



# 中國香港跳繩總會

## Hong Kong Rope Skipping Association, China

Affiliated with International Rope Skipping Federation and Asian Rope Skipping Federation

### 全港中小學跳繩比賽 2010

#### 領隊須知

##### 小學組

日期：2010年5月1日（六）小學組

時間：上午九時三十分 至 下午五時

地點：元朗鳳琴街體育館

#### 5月1日（六）比賽日程序及須知

9:45 - 10:10	報到時間	參賽隊伍須於上午10時10分前到達主場館報到。 所有未能於報到時間內報到的參賽學校，將被取消資格。
	比賽出場序	比賽出場序以報名次序決定，已於本會網頁公佈。
9:30 - 2:50	熱身時間	熱身時間於上午9時30分開始，參賽者須在熱身前換上比賽服飾。
	召集時間	每項比賽之召集時間為比賽前15分鐘，比賽前5分鐘仍未到達召集處者，均作棄權論。
10:15 - 3:00	比賽開始	參賽隊伍按比賽出場次序出賽。
3:00 - 3:30	跳繩交流	歡迎所有參賽學校一同參與
3:45	頒獎禮	小學組賽事完結

##### 中學組

日期：2010年5月2日（日）中學組

時間：上午十時正 至 下午四時正

地點：天水圍體育館

#### 5月2日（日）比賽日程序及須知

10:30 - 10:55	報到時間	參賽隊伍須於上午10時55分前到達主場館報到。 所有未能於報到時間內報到的參賽學校，將被取消資格。
	比賽出場序	比賽出場序以報名次序決定，已於本會網頁公佈。
10:15 - 2:25	熱身時間	熱身時間於上午10時15分開始，參賽者須在熱身前換上比賽服飾。
	召集時間	每項比賽之召集時間為比賽前15分鐘，比賽前5分鐘仍未到達召集處者，均作棄權論。
11:00 - 2:30	比賽開始	參賽隊伍按比賽出場次序出賽。
2:30 - 3:15	跳繩交流	歡迎所有參賽學校一同參與
3:15	頒獎禮	中學組賽事完結



# 中國香港跳繩總會

## Hong Kong Rope Skipping Association, China

Affiliated with International Rope Skipping Federation and Asian Rope Skipping Federation

### 其他事項

獎勵：	1. 個人單項比賽之冠、亞、季將獲發獎牌一面及證書一張 2. 團體比賽之冠、亞、季軍隊伍將獲發獎盃一座，所有隊員將獲發獎牌一面及證書一張 (個人單項比賽及團體比賽獎項將於頒獎禮後一次過派發給有關學校) 每組之總成績冠、亞、季軍隊伍將獲發獎盃一座 (隊際之獎項將會於所有賽事完結後於頒獎典禮頒發)
取消：	如比賽當日上午 7 時前天文台懸掛八號或以上風球或紅色暴雨警告訊號，當日賽事全部取消。詳情另行通知。
其他事項：	1. 比賽進行期間，任何人士如未經許可，不得進行攝影活動。 2. 比賽將不設午膳時間，各學校請提醒學生自備飲料及膳食。 3. 請小心保管攜來物件。 4. 本須知如有未盡善處，賽會有權隨時修改。
查詢電話：	如有查詢，請致電 9464 9757 與杜小姐聯絡

### 運動員出賽程序：

1. 於比賽開始 15 分鐘前到召集處等候
2. 工作人員為運動員核對身份證明文件
3. 工作人員帶領運動員到比賽場區
4. 工作人員將運動員之身份證明文件放到證件領取處
5. 比賽開始，運動員進行比賽
6. 比賽結束，運動員到證件領取處取回身份證明文件

### 注意事項：

- 1) 各隊之報名費收據將於當日報到時派發
- 2) 運動員須在比賽前於召集處出示身份證明文件讓工作人員核對，否則賽會有權取消其參賽資格。  
\*\*(身份證明文件必須包含以下資料：姓名、性別、出生日期、就讀學校)  
\*\*(賽會建議參賽學校以學界運動員註冊証作為運動員之身份證明文件)
- 3) 個人比賽成績若相同時，名次並列，而獎牌則日後補發。



# 中國香港跳繩總會

## Hong Kong Rope Skipping Association, China

Affiliated with International Rope Skipping Federation and Asian Rope Skipping Federation

#### 4) 隊際獎項計分方法

- 每組獨立計分，計分方法如下：

	第一名	第二名	第三名	第四名	第五名	第六名	第七名	第八名
個人項目	9	7	6	5	4	3	2	1
團體項目	18	14	12	10	8	6	4	2

- 如總分相同，則以以下項目次序之名次判定隊制名次。

(交互跳花式→交互跳速度賽→大繩賽→個人花式→2分鐘速度耐力跳→2重跳→30秒速度跳。)

\*\*\*校際獎項若成績相同，賽會會比較相關學校丙組之隊際分數判定名次之先後。

**\*\*\*\*中國香港跳繩總會擁有是次活動的最終修改權，請各學校留意\*\*\*\***



# 中國香港跳繩總會

## Hong Kong Rope Skipping Association, China

Affiliated with International Rope Skipping Federation and Asian Rope Skipping Federation

### 全港中小學跳繩比賽 2010

#### 領隊須知(續)

#### 比賽流程

2010年5月1日 (星期六)		
小學組賽事		
時間	項目	備註
9:45 – 10:10	報到	9:30 進場
10:15 – 10:45	30 秒速度跳	
10:45 – 11:10	連續 2 重跳	
11:10 – 11:15	30 秒 2 重跳	
休 息		
11:20 – 11:55	2 分鐘耐力跳	
11:55 – 12:20	2 分鐘大繩跳	
12:20 – 12:35	交互跳速度	
午 膳		
2:00 – 2:10	30 秒花式	
2:10 – 2:45	45 秒花式	
休 息		
2:45 – 3:00	交互跳花式	
3:00 – 3:45	跳繩交流	
3:45 – 4:30	頒獎禮	4:45 離場



# 中國香港跳繩總會

## Hong Kong Rope Skipping Association, China

Affiliated with International Rope Skipping Federation and Asian Rope Skipping Federation

### 全港中小學跳繩比賽 2010

#### 領隊須知(續)

#### 比賽流程

2010年5月2日 (星期日)		
中學組賽事		
時間	項目	備註
10:30 – 10:55	報到	10:15 進場
11:00 – 11:15	30 秒速度跳	
11:15 – 11:35	連續 2 重跳	
11:35 – 11:55	2 分鐘耐力跳	
休 息		
12:00 – 12:20	2 分鐘大繩跳	
12:20 – 12:30	交互跳速度	
午 膳		
2:00 – 2:15	45 秒花式	
2:15 – 2:30	交互跳花式	
2:30 – 3:15	跳繩交流	
3:15 – 4:00	頒獎禮	4:15 離場