**2024年裁判第二次體能測驗實施計畫(北部)**

一、目　　的：定期針對裁判實施賽季中體能測驗，以配合2024年各項賽事做準備，兼

 做2025年國際裁判考選，期能提昇整體裁判體能及執法技術水平。

二、主辦單位：中華民國足球協會

三、協辦單位：台北市立中正高中

四、體測日期：2024年9月8日

五、體測時間：上午8時至11時

六、體測地點：台北市立中正高中田徑場

七、體測項目：一、裁判體能測驗(男生及女生)

 測驗一：反覆衝刺能力，6 x 40m衝刺

 男生 1.國際裁判及第一級裁判：6.0秒

 2.第二級裁判：6.1秒

 3.較低級裁判：6.2秒

 女生 1.國際裁判及第一級裁判：6.4秒

 2.第二級裁判：6.5秒

 3.較低級裁判：6.6秒

 測驗二：間歇跑測驗 400m x 10

 男子 1.國際裁判及第一級裁判：15秒跑75m及18秒走25m

 2.第二級裁判：15秒跑75m及20秒走25m

 3.較低級裁判：15秒跑75m及22秒走25m

 女子 1.國際裁判及第一級裁判：17秒跑75m及20秒走25m

 2.第二級裁判：17秒跑75m及22秒走25m

 3.較低級裁判：17秒跑75m及24秒走25m

 二、助理裁判體能測驗(男生及女生)

 測驗一：CODA改變方向能力

 男生 1.國際助理裁判及第一級助理裁判：10.0秒

 2.第二級助理裁判：10.1秒

 3.較低級助理裁判：10.2秒

 女子 1.國際助理裁判及第一級助理裁判：11.0秒

 2.第二級助理裁判：11.1秒

 3.較低級助理裁判：11.2秒

 測驗二：反覆衝刺能力 5 x 30m衝刺

 男生 1.國際助理裁判及第一級助理裁判：4.7秒

 2.第二級助理裁判：4.8秒

 3.較低級助理裁判：4.9秒

 女子 1.國際助理裁判及第一級助理裁判：5.1秒

 2.第二級助理裁判：5.2秒

 3.較低級助理裁判：5.3秒

 測驗三：間歇跑測驗 400m x 10

 男子 1.國際裁判及第一級裁判：15秒跑75m及20秒走25m

 2.第二級裁判： 15秒跑75m及22秒走25m

 3.較低級裁判：15秒跑75m及24秒走25m

 女子 1.國際裁判及第一級裁判：17秒跑75m及22秒走25m

 2.第二級裁判：17秒跑75m及24秒走25m

 3.較低級裁判：17秒跑75m及26秒走25m

七、參加人員資格：凡具中華民國足球協會各級裁判證者均可報名參加。

八、報名日期：即日起至8月28日止。錄取名單8月30日公告在足協網站。

 (參加體測者且間歇跑測驗成績超過2000m以上者授予研習時數2小

 時)。

九、報名方式：請於中華民國足球協會註冊系統完成個人及裁判註冊後，於系統內點

 選報名課程完成報名，註冊系統網址:ctfaid.ctfa.com.tw。

十、報名手續：(一)於中華民國足球協會上完成個人及裁判登錄與完成繳費。

 (二)點選報名本課程，並填妥目前服務單位、職稱和足球簡歷。

 (三)本會審核完畢後將以系統信件通知錄取學員。

 (四)完成上述手續後請與裁判組確認，電話:02-25961185，分機：224。

 (五)課程免費(附保險)。