同生合計300元

全馬\*3場 (神岡,后里,南方澳)

32劉陞權合計300元

03/19 常青標槍分2 (奬金100元)

03/19 常青撐竿跳分1 (奬金100元)

03/19 常青三級跳分3 (奬金100元)

33陳永寬合計300元

全馬\*3場 (太魯閣,南投,太魯閣)

34童郁凱合計200元

全馬\*2場 (神岡,臺北)

35湯國柱合計200元

全馬\*2場 (田中,太魯閣)

36陳靜慧合計200元

04/16 柏釧 10K分6 (奬金100元)

06/19 中興 10K分5 (奬金100元)

37范智雄合計200元

03/19 常青 1.5K分2 (奬金100元)

03/19 常青 5K分3 (奬金100元)

38林枝旺合計300元

全馬3場 (南投.田中 .台北馬)

39李國立合計100元

全馬\*1場 (大湖)

40王建智合計100元

全馬\*1場 (太魯閣)

41劉保旻合計100元

11/19 資訊 3K總4 (奬金100元)

42溫家隆合計100元

10/08 北常青競走分2 (奬金100元)

43林佳誼合計100元

全馬\*1場 (臺北)

44許斐盛合計100元

10/08 北常青 5K分1 (奬金100元)

45郭家宏合計100元

12/11 通霄半馬分4 (奬金100元)

46曾耀宗合計100元

11/19 資訊 10K分4 (奬金100元)

47邱仕銅合計300元

全馬\*3場 (埔里.田中. 太魯閣)

48黃祖龍合計300元

全馬\*3場 (南投.田中.臺北)

49 張立羣合計100元

全馬\*1場 (臺北)

50王富春合計500元

全馬\*5場(神岡，埔里山城，資訊盃，南投馬，通霄馬)

51蘇學宏合計400元

全馬\*4場(神岡，埔里山城，資訊盃，通霄馬)

四新會員介紹

新會員 (2022入會者)

1 黃基礎第五組 2022/12/28 2 喬亞梅第七組 2022/12/28

3 林綉婉第七組 2022/12/28 4 林柏樺第三組 2023/01/05

5 蔡學而第三組 2023/01/10 6 黃秀月第三組 2023/01/10

7 許鳳如第三組 2023/01/10 8 王瑞鼎第七組 2023/01/11

9 林陳盛第七組 2023/01/12 10 林孟芬第三組 2023/01/17

11 葉惠君第三組 2023/01/17 12 陳梅菊第三組 2023/01/17

13 林璧瓊第三組 2023/01/17 14 陳文聰第三組 2023/01/17

15 林代笠第六組 2023/01/17 16 張金鑑第六組 2023/01/18

17陳梓銘第三組 2023/02/2 18鄭仲森第一組 2023/02/5

19 何榮勝第七組2023/02/15

五 臨時動議