



全港網上分齡跳繩比賽 2020 – 比賽章程 (個人項目)

中國香港跳繩總會將於 2020 年 11 至 12 月舉行「全港網上分齡跳繩比賽 2020」。鑑於新型冠狀病毒病(COVID-19)持續，為保障各參賽者安全，本會決定是次賽事將以網上形式進行，並只舉辦個人項目之賽事。本會會以世界跳繩聯盟(IJRU)所訂立的跳繩比賽規則作為藍本，加入及修訂一套適合本地賽事的跳繩比賽規則，為求令賽事公平、公正及公開進行。並希望能透過是次網上跳繩比賽，讓更多不同年齡的運動員參加比賽及互相切磋較量。比賽詳情及規則如下：

第一部分：參賽資料

比賽組別	出生年份		參賽項目
個人賽 (男子組/女子組)	1	7 歲或以下 (2013 年或之後出生)	1. 單人繩速度跳比賽 (30 秒) 2. 單人繩速度耐力跳比賽 (3 分鐘) 3. 單人繩個人花式比賽 (45 至 75 秒) 4. 單人繩三重耐力跳#
	2	8 - 9 歲 (2011 - 2012 年出生)	
	3	10 - 11 歲 (2009 - 2010 年出生)	
	4	12 - 13 歲 (2007 - 2008 年出生)	
	5	14 - 15 歲 (2005 年 9 月 1 日 - 2006 年出生)	
	6	16 - 18 歲 (2002 - 2005 年 8 月 31 日出生)	
	7	19 - 23 歲 (1997 - 2001 年出生)	
	8	24 - 29 歲 (1991 - 1996 年出生)	
	9	30 歲或以上 (1990 年或之前出生)	
個人挑戰賽 (男子組/女子組)	10	15 歲或以下 (2005 年 9 月 1 日或之後出生)	
	12	16 歲或以上 (2005 年 8 月 31 日或之前出生)	

#單人繩三重耐力跳將列為獨立項目，成績不會計算於總成績內，並只接受 16 歲或以上個人組別報名。

- I. 如非特別註明，參賽者則按照出身年份決定參賽組別。
- II. 若個人賽中任何一個參賽組別少於 3 位運動員參賽，該組將與同年齡異性組別的成績作比較決定名次。
- III. 是次個人賽事接受單項報名(不包括單人繩三重耐力跳比賽)，而運動員必須完成所有項目才會獲得總成績計算。



中國香港跳繩總會

HONG KONG ROPE SKIPPING ASSOCIATION, CHINA | SINCE 1997

第二部份：參賽資格

- I. 所有參賽運動員必須擁有有效的中國香港跳繩總會之會員資格(即 2020 年 9 月至 2021 年 8 月期間)· 方可參加是次「全港網上分齡跳繩比賽 2020」。
- II. 所有參賽運動員只可代表一個屬會/觀察屬會/團體會員參賽/個人會員/學校會員。若發現運動員同時代表兩個不同會員身份參賽· 該運動員會被取消是次分齡賽的參賽資格及成績。
- III. 比賽組別：個人賽
 1. 非本會舉辦的全港分齡跳繩比賽 2017-2019 年度中獲得個人賽總成績首三名的運動員· 及；
 2. 非 2017-2019 中國香港跳繩代表隊成員。
- IV. 比賽組別：個人挑戰賽
 1. 於本會舉辦的全港精英跳繩比賽 2017-2019 年度中· 非個人賽總成績首三名的得獎者· 或；
 2. 於 2017-2019 年度為中國香港跳繩代表隊成員· 只限團體賽或表演盃之運動員。

第三部份：比賽規則

- I. 除特別聲明外· 是次賽事比賽規則會以世界跳繩聯盟(IJRU)所訂立的跳繩比賽規則作為藍本· 加入及修訂一套適合本地賽事的跳繩比賽規則· 為求令賽事公平、公正及公開進行。(詳情請瀏覽國際跳繩聯合會網頁：<https://ijru.sport> 及本會網頁 <http://hkrsa.com>)
- II. 所有運動員必須遵守本會所制定的各項比賽規則及編排。

第四部份：參賽注意事項

- I. 比賽將依據「全港網上分齡跳繩比賽 2020 – 比賽規則」執行。
- II. 是次個人賽成績將會成為參加「全港精英跳繩比賽 暨 香港代表隊選拔賽」個人賽的參賽資格。
- III. 所有參賽者必須穿著運動服及運動鞋參賽· 以確保安全。
- IV. 本會在需要時可調動、修改或取消任何已編訂之賽事。

Address: Workshop F on 11/F, Leapont Centre, Nos. 18-28 Wo Liu Hang Road, Shatin, N.T., Hong Kong

