

出國報告（出國類別：其他）

參加第 28 屆歐洲運動科學研討會出國報告

服務機關：國立體育大學 運動科學研究所

姓名職稱：張淳皓助理教授

派赴國家：法國

出國期間：112 年 6 月 24 日至 7 月 09 日

報告日期：112 年 7 月 17 日

摘要

第 28 屆歐洲運動科學研討會是由歐洲運動科學學會 (European College of Sport Science, ECSS) 所主辦，該學會致力於促進和傳播運動和運動科學領域的多學科和跨學科研究，是非常重要的國際組織。此外，此學會有發行官方期刊，刊名為 *European Journal of Sport Science (EJSS)*，該期刊收錄的文章質量都相當高，皆具高度學術價值可參考的文獻。本人在此次研討會發表 1 篇電子壁報學術論文 (e-poster)。在會議期間，參與數場與運動科學、運動生物力學、運動生理及運動營養等有關的演講及發表場次，了解自己的研究是否還有可深入探討的可能性。且在會場中參觀了多家運動科學儀器廠商，瞭解目前最新儀器之開發趨勢與使用功能及用途，相信對於未來的研究設計上能有所啟發。

目次

一、目的.....	1
二、過程.....	1
三、心得與建議	4
四、附錄（參訪之照片）	5

一、目的

本次出國行程是赴法國巴黎參加由歐洲運動科學學會主辦之第 28 屆歐洲運動科學研討會 (28th Annual Congress of the European College of Sport Science)，此研討會為國際上高度知名且具有相當重要性之學術會議，其性質為運動和運動科學領域的多學科和跨學科之最新研究及技術創新交流，並以培育創新及頂尖運動科學人才發展為主軸，鼓勵年輕研究人員展示自己的作品。本次以電子壁報學術論文方式發表，題目為「Effect of four-week plyometric training on delaying muscle fatigue in rowers」(四週增強式訓練對划船運動員延緩肌肉疲勞的影響)。藉由國際會議的參與以及發表，了解目前最新的運動科學的研究趨勢與發展。

二、過程

以下就本次出席研討會之行程逐一說明：

(一) 行程總表

日期	地點	行程內容
6/24-6/26	臺灣桃園—法國巴黎	啟程赴法，航程中至杜拜進行轉機
6/27-7/3	法國巴黎	私人行程--巴黎市文化古蹟參訪
7/4	巴黎會議宮 (Palais des congrès de Paris)	參加研討會
7/5	巴黎會議宮 (Palais des congrès de Paris)	參加研討會
7/6	巴黎會議宮 (Palais des congrès de Paris)	參加研討會
7/7	巴黎會議宮 (Palais des congrès de Paris)	參加研討會
7/8-7/9	法國巴黎—臺灣桃園	啟程回臺灣，航程中至杜拜進行轉機

(二) 行程內容

1. 私人參觀行程

此次出國因機位關係避開 7 月初赴法的旅遊高峰，提前一週先至巴黎進行著名文化古蹟參訪，安排了羅浮宮 (Musée du Louvre)、凡爾賽宮 (Château de Versailles)，與巴黎古監獄 (La Conciergerie) 參觀。從前總是聽人分享巴黎文化古蹟的宏偉，直到親身到訪才能體會這是多麼的富麗與壯觀，也再一次的複習了歐洲交錯複雜的歷史演進。隨著文化古蹟參訪的尾聲，轉換心情準備參加此次出國的重要任務—學術研討會。

2. 參加歐洲運動科學學會第 28 屆之研討會

第 28 屆歐洲運動科學研討會 (28th Annual Congress of the European College of Sport Science；簡稱 ECSS 2023) 於 2023 年 7 月 4 日至 7 日於法國巴黎市的巴黎會議宮 (Palais des congrès de Paris) 盛大舉行，今年由法國國家體育、專業與表現研究所 (France's National Institute of Sport, Expertise, and Performance, INSEP) 主辦，大會主題設定為「探索、啟發、表現」(Explore, Enlighten, Perform)。發表之論文分為主要五大領域，分別為：(1)「生物力學與動作控制」：生物力學、運動學習和運動控制、神經肌肉生理學；(2)「生理學與營養學」：分子生物學和生物化學、營養學、生理學；(3)「心理學、社會科學與人文學科」：歷史、哲學與倫理、體育教育學、心理學、社會學、體育管理和法律學、教練學、身體活動促進；(4)「運動與運動醫學與健康」：運動醫學和骨科學、健康和健身、物理治療、身體殘障；(5)「應用運動科學」：訓練和測試、運動科技、教練、統計與分析等相關領域研究成果。

大會議程規劃上，4 日為會前會 (Pre-Congress)，5-7 日為主要會議發表日。報告人先於 4 日抵達會場 1 樓大廳辦理報到事宜，領取識別證與大會提供之手冊與提袋後，前往 3 樓的主要會議場地認識各項發表、演講與參展場地的分配位置。當天下午前往聆聽由大會贊助商開特力 (Gatorade) 公司舉辦主題為：

