

2025 日本超馬 百K世界紀錄
風見尚、兼松藍子來臺交流工作坊

壹、活動目的:

臺灣曾於2014年在宜蘭冬山河親水公園舉辦過100公里亞洲盃，而作為地主我們選派出9男9女共18人組成代表隊迎戰，最終成功將男女子第一名留在台灣。而2023年於印度舉辦的100公里亞洲暨大洋洲錦標賽，中華隊分別於男子團體、女子團體兩個項目雙雙摘銅。由此可見台灣超馬中除了24小時之外，100公里亦是極有潛力發展的項目。

近幾年歐美跑者成績突飛猛進，世界超馬成績態勢呈現東降西昇的狀態，但日本跑者成績仍然能夠名列前茅，成為少數能站上世界級頒獎台上的亞洲國家，因此引領著亞洲超馬圈的復甦。本活動規劃邀請日本超馬代表隊的國際級男女好手－風見尚、兼松藍子－兩位來台，針對100公里超馬賽程進行經驗分享與訓練技巧傳授，希望透過實際地討論與練習，有助於提升臺灣跑者未來在國際賽事上的表現，同時也促進臺日之間的跨國運動交流。

貳、活動說明:
一、指導單位:教育部體育署
二、主辦單位:社團法人中華民國超級馬拉松運動協會
三、活動日期:2025年08月02日(六)09:00-12:00
四、活動會場:東吳大學外雙溪校區-G101會議室
五、活動費用:報名費 1000元。
六、參加對象:
(1) 超馬跑者、想了解超馬運動的朋友。

(2) 馬拉松運動者、想了解跑步運動的朋友。
(3) 想再精進馬拉松能力的跑者。
(4) 追求健康身心者、歡迎踏入慢跑運動。
六、參加人數:最多50位。本活動將分男女運動知識類別帶開分享、最後再一起統合交流分享。
七、報名方式:
(1) 點我直接報名。
(需自費15元ATM轉帳手續費、街口支付0手續費)
(2)繳費:(擇一)
A.報名費1000元轉至
銀行:合作金庫-城東分行(銀行代號:006)
戶名:社團法人中華民國超級馬拉松運動協會
帳號:0600-717-933050
B.無摺存款者請在存款附言欄上寫明(姓名)。
C.使用街口支付對象:塗雁菱901198303
(個人街口暱稱,請務必設定為本名以利對帳。)
(3)查看已繳費成功名單



(4) 報名完成者於 07/15(二)前都可提出退費要求,但須扣除100元手續費用,寄E-mail: ctau.runner@gmail.com,來函請書寫 A.報名活動項目 B.姓名 C.檢附本人銀行存簿封面照片。行政作業時程:07/16(三)起,因活動成本已發生,不接受任何理由申請退費,08/06(三)前會完成退款手續。
(5) 所填報名參加本活動之個人資料,僅供本活動相關用途使用,報名者同意所提供個人資料作為大會辦理本活動使用。
(6) 對他人性騷擾者,若觸犯刑法,將處二年以下有期徒刑、拘役或科或併科新臺幣十萬元以下罰金。如遭遇性騷擾事件,可撥打113保護專線尋求協助,或撥打110向事件發生地警察機關報案。

參、活動時程:
一、報名時間:即日起至07月28日止、額滿將提前截止。
二、當日行程:(工作坊全程有日語翻譯)

8月2日(週六)	行程
08:50-09:00	報到:東吳大學外雙溪校區 G101會議室
09:00-09:10	環境說明
09:10-10:00	男女100K 分享說明
10:10-10:50	提問、簽名會
11:00-11:40	室外(東吳操場)親身指導
11:40-12:00	室外提問
12:00	冬山河超馬賽道見

肆、風見尚簡介:
2018年獲選為國際超馬總會IAU表揚年度最佳運動員、多次入選為日本50K或100K國家代表隊出賽、個人最佳成績06:09:14(2018)為男子世界紀錄(2018-2022)、目前男子世界排名第4、男子亞洲排名第2、100K世界錦標賽男子冠軍。





伍、兼松藍子 **Kanematsu Aiko**

多次入選為日本100K或24H國家代表隊出賽、個人最佳成績07:38:38 (2022)、目前女子亞洲排名第13、100K亞錦賽女子個人第7、100K亞錦賽女子團體第1、2022東吳超馬女子亞軍。

姓名	介紹		姓名	介紹
Kanematsu, Aiko 兼松藍子	50Km：4:46:26 50mi：8:17:15 100Km:7:38:38		**Kazami, Nao** 風見尚	50Km：2:51:27 50mi：5:15:05 100Km:6:09:14

陸、東吳大學外雙溪校區(台北市士林區臨溪路70號)8/2(六)上午-G101會議室



柒、交通資訊:

公車

557(東吳大學)、255、268、300、304、620、645、680、681、683、957、小18、小19、市民小巴1、紅30(東吳大學_錢穆故居)、棕13、棕20(外雙溪_故宮)

捷運

捷運淡水線至士林站, 往中正路出口, 再轉搭公車255、300、304、620、683、957、小18、小19、市民小巴1、紅30至東吳大學_錢穆故居站下車;或557至東吳大學站下車
捷運文湖線至大直站, 往北安路出口再轉搭公車680至東吳大學_錢穆故居站下車;或棕13至外雙溪_故宮站下車
捷運文湖線至劍南路站, 往北安路出口再轉搭公車681至東吳大學_錢穆故居站下車;或棕20至外雙溪_故宮站下車

鐵路

至台北車站下車, 轉乘捷運至士林站, 往中正路出口, 再轉搭公車255、300、304、620、683、957、小18、小19、市民小巴1、紅30至東吳大學_錢穆故居站下車;或557至東吳大學站下車

自行駕車

重慶北路交流道(往士林方向)-->重慶北路四段-->百齡橋-->中正路-->至善路-->外雙溪校區
堤頂交流道-->往左至內湖路(內湖大直方向)-->自強隧道-->至善路-->外雙溪校區