地址: 香港新界火炭禾寮坑路 18-28 號聯邦中心 11 樓 F 室

電話 Tel: 9464 9757 傳真 Fax: 3020 5764

電郵 Email: hkrsa.com@gmail.com 網頁 Website: www.hkrsa.com



中國香港跳繩總會

HONG KONG ROPE SKIPPING ASSOCIATION, CHINA | SINCE 1997

第五部份：參賽影片及規格

- I. 參賽影片檔案名稱：
 1. 單人繩速度跳比賽 (30 秒) : SR_30s_姓名
 2. 單人繩速度耐力跳比賽 (3 分鐘) : SR_3mins_姓名
 3. 單人繩個人花式比賽 (45 至 75 秒) : Freestyle_姓名
 4. 單人繩三重耐力跳 : SR_Tri_姓名
- II. 參賽影片必須能清楚、完整地看到參賽者全身及繩，並且清楚聽到比賽聲帶及音樂。
- III. 參賽影片不可剪接、不可進行任何後期製作及加入任何特效，如有發現，會即時取消是次比賽的所有參賽項目資格。
- IV. 參賽影片規格為 MP4 或 MOV (適用於一般智能手機拍攝)。
- V. 每項比賽只可遞交一段參賽影片。
- VI. 於單人繩個人花式比賽參賽音樂播放前，參賽者必須使用並加入本會提供的聲帶「BEEP」，裁判會由聲帶發出「BEEP」後開始計算時間及分數。(如沒有加入聲帶，會以失誤分 1 次計算，聲帶可於 <https://www.hkrsa.com/local-competition> 下載)。
- VII. 參賽影片內所拍攝的必須是參賽者本人，影片內必須於該項目開始前在拍攝鏡頭前清晰展示參賽者姓名及身份證號碼(英文字母及頭四位數字，例；A1234)。
- VIII. 詳細可留意我們示範影片(<https://www.hkrsa.com/local-competition>)。

第六部份：比賽裁判

- I. 中國香港跳繩總會將招募及派出合資格裁判。
- II. 速度比賽將由 3 名速度裁判統計跳繩次數，最終成績將由最接近的 2 位裁判所統計的次數之平均數作計算。
- III. 花式比賽將由主裁判、難度裁判、技術裁判所組成的裁判團評分。(比賽將依照中國香港跳繩總會「全港網上分齡跳繩比賽 2020 – 比賽規則」)，裁判團人數如下：
 1. Head Judge : 1 人
 2. Athlete Presentation : 2 人
 3. Routine Presentation : 2 人
 4. Required Element : 2 人
 5. Difficulty : 3 人
- IV. 整個賽事之裁決，以當日總裁判長為最後決定。

Address: Workshop F on 11/F, Leapont Centre, Nos. 18-28 Wo Liu Hang Road, Shatin, N.T., Hong Kong

地址: 香港新界火炭禾寮坑路 18-28 號聯邦中心 11 樓 F 室

電話 Tel: 9464 9757 傳真 Fax: 3020 5764

電郵 Email: hkrsa.com@gmail.com 網頁 Website: www.hkrsa.com



中國香港跳繩總會

HONG KONG ROPE SKIPPING ASSOCIATION, CHINA | SINCE 1997

第七部份：成績公佈

- I. 比賽結果將於 2020 年 12 月 15 日在本會網頁 (<https://www.hkrsa.com/local-competition>) 及 Facebook 專頁公佈。
- II. 由於是次賽事以網上形式進行，因此不設上訴機制。
- III. 獲獎運動員可於 2021 年 1 月 4 日至 6 月 30 日，親身到本會辦公室領取獎牌及獎盃。
- IV. 如單項項目出現名次相同，每位優勝者均可獲得獎牌。(如出現雙冠軍將不設亞軍，如此類推。)
- V. 參賽人數不足組別的成績將會與同年齡的組別成績比較，而被比較組別的成績會獨立計算並可獲其本身所屬組別的獎牌。
- VI. 參賽者總成績計算方法是以個人所有項目名次的總和作計算，若參賽者缺席任何一個項目均不會計算總成績。(單人繩三重耐力跳成績不會計算於總成績內)
- VII. 如個人賽單項花式項目出現名次相同，將依照世界跳繩聯盟所訂立的世界跳繩錦標賽 2020 規則 7.6.2 之細則。
- VIII. 如個人賽總成績出現名次相同，將依照世界跳繩聯盟所訂立的世界跳繩錦標賽 2020 規則 7.6.3 之細則。
- IX. 獎項
 1. 個人賽 / 個人挑戰賽 (單項)：每個比賽組別均設冠、亞及季，將獲頒獎牌乙面。
 2. 個人賽 / 個人挑戰賽 (總成績)：每個比賽組別均設冠、亞及季，將獲頒獎盃乙座。
- X. 參賽運動員可向本會申請購買參賽證書及得獎證書。詳情請聯絡本會職員。
 1. 參賽證書 - 每張港幣 五十元正
 2. 得獎證書 - 每項項目每張港幣 五十元正、總成績每張港幣 一百元正

