

# 臺北市政府員工休閒隊社常跑社

## 114 年度報名及上課須知

|         |                                                                                                                                                                               |
|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 依據      | 114年度臺北市政府員工休閒隊社常跑社活動實施計畫。                                                                                                                                                    |
| 活動日期與時間 | 114年5月7、14、21、28日（星期三）晚上6：30至8：30（2小時）。                                                                                                                                       |
| 活動地點及內容 | 課程講座：114年5月7日於本府市政大樓西北區2樓N201多功能教室辦理講座，由本局聘請專業老師教授與指導（附件）。                                                                                                                    |
|         | 實地練跑：114年5月14、21、28日於國父紀念館、大巨蛋及松山文創園區。<br>集合地點：市政大樓1樓中庭。<br>（遇雨天時活動地點改於市政大樓內）                                                                                                 |
| 報名對象    | 本府現職員工（含全日借調或支援）、退休人員。                                                                                                                                                        |
| 報名日期及名額 | <b>114年3月28日（星期五）中午12：00起至114年4月9日（星期三）下午5：00止</b> ，正取 <b>30</b> 名，依報名日期及時間順序至額滿為止，早於或晚於報名日期（時間）均不受理。                                                                         |
| 報名方式    | 請填寫Google表單報名（僅限網路報名），報名網址如下，或掃描QR Code填寫，逾期恕不受理。                                                                                                                             |
|         | <a href="https://forms.gle/aXJLZGnKb5EDnXlr5">https://forms.gle/aXJLZGnKb5EDnXlr5</a><br> |
| 注意事項    | 請將報名資料填寫完整，現職員工請務必填寫公務信箱及公務電話，以茲證明身分，退休人員報名時請另附退休證明文件傳送至bs1545@gov.taipei或親自送達地政局人事室魏小姐，報名截止日前未傳送（送達）或非報名對象者，恕不受理。                                                            |
| 錄取名單公告  | 錄取名單將於114年4月18日（星期五）前公告於本局網站（ <a href="https://land.gov.taipei/">https://land.gov.taipei/</a> ）首頁 / 公告資訊 / 最新消息，請報名同仁自行上網查詢。                                                  |

| 個人基本資料            |                                                                      |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------|
| 姓名                | 曾廷瑋                                                                  |
| 專長                | 田徑 中長距離、馬拉松訓練<br>體能訓練法                                               |
| 最高學歷              | 公立大學體育碩士                                                             |
| 獲獎紀錄              |                                                                      |
| 個人榮譽              | 入選 2023 第二屆長明賞 決選名單                                                  |
| 個人紀錄              | 5000 公尺:14 分 54 秒 87<br>10000 公尺:31 分 38 秒 43<br>半程馬拉松:1 時 07 分 52 秒 |
| 最高競賽成就            | 2014 夏季青年奧林匹克運動會 田徑 2000 公尺障礙 第十二名                                   |
| 證照資格              |                                                                      |
| 發照單位              | 證照名稱                                                                 |
| 中華民國田徑協會          | 田徑 C 級教練                                                             |
| 中華民國體育總會          | 田徑專任運動教練                                                             |
| 教學相關經歷            |                                                                      |
| 時間                | 服務單位及職稱                                                              |
| 2022. 12~2023. 03 | 2023 新北市萬金石馬拉松官方訓練營 10K 挑戰馬訓練班_教練                                    |
| 2023. 02~2023. 03 | 新北市政府鐵道馬拉松接力賽訓練營_教練                                                  |
| 2021. 11、2022. 11 | 臺北市府常跑社_講師                                                           |
| 2022. 09~2022. 10 | 新北運動聚點 x 森林跑站 金牌選手體驗課_教練                                             |
| 2019. 11~2022. 06 | 國立政治大學 乙組田徑隊_教練                                                      |
| 2020. 05~2020. 06 | 新北市熱血運動趣 跑步訓練班 教練                                                    |
| 2017. 08~2017. 12 | 2017 台北馬拉松跑步訓練營_助教                                                   |

| 獲獎紀錄         |                       |               |              |
|--------------|-----------------------|---------------|--------------|
| 年度           | 比賽                    | 項目            | 名次           |
| 2023         | 萬金石馬拉松                | 挑戰馬10公里       | 總排一          |
|              | 入選 第二屆長明賞 決選名單        |               |              |
| 2022         | 臺北馬拉松                 | 半程馬拉松         | 總排五          |
|              | LAVA Xtrail福隆站<br>越野跑 | 20 公里         | 總排一          |
|              | 長庚紀念醫院<br>永慶盃路跑賽      | 10.5 公里       | 總排一          |
|              | 長榮航空城市觀光<br>馬拉松       | 半程馬拉松         | 總排二          |
|              | 全國田徑錦標賽               | 3000 公尺障礙賽    | 第一名<br>(破大會) |
| 2021         | 全國運動會                 | 3000 公尺障礙賽    | 第一名<br>(二連霸) |
|              |                       | 5000 公尺       | 第二名          |
|              | 全國大專運動會               | 3000 公尺障礙賽    | 第一名          |
|              |                       | 5000 公尺       | 第一名          |
| 2020         | 台北市秋季盃田徑賽             | 3000 公尺障礙賽    | 第一名          |
|              |                       | 5000 公尺       | 第二名          |
|              | 新北市城市盃田徑賽             | 3000 公尺障礙賽    | 第二名          |
|              | 大專田徑公開賽               | 3000 公尺障礙賽    | 第一名          |
|              | 國道馬拉松                 | 10 公里         | 總排一          |
| 國手資歷         |                       |               |              |
| 2016 亞洲越野錦標賽 |                       | 青年團體組         | 第四名          |
| 2016 亞洲青年錦標賽 |                       | 10000 公尺      | 第五名          |
| 2014 亞洲青年錦標賽 |                       | 3000 公尺障礙賽    | 第四名          |
| 2014 夏季青年奧運  |                       | 2000 公尺障礙賽    | 第十二名         |
| 個人最佳         |                       |               |              |
| 5000 公尺      |                       | 14 分 54 秒     | 歷代 24 名      |
| 10000 公尺     |                       | 31 分 38 秒     | 歷代 36 名      |
| 半程馬拉松        |                       | 1 時 07 分 52 秒 | 歷代第 17 名     |