



中國香港體育協會暨奧林匹克委員會
主辦



中國香港體操總會
協辦



康樂及文化事務署
資助

中國銀行(香港)第五十二屆體育節 二〇〇九年全港藝術體操公開賽

比賽章程

目的：推動香港藝術體操之發展，提供更多比賽機會給各運動員，藉此提高香港藝術體操之水準。

性質：個人單項、個人全能、集體及團體比賽

日期及地點：(1) 二零零九年五月十六日上午九時正至晚上八時正
蕙荃體育館
(2) 二零零九年五月十七日上午九時正至晚上八時正
蕙荃體育館

報名方法：不同組別之運動員，必須分開兩張報名表格報名，並連同聲明及回郵信封及劃線支票，抬頭「中國香港體操總會」，郵寄或遞交銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號奧運大樓 1002 室- 中國香港體操總會收。

報名費用：個人組- 每項 50 元正
集體組- 每組 100 元正
團體組- 每隊 200 元正(但必須參加個人項目)

截止報名日期：二零零九年三月二十三日
(已遞交報名表者，可於四月八日在本會網頁查察報名情況。)

領隊/教練會議：各參賽單位**必須派員出席**二零零九年四月十八日(星期六)，晚上七時正至九時正於北河街體育館六樓會議室舉行的領隊會議。屆時必須遞交參賽者的**合併難度表**，否則，**比賽資格會被取消**。而賽程表在抽籤後一星期，可在本會網頁(<http://www.gahk.org.hk>)查看。

裁判：由本會派出裁判執法，有關裁判並依裁判申報機制，以公平、公正態度執法，參加者不得異議。

備註：1. 所有教練均需為本會註冊教練或學校體育老師。
2. 如有需要，本會將有權修訂章程而不另行通知。
3. 一經取錄，所有報名費用概不發還。如比賽滿額或取消，本會將退還報名費。
4. 如收據抬頭需以團體或學校名義發出，請於報名表上註明，否則將以運動員名義發出。
5. 體操運動存在一定風險。為提供保障，本會建議參加者可按個人需要，自行購買保險。

查詢：(電話) 2504 8233 (傳真) 2882 8590
(電郵) mail@gahk.org.hk (網址) www.gahk.org.hk

(一) 級 別：

級 別	組 別	比賽項目				
1. 個人項目						
預備級	初級組 2000 年 1 月 1 日或以後出生者 中初組 1998 年 1 月 1 日至 1999 年 12 月 31 日出生者 高級組 1997 年 12 月 31 日或以前出生者	徒手操		繩操		
四 級	初級組 1999 年 1 月 1 日或以後出生者 高級組 1998 年 12 月 31 日或以前出生者	球操		圈操		
三 級	公開組(年齡不限)	繩操	圈操	帶操		
二 級 (新增)	公開組(年齡不限)	繩操	圈操	球操	棒操	
一 級	公開組(年齡不限)	繩操	圈操	球操	棒操	帶操
2. 集體項目						
集 體	初級組 1994 年 1 月 1 日或以後出生者	四人圈				
	公開組(年齡不限)	三帶兩繩 (五人)				

*個人項目三級至預備級均屬規定套路 (參照由北京體育大學音像出版社製作之 2002 年版《藝術體操等級規定動作》)

*個人項目二級屬規定套路 (參照由北京體育大學音像出版社製作之 2008 年版《藝術體操等級規定動作》)

*集體項目：只可填報多一名後備運動員

(二) 規 限：**1. 競賽形式**

A) 團體賽 (每間學校/團體只能在每組派出一隊參加比賽，而該單位必須是政府註冊。此外，參加比賽套路的數量**必需**符合每組的要求。)

預備級(初級組、中級組及高級組)：每隊由 3-4 名運動員組成，每名運動員要完成 1-2 套動作，將團體運動員所**完成**的 3 套最佳得分之徒手及 3 套最佳得分之繩操相加，**總計 6 套動作**來決定團體名次。

四級(初級組、高級組)：每隊由 3-4 名運動員組成，每名運動員要完成 1-2 套動作，將團體運動員所**完成**的 3 套球操及 3 套圈操之最佳得分相加，**總計 6 套動作**來決定團體名次。