「Evolving Approaches in Sports Nutrition」作為此次大會之衛星研討會的開場專題演講。7月5日至7日為連續3天的專題演講與論文發表（口頭、海報與電子壁報發表），依據大會議程安排，每日的各時段皆有個領域之特邀演講與口頭發表，而海報論文與電子壁報論文展覽以及各種運動科技廠商展覽也同時進行。大會安排每日的海報發表時段為下午（5日：17:00 - 18:00；6日：18:00 - 19:00；7日：13:15 - 14:15），此時發表者需要站在海報前接受評審委員與參加者的提問交流。另，廠商展覽內容包含了各領域之研究設備器材、分析軟體、運動營養補充品、運動傷害防護用品等，將最新產品展列出來，提供與會者試用與意見交換。

前述提及此研討會廣納相當豐富各種運動科學領域學科，在每個時段也規劃了講座及發表，供與會者選擇前往聆聽。於會議期間安排參與多場與本人研究領域相近之講座與發表，如：肌力與體能、身體活動、穿戴裝置等多種探討體能與身體表現之議題，皆是我感興趣的研究領域。會議期間也參與了7月5日 17:00-18:00 領域為 Wearable Technology(可穿戴科技)之特定興趣小組 (Special Interest Groups, SIGs) 座談會，其 SIGs 是提供在大會期間針對相同興趣領域之國際學者進行交流與建立聯繫的一個平台，並同時探索專業學科領域與主題；而本次交流的議題為：「WEARABLE TECHNOLOGIES AND AMBULATORY ASSESSMENT IN MOVEMENT AND EXERCISE」，由6位講者共同針對此主題發表演說並即時的與聽眾進行意見交流互動，令我印象非常深刻，也對未來研究有了不同的新想法。當天傍晚出席了由 Jean Monnet University 之 Dr. Millet 與 Royal Military Academy/Vrije Universiteit Brussel 之 Dr. Pattyn 共同主講之「FIFTY SHADES OF FATIGUE: WHICH COLOUR IS THE ELEPHANT IN THE ROOM?」為題之大型演講，此演講即以疲勞作為主軸，借鑒認知科學、臨床心理學、運動生理學和醫學實踐等不同專業的概念，展示這些專業領域之間共同點如何幫助我們提高知識。

(三) 電子壁報學術論文發表

此次研討會本人的發表一篇電子壁報學術論文，論文投稿至 *Biomechanics & Motor control* 的主題，發表題目為：Effect of four-week plyometric training on delaying muscle fatigue in rowers（四週增強式訓練對划船運動員延緩肌肉疲勞的影響），投稿資訊收錄於大會手冊第 92 頁。此次發表的研究目的在於探討划船運動員在經歷了四週的增強式訓練對於延遲肌肉疲勞的影響。本研究設計為雙組別、前後測研究（2000 公尺划船測功儀計時賽），參與者為國內划船隊選手共 12 位，平分至兩組（增強式訓練組與傳統訓練組），透過 4 週的訓練後，結果顯示增強式訓練組選手股內側肌的疲勞指數顯著低於傳統訓練組。期待本研究結果能協助國內划船隊教練提升選手們的肌肉適能與專項表現。

三、心得與建議

(一) 心得

在教育部與國科會的補助下，本人第一次參與歐洲運動科學學會的研討會，出發前即以期待的心情能在會議上收穫滿滿，對於國際大型研討會的規模以及主辦單位的安排令我感到敬佩與讚嘆，尤其與會的學者來自世界不同國家，來自臺灣參與者也相當踴躍，據大會統計臺灣參與學者為全球第六名之多。透過 4 天的會議期間參與了多場講座與發表，並參觀了各種儀器參展攤位，吸收了多元的知識與觀點，瞭解了國際相關運動科學的最新研究與實務應用的趨勢，往後仍然會持續把握機會多參與國際學術會議以提升自我能力與研究廣度。

(二) 建議

1. 多參與以運動科學、運動科技、運動生物力學、運動生理學等相關國際會議，以學習國際相關領域之最新研究與應用之趨勢。
2. 未來會鼓勵學生積極參與國際研討會，藉由與會交流以提高學術知識與見識。

四、附錄（參訪之照片）



報告人於會場報到處留影



報告者於大會看板留影



報告人於發表電子壁報前留影



大會專題演講



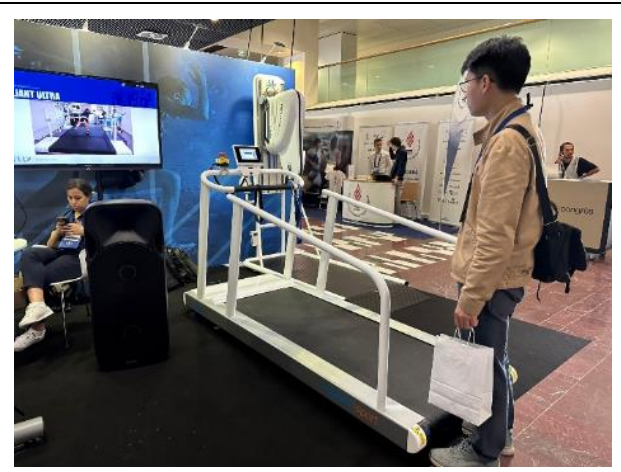
特定興趣小組座談會



大會專題演講



海報發表場地之一



發表人參觀檢測設備之留影



發表人於巴黎市政廳廣場與奧運五環合影



攜回之會議手冊