**中華民國滑冰協會國家代表隊**

**訓練計劃及比賽策略**

**此表格請於代表隊名單公告後**

**2週內繳回協會**

**本資料僅供協會內部使用**

**一、訓練計劃：**

★**冰上訓練：(含所有規定跳躍、旋轉、步法及曲目合樂)**

**★陸上訓練：(含陸上體能訓練及陸上跳躍技術訓練)**

**二、比賽策略：**

|  |  |
| --- | --- |
| **選手 強項** |  |
| **選手 弱項** |  |
| **策略內容** |  |