三級(公開組)：每隊由 3-4 名運動員組成，每名運動員要完成 1-3 套動作，將團體運動員所**完成**的 3 套繩操、3 套帶操及 3 套圈操之最佳得分相加，**總計 9 套動作**來決定團體名次。

二級(公開組)：每隊由 3-4 名運動員組成，每名運動員要完成 1-4 套動作，將團體運動員所**完成**的 3 套繩操、3 套圈操、3 套球操及 3 套棒操之最佳得分相加，**總計 12 套動作**來決定團體名次。

B) 個人全能賽

三級：用指定的器械完成 3 套動作，並將 3 套動作的得分相加來排列名次，取得最高分的運動員為獲勝者，如成績相同，以三項中分數最高分名次列前；如仍相同則以低分高者列前。

二級：用指定的器械完成 4 套動作，並將 4 套動作的得分相加來排列名次，取得最高分的運動員為獲勝者，如成績相同，以四項中分數最高分名次列前；如仍相同則以低分高者列前。

全民運動 全民運動 全民運動 全民運動
一級：用指定的器械完成 5 套動作，並將**最佳 4 套**動作的得分相加來排列名次，取得最高分的運動員為獲勝者，如成績相同，以五項中分數最高分名次列前；如仍相同則以低分高者列前。

C) 個人單項比賽

比賽中獲得各單項前 8 名運動員排列名次，取得最高分的運動員為獲勝者。

D) 集體項目比賽

比賽中獲得前 3 名隊伍排列名次，取得最高分的運動員為獲勝隊伍。

***如比賽人數／隊伍少於或等於獎項設有數目(集體賽事除外)，獎項數量將因應參賽人數／隊伍減去一(例：比賽人數為 8 人，只設有前七名之獎項；比賽隊伍為兩隊，只設有冠軍)**

2. 競賽資格

預備級

只適合未曾在藝術體操公開賽之**任何級別**中，取得**首 8 名**之運動員參加；

A) 四級

只適合未曾在藝術體操公開賽參加第一到第三級，同時**並未在第四級(過往的第三級)中**，取得**首 8 名**之運動員參加；

B) 三級

只適合未曾在藝術體操公開賽參加第一到第二級，同時**並未在第三級(過往的第二級)中**，**個人全能**取得**首 8 名**之運動員參加；但如在其中一項或多項中取得**首 3 名**者，不可再參加**該項目**；

C) 二級

只適合未曾在藝術體操公開賽參加第一級之運動員參加；

D) 一級

沒有任何限制

E) 精英 B 隊不可參加預備級及四級；精英 A 隊運動員/試升港隊運動員不可參加預備級至三級；港隊運動員只可參加一級。

F) 每位參加者**不可以**同時參加多於一個級別的賽事(集體組不計算在內)。

G) 每位參加者可以選擇參加所屬組別至少一項的比賽套路。

H) 參加者必須自備音樂(規定套路除外)，音樂帶必須是 Type I。每套動作必須使用不同的錄音帶或 CD*。音樂只允許在錄音帶 A 面或 CD 的開始部分，在音樂開始前允許錄一個聲響信號。請在錄音帶或 CD 上標記：

- a) 運動員姓名、編號及組別
- b) 學校或團體名稱
- c) 所使用器械的符號
- d) 音樂的時間長度

缺少以上一項，將由協調裁判員扣 0.50 分。

* 本會鼓勵各參賽者使用 CD，但請多預備錄音帶作後備。(音樂格制以 wav 檔案為佳，可重複使用的光碟較難成功播放)

3. 器械規則：

A) 個人項目：

1994 年 1 月 1 日或以後出生者 按 2009-2012 年度國際規則 (**少年賽制**) 為標準

- 圈: 內圈直徑 70 至 90 厘米
- 帶: 長度 5 米或以上, 重量至少 30 克
- 球: 直徑 15 至 20 厘米, 重量至少 300 克
- 棒: 長度 35 至 50 厘米, 重量至少 100 克 (每支)

