



香海正覺蓮社佛教梁植偉中學 主辦

繩舞館(Jumper) 協辦

「梁植偉盃」小學跳繩邀請賽2019

JUMPER

【比賽章則】

宗旨：推廣花式跳繩運動，給予同學們一個展示才能的機會。

日期：二零一九年二月二十三日（星期六）

時間：上午八時四十五分至下午十二時三十分

地點：本校一樓禮堂

組別：男、女子組

賽制：

(一) 參賽組別

- 每所學校可派出男子組、女子組別(各一)。
- 每所學校的男、女子組別分別可參加全部五項賽事，每組別最少須參加三項。
- 每個組別的每名運動員不可參與多於三項賽事。(親子組例外)
- 每個組別中的每一項目最多可派出兩名/隊運動員。(親子組例外)
- 橫排跳及四人大繩設有後備，同時須留意每個組別的每名後備運動員不可參與多於三項賽事。

(二) 比賽項目

類別	項目	內容
單人繩	單車步	■ 30秒內完成左右腳交替跳的成功過繩次數。 ■ 每一下計算方法：右腳成功過繩次數。
	交叉開	■ 30秒內完成交叉開跳的成功過繩次數。 ■ 每一下計算方法：前交叉跳+前繩跳。
	二重	■ 30秒內完成二重跳的成功過繩次數。
雙人繩	橫排跳	■ 30秒內完成橫排跳的成功過繩次數。 ■ 每一下計算方法：兩名運動員並排站立，計算同時過繩次數。
大繩	四人大繩	■ 一分鐘內完成四人大繩的成功過繩次數。 ■ 兩名運動員負責擺繩；另外兩名運動員直接站在繩中間開始，無須入繩。 ■ 每一下計算方法：兩名運動員同時過繩次數。
	親子朋友跳(新增項目)	■ 不分男、女子組 ■ 30秒內完成朋友跳的成功過繩次數。 ■ 每一下計算方法：由一位家長負責擺繩，計算親子同時過繩次數。

(三) 附則

- 各運動員需自備繩子參賽，繩子種類不限。
- 參賽者於比賽開始前，即聲帶播放中擺動繩子，會被判偷步違例，扣減成績5下。
- 個人繩及雙人繩項目場區面積為4X4米，大繩場區面積為8X4米，而場區將用膠紙劃分。

(四) 獎項

個人獎項

- 男、女子組的每項目均設有冠、亞、季及殿軍獎牌。
- 成績若相同，名次並列時，其中一位/隊參賽者之獎牌則日後補發。

團體獎項

項目名次	第一名	第二名	第三名	第四名	第五名	第六名	第七名	第八名	第九名或以後
得分	10	8	7	6	5	4	3	2	1

- 以每所學校為單位，根據每個項目的男子及女子組名次而計算總成績分數，親子朋友跳不計算在內，設有全場冠、亞及季軍，各獲獎盃乙座；如若總分相同，則以下項目次序之名次判定總成績。

(四人大繩→雙人橫排跳→單人繩三項成績總和)

(五) 預算當日流程

- 08 : 45 am - 學校報到、熱身
- 09 : 00 am - 開幕禮
- 09 : 15 am - 比賽開始
- 12 : 00 noon - 跳繩同樂、花式表演、頒獎禮

* 各校參賽運動員的出賽先後次序將另行通知

比賽制服：必須穿著印有學校名稱/簡稱/校徽的運動服參賽，參賽運動員必須穿著不脫色運動鞋。違規者不准出賽或被取消該場賽事之成績。

報名方法：由即日起至二零一九年一月十一日瀏覽本校網頁

「<http://www.blcwc.edu.hk/sports/1819/index.html>」，下載並填妥電子報名表格，將檔案名稱及電郵標題改為blcwc_rsc_school name，然後電郵至 cmm@blcwc.edu.hk，貴校將收到本校的回覆郵件以作確認。

召集報到：參賽者請於各場比賽開始前15分鐘，帶同學生證或學生手冊正本，到本校禮堂召集處報到，並等候出場，如宣佈召集五分鐘後仍未報到者，會被取消比賽資格。

裁判：由繩舞館(Jumper)派出專業裁判，各參賽者必須服從判決；是次比賽不設上訴，比賽結果以裁判的即時判決為準。

費用：全免。

比賽查詢：朱雯敏老師，電話 24676393 或 24676672，傳真 24552060。另外，比賽章則已上載學校網頁，歡迎瀏覽「<http://www.blcwc.edu.hk/sports/1819/index.html>」。

惡劣天氣安排：如於比賽當天上午七時或以前，教育局發出停課宣佈，比賽將延期舉行，請留意本校網頁「www.blcwc.edu.hk」發放之最新資料。

附註：所有章則之內容，本校有權按實際情況作出適當修訂，各參賽者不得異議。