



沙田節 – 活力無限 · 沙田花式跳繩比賽 參賽者須知

一) 基本資料

- 日期： 2023年7月23日（星期日）
地點： 沙田源禾路體育館（沙田源禾路8號）
時間： 08:30 - 10:25 男子組（組合二、組合三）
10:35 - 12:30 男子組（組合一、組合四、組合五）
13:30 - 15:30 女子組（組合三、組合四、組合五）
15:45 - 18:00 女子組（組合一、組合二）

二) 比賽流程

	時間	活動	組別	地點	
第一節	08:30 - 08:45	報到及熱身	男子組 (組合二、組合三)	主場館	
	08:45 - 09:00	比賽簡介及召集			
	09:00 - 09:32	比賽進行			
	09:40 - 10:25	總成績頒獎禮			
第二節	10:35 - 10:50	報到及熱身	男子組 (組合一、組合四、 組合五)		
	10:50 - 11:05	比賽簡介及召集			
	11:05 - 11:37	比賽進行			
	11:45 - 12:30	總成績頒獎禮			
午休					
第三節	13:30 - 13:45	報到及熱身	女子組 (組合三、組合四、 組合五)		
	13:45 - 14:00	比賽簡介及召集			
	14:00 - 14:36	比賽進行			
	14:45 - 15:30	總成績頒獎禮			
第四節	15:45 - 16:00	報到及熱身	女子組 (組合一、組合二)		
	16:00 - 16:15	比賽簡介及召集			
	16:15 - 17:03	比賽進行			
	17:15 - 18:00	總成績頒獎禮			

三) 報到

- 參賽者必須根據所屬組別報到時間到達場地報到。
- 參賽者於報到時必須出示正本 / 副本之身份證明文件（香港身份證 / 香港出生證明書 / 護照），否則不能於當天參賽。

四) 比賽須知

- 比賽召集
 - 流程：留意電子顯示牌 -> 「召集處」召集 -> 進場比賽
 - 比賽場地設有電子顯示牌，所有召集之場次將透過顯示牌顯示，請根據牌內所顯示之場次到「召集處」召集，例如：牌內顯示「05 - 08」即代表場次05至08的參賽者須到「召集處」召集。
 - 比賽設「召集處」，所有項目之參賽者必須先到「召集處」召集方可進入比賽場區比賽。



- 召集時，參賽者必須出示身份證明文件（香港身份證 / 香港出生證明書 / 護照）之正本 / 副本給工作人員檢查，如未能出示者則當違規論，該參賽者會被取消資格。
- 比賽進行
 - 參賽者進入比賽場區時，必須出示身份證明文件（香港身份證 / 香港出生證明書 / 護照）之正本 / 副本給裁判核對，如未能出示者則當違規論，該參賽者會被取消資格。
 - 每位參賽者可由最多一位教練 / 老師 / 家長陪同進入比賽場區。
 - 賽程按比賽出場序順序進行，比賽時間以當日大會宣佈為準。
- 成績公佈
 - 所有成績將於本校免費跳繩 App 內公佈，可先行到以下網址下載（<http://app.hkrsa.asia>）或當日向在場工作人員查詢。
- 領取獎項
 - 總成績獎盃：獎盃將於總成績頒獎禮中頒發。
 - 單項獎牌：場內設有「領獎區」，需自行到「領獎區」領取。
 - 成績公佈內列明每項成績的「運動員編號」，領獎時需向工作人員提供相應「運動員編號」方可領取獎牌。

運動員編號	姓名	性別	出生年份	項目	項目一	排名	項目二	排名	項目三	排名	總成績	排名
A001	陳大明	男	2011	組合二 (較剪跳 後繩雙腳跳 開合跳)	47	1	26	2	16	1	89	1
A002	張小明	男	2011	組合二 (較剪跳 後繩雙腳跳 開合跳)	30	2	27	1	11	2	68	2
A003	李大輝	男	2012	組合二 (較剪跳 後繩雙腳跳 開合跳)	43	1	27	1	20	1	90	1

五) 比賽獎項

- 各組別單項比賽之冠、亞、季、殿軍將分別獲發獎牌一面。
- 各組別之總成績冠、亞、季、殿軍將獲發獎盃一個（總成績是3個單項名次之總和，低分者勝）。
- 如成績相同，名次並列，其中一位參賽者之獎牌需要稍後時間補領。
- 如總成績相同，將按照以下項目排名決定名次：項目一 > 項目二 > 項目三。
- 是次賽事設「領獎處」，可自行到「領獎處」領取單項獎牌。

六) 證書及訂製獎座

- 所有參賽者將會獲發參與證書一張。
- 比賽設有「證書列印區」，如參賽者有需要列印得獎證書，每張證書費用為港幣\$50，每張證書只列印一個項目，名次及項目不限，列印時需向工作人員提供相應「運動員編號」。



七) 比賽規則

- 比賽通則
 - 所有比賽項目由本校裁判計算參賽者之成績。
 - 參賽者於比賽開始前擺動繩子會被判偷步違例。
 - 當中央廣播比賽聲帶播至「Set」後，參賽者之繩子必須進入完全靜止狀態，直至「Beep」的號令出現，否則作偷步違例，成績會被扣5下。
 - 當裁判示意“TIME OUT（事項）”時，表示參賽者違規，在違規時所做的動作分數將不會被計算，直至參賽者糾正違規情況，分數才會再次被計算，例如：“Time Out 鞋帶”，即表示參賽者鞋帶鬆脫，參賽者需把鞋帶系好才會再次計算分數。
- 比賽開始
 - 比賽開始時，中央廣播會發出以下號令：「Judges Ready, Skippers Ready, Set, Beep」；如果有參賽者偷步，比賽會繼續進行。
- 比賽完結
 - 比賽完結時，中央廣播會發出「Beep」號令。
- 是次比賽不設上訴，比賽結果均以當場裁判裁決結果為準，大會擁有對賽事之最終裁決權。

八) 其他

- 遇惡劣天氣安排
 - 如比賽當日天文台於報到時間前2小時，發出或考慮發出「八號或以上風球」或「黑色暴雨警告信號」，當日賽事將會取消並另行安排比賽日期。
 - 比賽延期：參賽者之報名費將不獲退還
 - 比賽取消：參賽者可獲退還一半報名費
 - 如比賽當日天氣欠佳（例如：黃色暴雨警告信號），比賽將按原定時間進行，參賽學校亦須依時向大會報到。
 - 最新消息請留意本校網頁及 Facebook（www.hkrsa.asia / [www.fb.com/hkrsa.asia](https://www.facebook.com/hkrsa.asia)）。
- 比賽場區尺寸最少為3m x 3m。
- 大會可隨時對本章程作出修改。