1993 年 12 月 31 日或以前出生者及公開組集體項目 按 2009-2012 年度國際規則為標準

- 圈: 內圈直徑 80 至 90 厘米, 重量至少為 300 克
- 帶: 長度 6 米或以上, 重量至少 35 克
- 球: 直徑 18 至 20 厘米, 重量至少 400 克
- 棒: 長度 40 至 50 厘米, 重量至少 150 克 (每支)

對於使用不符合規定的器械, 將由協調裁判員扣 0.30 分。

(三) 獎 項:

1. 團體賽及集體項目比賽: 各設冠、亞、季軍, 得獎者可獲獎牌及獲證書乙張。
2. 個人全能賽: 一級、二級設冠、亞、季軍, 得獎者可獲獎牌一枚及獲證書乙張, 其他五名最佳成績之運動員也獲頒優異證書乙張。
3. 個人單項比賽: 每組各設冠、亞、季軍, 得獎者可獲獎牌一枚及獲證書乙張, 其他五名最佳成績之運動員也獲頒優異證書乙張。

*如比賽人數/隊伍少於或等於獎項設有數目(**集體賽事除外**), 獎項數量將因應參賽人數/隊伍減去一 (例: 比賽人數為 8 人, 只設有前七名之獎項; 比賽隊伍為兩隊, 只設有冠軍)

備 註: 所有團體賽、個人全能賽、個人單項比賽及集體項目比賽, 運動員只需比賽乙次, 得分最高之運動員或隊伍為勝。

(四) 出場次序: 各參賽運動員及隊伍之出場次序均於領隊會議內抽籤決定。

參賽者可於二零零九年四月二十五日後到本會網頁(www.gahk.org.hk), 瀏覽賽程及出場次序, 本會恕不個別通知。

(五) 競賽要求:

甲、個人項目

1. 時 間

- 預備級、四級、三級 和 二級: 按規定動作套路之時間
- 第一級: 1 分 15 秒至 1 分 30 秒
- 少於或超過規定的時間, 由協調裁判員每秒扣 0.05 分。

2. 預備級、四級(碟中三級) 和 三級(碟中二級)

參照由北京體育大學音像出版社製作之 2002 年版《藝術體操等級規定動作》評分標準

二級(碟中三級)

參照由北京體育大學音像出版社製作之 2008 年版《藝術體操等級規定動作》評分標準

3. 身體難度價值

A) 每種器械的規定身體動作組如下:

繩	圈	球	棒	帶
跳	4 組 (跳、轉體、平衡、 柔韌和波浪)	柔韌和波浪	平衡	轉體

*圈操中 4 個基本身體動作組必須均衡使用, 每組至少 2 個動作, 最多 4 個動作。

B) 個人成套動作最多只能有 12 個難度(A 水平或更高)，價值 10.00 分。A 水平附加的身體難度可以在成套中使用，並且作為身體動作。因此，它們不得被填寫在正式的難度表 (D1)中，也不能被評價。

C) 所有難度必須按動作順序填入正式表格。

D) 身體難度的總價值用是由迭加的方式獲得：

- 器械規定身體動作組動作 (GCO) 的難度價值如下：

- a 在一套有 10-12 個難度的成套動作中，至少要有 8 個規定身體動作組的難度。
- b 在一套有 9 個 (或更少) 難度的成套動作中，至少要有 6 個規定身體動作組的難度。
- c 結果有的話，再加上最多 4 個非規定身體動作組 (NGCO) 難度的價值，這些動作可以有選擇地使用(1, 2, 或 3 個不同組)。

- 扣分：

- a 如果表格/成套動作中超過 12 個身體難度 (非 A 難度)，只評價已經完成的前 12 個難度。扣 0.5 分。
- b 如果表格/成套動作中規定身體動作組動作少於規定要求的數量，扣 0.3 分。
- c 圈：一個身體動作組少於 2 個或多於 4 個難度；對於每組缺少或增加的難度，扣 0.3 分。
- d 難度的總價值相加不正確或一個難度的價值不正確，扣 0.3 分。
- e 如果一套動作中運動員完成並填寫在表格中，在 3 個連續的難度中多於 1 個慢轉，扣 0.3 分
- f 對於完成每個 B 水平難度或更高級別的難度，但沒有在表格中填寫，扣 0.3 分。

