

国家体育总局网球运动管理中心

网球字（2025）18 号

网球中心关于实施 2025 年度青少年网球 运动员体能测试准入制的通知

各省市项目管理中心、网球队、俱乐部、个人：

2024 年我中心新推出的青少年网球运动员体能测试准入制的成功实施，赢得了业界、相关单位、运动员、教练员、家长等社会各界的一致好评和大力支持。在取得良好效果的基础上，为持续促进全国网球训练单位及运动员加强对体能训练的理解、认识和重视，引导全国适龄网球运动员从青少年阶段开始进行科学有效地体能训练，经研究，结合全国青少年网球积分排名系列赛和国家青少年队选拔工作，我中心将于 2025 年 3 月开始实施 25 年度青少年网球运动员体能测试准入制度，现将具体事项通知如下：

一、准入事项

青少年网球运动员体能测试准入包括青少年 A 系列赛事的参赛准入、国家青少年队选拔准入以及体测成绩优秀奖励准入。



（一）赛事准入

全国青少年网球积分排名系列赛 A 类赛事中 U12、U14 各分站赛及总决赛，U16 总决赛纳入准入赛事范围。参赛运动员须参加赛前赛区组织的体能测试，达到标准者方可参赛。

（二）选拔准入

在各级国家青少年队选拔中实施体能测试准入，选拔工作前将组织运动员进行体能测试，达标者方可参加后续的选拔活动。

（三）奖励准入

鼓励运动员努力提高身体素质和能力水平，给予在赛事和选拔准入体测中表现优异的运动员参赛外卡奖励，达标者可获得中心和协会主办的国内、国际青少年赛事外卡分配的入围资格，外卡发放由中心统筹安排。

二、测试项目

全部测试项目共计 9 项，满分 100 分。涵盖了速度、力量、耐力、协调等项目类别，其中必测项 7 项、选测项 4 项，具体项目及成绩分数标准见附件。

三、准入分数及标准

（一）赛事准入

1. 体测分数达到 50 分及以上者获得分站赛参赛资格；
2. 体测分数达到 65 分及以上者获得总决赛参赛资格；



3. 运动员在一站分站赛中体测达标，即可将获得全年剩余分站赛的准入资格；

4. 在分站赛中体测成绩达到总决赛准入分数者，总决赛不再重复体测；

5. 体测中如有两项以上单项分数达不到 3 分者，视为测试不达标；

6. 每名运动员全年分站赛中有且仅有一次体测未达标但仍可参赛的机会；总决赛所有运动员体测必须达标参赛。

（二）选拔与奖励准入

1. 体测分数达到 75 分及以上者（以选拔现场体测分数为准），可获得继续参加选拔资格；

2. 在分站赛、总决赛及选拔活动中体测分数达到 90 分及以上者，可获得外卡奖励资格；

3. 体测中如有一项分数达不到 3 分者，视为测试不达标。

四、体能测试的组织

体测准入制度中的体能测试项目、测试规则、测试内容及流程、评分标准，将按照《2025 年青少年网球运动员体能测试方案》严格执行。其中，分站赛的体能测试由各赛区负责，中心体能测试工作组负责指导；青少年总决赛的体能测试由中心体能测试工作组负责；选拔体能测试由中心选拔工作组负责。分站赛、总决赛、选拔体测具体实施方案以活动补充通知为准。



五、咨询联系人及方式

如对体能测试项目及流程等需要咨询和进一步了解，请与以下人员联系：

体能组： 黄 鑫 13701023529

 赵彦斌 15010048009

中心联系人： 于 珂 13501121334

特此通知。

附件：2025 年青少年网球运动员体能测试方案