第八部份：比賽費用

- I. 參賽費用
 1. 個人賽 (全項)：每位收費港幣 三百元正
個人賽 (單項)：每項每位收費港幣 一百五十元正
 2. 個人挑戰賽 (全項)：每位收費港幣 三百五十元正
個人挑戰賽 (單項)：每項每位收費港幣 一百七十元正
- II. 上述收費已包括 參賽 及 裁判 費用。
- III. 付款方法：請以劃線支票抬頭寫上「中國香港跳繩總會有限公司」
- IV. 有關是次賽事的報名費用收據，將以電郵形式發放。

Address: Workshop F on 11/F, Leapont Centre, Nos. 18-28 Wo Liu Hang Road, Shatin, N.T., Hong Kong

地址: 香港新界火炭禾寮坑路 18-28 號聯邦中心 11 樓 F 室

電話 Tel: 9464 9757 傳真 Fax: 3020 5764

電郵 Email: hkrsa.com@gmail.com 網頁 Website: www.hkrsa.com



中國香港跳繩總會

HONG KONG ROPE SKIPPING ASSOCIATION, CHINA | SINCE 1997

第九部份：報名方法

- I. 填妥報名表後，連同劃線支票親身或郵寄至「新界火炭禾寮坑路 18-28 號聯邦中心 11 樓 F 室「中國香港跳繩總會」，請於信封正面註明「全港網上分齡跳繩比賽 2020 報名表(會員名稱)」。報名一經接納，所繳費用將不獲退回。
- II. 各會員需提交一張支票支付所屬的運動員之報名費用。所有資料必須與報名表格上的資料相符。如於報名時同時申請成為本會會員，請以另一張支票提交入會費用。
- III. 所須遞交之文件如下**：
 1. 已蓋印的比賽報名表正本
 2. 運動員名單
 3. 劃線支票(抬頭寫上「中國香港跳繩總會有限公司」)
 4. 運動員聲明正本(未滿 18 歲的運動員必須由其家長 / 監護人簽署聲明書)
 5. 參賽者身份證明文件副本
 - A. 屬會 / 觀察屬會 / 團體會員 / 個人會員 - 香港身份證 / 護照
 - B. 學校會員 - 學生證或學生手冊影印本
 6. 參賽影片(將影檔案存入 USB 內，並親身遞交)

**第 1 – 5 項文件必須於截止日期或之前(以本會收到報名表格日期或信封上郵戳所示日期為準)親身或郵遞到本會；第 1 – 2 項文件必須於截止日期或之前，以電郵方式發送電子副本至 hksa.com@gmail.com；第 6 項文件只接受親身遞交到本會辦公室。
- IV. 報名日期：由即日起至 2020 年 11 月 30 日下午 5 時或之前。
- V. 參加者必須於截止日期或之前提供並完成上述所有程序及資料，否則本會將不接納其報名。
- VI. 所有報名資料遞交後，若因參賽資格不符而不被接納，本會將不會退回有關報名費用。
- VII. 截止日期前未收到參賽影片將作自動棄權論，所繳交的費用均不獲退款。
- VIII. 每位會員 / 每個會員單位只有一次補交或修改已遞交報名資料的機會，所有報名資料如有更改，會按照第二次以遞交時間為準，唯第二次遞交報名表格的方式均與上述報名方法一樣。(即需於截止日期或之前，以親身或郵遞遞交有關資料，並以電郵方或通知本會提出修改的申請。)
- IX. 若遞交報名表後未能收到確認電郵，請盡早與本會職員聯絡。

Address: Workshop F on 11/F, Leapont Centre, Nos. 18-28 Wo Liu Hang Road, Shatin, N.T., Hong Kong

地址: 香港新界火炭禾寮坑路 18-28 號聯邦中心 11 樓 F 室

電話 Tel: 9464 9757 傳真 Fax: 3020 5764

電郵 Email: hksa.com@gmail.com 網頁 Website: www.hksa.com



中國香港跳繩總會

HONG KONG ROPE SKIPPING ASSOCIATION, CHINA | SINCE 1997

第十部份：其他注意事項

- I. 參賽者須自行安排拍攝地點，必須確保場地周邊設備使用安全等，且防止周圍存有雜物，以免發生意外。
- II. 拍攝影片時，本會建議參賽者須由至少一名成年人陪同，以免發生意外。
- III. 參賽者必須確保其健康及體能良好，適宜參加是次比賽。如果因疏忽或健康或體能欠佳，而引致於參加是次比賽時傷亡，本會將不會負責。
- IV. 所有參賽影片將有機會上載於本會社交平台以作宣傳等用途。
- V. 如有任何疑問，歡迎於本會辦公時間致電 9464 9757 或電郵 hkrsa.com@gmail.com 與本會聯絡。

* 如有任何爭議，本會保留最終決定權 *

2020年9月29日修訂

Address: Workshop F on 11/F, Leapont Centre, Nos. 18-28 Wo Liu Hang Road, Shatin, N.T., Hong Kong

地址: 香港新界火炭禾寮坑路 18-28 號聯邦中心 11 樓 F 室

電話 Tel: 9464 9757 傳真 Fax: 3020 5764

電郵 Email: hkrsa.com@gmail.com 網頁 Website: www.hkrsa.com