參加一級的運動員必須使用正式表格和正確的符號，提交難度的順序 (填寫表格錯誤按上列作出扣分)，並於領隊/教練會議時遞交。否則，運動員的比賽資格會被取消。

(由於是次比賽採用至 2009-2012 年國際賽例，教練應使用最新合併的身體難度及器械難度表)

E) 身體難度分值：

A 難度= 0.10

B 難度= 0.20

C 難度= 0.30

D 難度= 0.40

E 難度= 0.50

每升一級難度加 0.10，如此類推

每個難度只能計算一次，因此，重複的難度動作不予計算。除非在一些特別的情況下涉及到一組連續的各種身體動作組 (只限跳步及轉體)。

4. 器械難度價值

每套個人成套動作不限定器械熟練性動作的數量，其價值最高為 10.00 分：拋或無拋，驚險性接和器械獨創性。

5. 藝術價值

藝術體操成套動作的藝術性部份的主要目的是將情緒信息傳達給觀眾，並體現出舞蹈編排的主題思想，可以從三個方面解釋：

音樂伴奏，藝術想象和表現力 (舞蹈)

藝術價值最多為 10.00 分

6. 完成價值

起評分爲 10.00 分，對每個錯誤動作每次扣完成分。

7. 計分方法

A) 預備級、三級、四級

起評分 10 分 + 加分 1 分 = 最高得分 10 分

B) 二級

$\frac{\text{難度 3 分} + \text{藝術 10 分}}{2} + \text{完成 10 分} = \text{最高得分 16.5 分}$

C) 一級

$\text{完成 10 分} + \text{藝術 10 分}$
 $+ \frac{(\text{身體難度 10 分} + \text{器械難度 10 分})}{2} = \text{最高得分 30 分}$

乙、集體項目

1. 時間

2 分 15 秒至 2 分 30 秒

少於或超過規定的時間，由協調裁判員每秒扣 0.05 分。

2. 服裝

體操服必須一致(面樣、樣式及圖案)，全隊 4 / 5 名運動員服裝的顏色要一致，違反上述規定由協調裁判員扣 0.50 分。

3. 身體難度

A) 每套集體成套動作中可以包括最多公開組:14 個難度(A 水平或更高)，價值 10.00 分; 初級組: 10 個難度(A 水平或更高)，價值 7.00 分。A 水平附加的身體難度可以在成套中使用，並且作爲身體動作。因此，它們不得被填寫在正式的難度表 (D1) 中，也不能被評價。

B) 所有難度必須按動作順序填入正式表格。

C) 成套動作必須至少有 6 個 A 水平或以上的交換難度。初級組: 4 個交換可以算作是 1 個或 2 個難度:

- 如果交換只有 1 個身體動作或一個身體難度 = 1 個難度
- 如果交換有 2 個身體難度 = 2 個難度

D) 個人項目每項器械所要求的規定身體動作組難度組在集體項目中不作指定。

- 扣分:

- a 如果表格/成套動作中超過 14 個身體難度 (非 A 難度)，只評價已經完成的前 14 個難度。扣 0.5 分。(初級組 10 個)
- b 如果表格/成套動作中少於規定要求的數量的交換難度，扣 0.3 分。
- c 難度的總價值相加不正確或一個難度的價值不正確，扣 0.3 分。
- d 對於完成每個 B 水平難度或更高級別的難度，但沒有在表格中填寫，扣 0.3 分。

4. 難度分值

無交換的難度價值

A= 0.10 分

B= 0.20 分

C= 0.30 分

D= 0.40 分

E= 0.50 分

每升一級難度加 0.10，如此類推

每個難度只能計算一次，因此，重複的難度動作不予計算。除非在一些特別的情況下涉及到一組連續的各種身體動作組（只限跳步及轉體）。

器械交換難度

A 難度交換= 0.40 分 (A 難度 0.10 分+交換難度 0.30 分)

B 難度交換= 0.50 分 (B 難度 0.20 分+交換難度 0.30 分)

C 難度交換= 0.60 分 (C 難度 0.30 分+交換難度 0.30 分)

D 難度交換= 0.70 分 (D 難度 0.40 分+交換難度 0.30 分)

E 難度交換= 0.80 分 (E 難度 0.50 分+交換難度 0.30 分)

每升一級難度加 0.10，如此類推

當一個難度動作不是由 4 / 5 名運動員完成時，則不算作難度。4 / 5 名運動員所完成的難度動作可以是同一水平同一類型，或者是不同水平不同類型。然而，要以其中一名運動員所完成的最容易的難度來決定其集體的難度價值。

5. 器械難度價值

每套個人成套動作不限定器械熟練性動作的數量，其價值最高為 10.00 分：拋或無拋，驚險性接和器械獨創性。

6. 藝術價值

藝術體操成套動作的藝術性部份的主要目的是將情緒信息傳達給觀眾，並體現出舞蹈編排的主題思想，可以從三個方面解釋：

音樂伴奏，藝術想象和表現力（舞蹈）

藝術價值最多為 10.00 分

7. 完成價值

起評分爲 10.00 分。按錯誤的程序每次扣 0.1 至 0.50 分數。

8. 計分方法

公開組：完成 10 分 + 藝術 10 分 +

$$\frac{(\text{身體難度 10 分} + \text{器械難度 10 分})}{2} = \text{最高得分 30 分}$$

初級組：完成 10 分 + 藝術 10 分

$$+ \frac{(\text{身體難度 7 分} + \text{器械難度 10 分})}{2} = \text{最高得分 28.5 分}$$

備註：個人項目第一級及集體項目均採用 2009-2012 年國際體聯頒發的國際藝術體操規則，請參閱附件。

中國銀行(香港)第五十二屆體育節

二零零九年全港藝術體操公開賽

個人項目報名表

姓名: _____ (英文) _____ (中文)

性別: _____ 出生日期: _____ 年齡: _____

聯絡地址: _____

電話: _____ (日) _____ (夜)

相
片
(必須提交)

參加組別及項目:

組別		比賽項目					
		徒手操	繩操	球操	團操	帶操	棒操
預備組	初級組						
	中級組						
	高級組						
四級	初級組						
	高級組						
三級	公開組						
二級	公開組						
一級	公開組						

請以 表示所參加之項目

教練姓名: _____ 聯絡電話: _____

電郵: _____

通訊地址: _____

團體名稱(如適用): _____

※ 你所提供的資料只用於本會與合辦機構的活動報名事宜及活動宣傳之用，在遞交申請表後，如欲更改或查詢你申報的個人資料，可與本會職員聯絡。

未滿十八歲的申請人須由家長或監護人填寫此聲明

我聲明: _____ (申請人姓名) 的健康及體能良好，適宜參加上述活動，如果申請人因他/她的疏忽或體能欠佳，而引致於參加這項活動時傷亡，主辦機構無須負責。

家長簽署: _____ 日期: _____

家長姓名: _____

姓名: _____

姓名: _____

地址: _____

地址: _____

中國銀行(香港)第五十二屆體育節

二零零九年全港藝術體操公開賽

集體項目報名表

初級組(四人圈) 公開組(三帶兩繩)

團體名稱：_____ 教練姓名：_____

聯絡電話：_____ 電郵(必須填寫)：_____

通訊地址：_____

運動員資料：

1) 姓名：_____ (中) _____ (英)

出生日期：_____ 身份証號碼：_____

2) 姓名：_____ (中) _____ (英)

出生日期：_____ 身份証號碼：_____

3) 姓名：_____ (中) _____ (英)

出生日期：_____ 身份証號碼：_____

4) 姓名：_____ (中) _____ (英)

出生日期：_____ 身份証號碼：_____

5) 姓名：_____ (中) _____ (英)

出生日期：_____ 身份証號碼：_____

後備) 姓名：_____ (中) _____ (英)

出生日期：_____ 身份証號碼：_____

※ 你所提供的資料只用於本會與合辦機構的活動報名事宜及活動宣傳之用，在遞交申請表後，如欲更改或查詢

你申報的個人資料，可與本會職員聯絡。

中國銀行(香港)第五十二屆體育節-二零零九年全港藝術體操公開賽
只適用於集體項目

未滿十八歲的申請人須由家長或監護人填寫此聲明

我聲明：_____（申請人姓名）的健康及體能良好，適宜參加上述活動，如果申請人因他/她的疏忽或體能欠佳，而引致於參加這項活動時傷亡，主辦機構無須負責。

家長簽署：_____ 日期：_____

家長姓名：_____

----- ✂ ----- ✂ ----- ✂ -----

中國銀行(香港)第五十二屆體育節-二零零九年全港藝術體操公開賽
只適用於集體項目

未滿十八歲的申請人須由家長或監護人填寫此聲明

我聲明：_____（申請人姓名）的健康及體能良好，適宜參加上述活動，如果申請人因他/她的疏忽或體能欠佳，而引致於參加這項活動時傷亡，主辦機構無須負責。

家長簽署：_____ 日期：_____

家長姓名：_____

----- ✂ ----- ✂ ----- ✂ -----

中國銀行(香港)第五十二屆體育節-二零零九年全港藝術體操公開賽
只適用於集體項目

未滿十八歲的申請人須由家長或監護人填寫此聲明

我聲明：_____（申請人姓名）的健康及體能良好，適宜參加上述活動，如果申請人因他/她的疏忽或體能欠佳，而引致於參加這項活動時傷亡，主辦機構無須負責。

家長簽署：_____ 日期：_____

家長姓名：_____

----- ✂ ----- ✂ ----- ✂ -----

中國銀行(香港)第五十二屆體育節-二零零九年全港藝術體操公開賽
只適用於集體項目

未滿十八歲的申請人須由家長或監護人填寫此聲明

我聲明：_____（申請人姓名）的健康及體能良好，適宜參加上述活動，如果申請人因他/她的疏忽或體能欠佳，而引致於參加這項活動時傷亡，主辦機構無須負責。

家長簽署：_____ 日期：_____

家長姓名：_____

中國銀行(香港)第五十二屆體育節-二零零九年全港藝術體操公開賽
只適用於集體項目

未滿十八歲的申請人須由家長或監護人填寫此聲明

我聲明：_____（申請人姓名）的健康及體能良好，適宜參加上述活動，如果申請人因他/她的疏忽或體能欠佳，而引致於參加這項活動時傷亡，主辦機構無須負責。

家長簽署：_____ 日期：_____

家長姓名：_____

----- ✂ ----- ✂ ----- ✂ -----

中國銀行(香港)第五十二屆體育節-二零零九年全港藝術體操公開賽
只適用於集體項目

未滿十八歲的申請人須由家長或監護人填寫此聲明

我聲明：_____（申請人姓名）的健康及體能良好，適宜參加上述活動，如果申請人因他/她的疏忽或體能欠佳，而引致於參加這項活動時傷亡，主辦機構無須負責。

家長簽署：_____ 日期：_____

家長姓名：_____

中國銀行(香港)第五十二屆體育節

二零零九年全港藝術體操公開賽

團體項目報名表

組別		請以 <input checked="" type="checkbox"/> 表示所參加之組別
預備組	初級組	
	中級組	
	高級組	
四級	初級組	
	高級組	
三級	公開組	
二級	公開組	

團體名稱：_____ 教練姓名：_____

聯絡電話：_____ 電郵(必須填寫)：_____

通訊地址：_____

運動員資料：

1) 姓名：_____ (中) _____ (英)

出生日期：_____ 身份証號碼：_____

2) 姓名：_____ (中) _____ (英)

出生日期：_____ 身份証號碼：_____

3) 姓名：_____ (中) _____ (英)

出生日期：_____ 身份証號碼：_____

4) 姓名：_____ (中) _____ (英)

出生日期：_____ 身份証號碼：_____

※ 你所提供的資料只用於本會與合辦機構的活動報名事宜及活動宣傳之用，在遞交申請表後，如欲更改或查詢你申報的個人資料，可與本會職員聯絡。