



2015-16 年度全港競技體操公開及新秀比賽 [章 程]

1. 目的：提高競技體操水平，發掘優秀運動員

2. 比賽日期、時間及地點：

日期	時間	地點
2015年12月12日(六)	0800 – 1900	馬鞍山體育館
2015年12月13日(日)		

2.1 上述時間表只供參考，賽會將按本年度報名參賽人數而安排比賽日期，並於領隊會議後確實比賽日期。

3. 比賽組別及項目：

[男子組]

項目	自由體操	鞍馬	吊環	跳馬	雙槓	單槓
公開組(青年)	✓	✓	✓	✓	✓	✓
公開組(少年)	✓	✓	✓	✓	✓	✓
初級組	✓	---	---	✓	✓	✓
新秀組	✓	---	---	✓	---	---

[女子組]

項目	跳馬	高低槓	平衡木	自由體操
公開組(青年)	✓	✓	✓	✓
公開組(少年)	✓	✓	✓	✓
初級組	✓	✓	✓	✓
新秀組	✓	---	✓	✓

3.1 設個人全能及單項賽

3.2 『✓』代表可參加之項目

3.3 所有項目若報名人數不足 3 人，將予取消，報名費將獲發還；棄權者例外。

4. 參賽資格：

4.1 每人只能參加一個組別，過往曾參賽者只能參與同組或較高組別的賽事。

4.2 **曾於競技體操公開及新秀比賽中，獲得個人全能前三名或個人單項前三名者，必須升組作賽；公開組除外。**

4.3 現役競技體操香港代表隊成員，包括港隊青年組、少年組成員，只能參與初級組或以上之組別；港隊 B 組及港隊培訓隊成員除外。

4.4 公開組(青年)男子運動員需於 1997 年 12 月 31 日或之前出生，女子運動員需於 1999 年 12 月 31 日或之前出生；公開組(少年) 男子運動員需於 1998 年 1 月 1 日或之後出生，女子運動員需於 2000 年 1 月 1 日或之後出生。

4.5 初級組及新秀組運動員需於 1998 年 1 月 1 日或之後出生。

5. 報名詳情：
 - 5.1 報名費: 1) 每單項港幣 50 元正; 2) 另收*保險費每人 20 元正
 - 5.2 填妥報名表格，並連同回郵信封及劃線支票，抬頭『中國香港體操總會』，寄交『香港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』支票背頁請填寫參賽者姓名、聯絡電話及比賽名稱「2015-16 年度競技公開賽」。
***恕不接受傳真/電郵報名及期票付款。**
 - 5.3 **截止報名日期：2015 年 11 月 6 日(星期五)。** 逾時報名將不被接納(以郵戳日期為準)
6. 規則：
 - 6.1 各項目要求、評分內容及器械規格，請瀏覽本會網址www.gahk.org.hk
 - 6.2 所有評分準則將依照 2013-2016 年國際體操聯盟之規則評分。
 - 6.3 本賽事不設上訴。所有技術性事宜的裁決，應以當日總裁判決定為最後裁決。
 - 6.4 每名參賽者將由賽會編配一個運動員號碼及派發一張號碼布，有關資料將在領隊會議中派發。
 - 6.5 比賽體操服裝依照 2013-2016 年國際體操聯盟之規則，如有違規者，將被扣分。
 - 6.6 凡參與女子公開組(青年)、公開組(少年)及初級組自由體操項目，參賽者必須有音樂伴奏，否則會被扣分。請參賽者於比賽當日將音樂光碟遞交到司令台，所有遞交之光碟需註明參賽者姓名及組別。
7. 計分及獎勵：
 - 7.1 每名運動員於參賽所得之分數將同時用作計算其個人全能及單項之成績。
 - 7.2 各組別設個人全能獎前三名及單項獎前三名，得獎者均獲發獎牌及名次證書，在各組別個人全能及單項獲得 4-8 名者則獲發優異證書。
 - 7.3 若報名人數未達到該獎項分配之數目，則以 N-1 制度頒發獎項。
 - 7.4 公開組(青年)及公開組(少年)參賽者，必須於每個單項得分獲 6.00 分或以上，方能獲發獎項及名次證書。
8. 領隊會議：

領隊會議暫定於 **2015 年 11 月 28 日(星期六)中午十二時**假奧運大樓會議室舉行。會上將派發有關比賽資料及號碼布，並進行每項運動員出場次序抽籤，參賽者可派代表出席。請填妥『領隊會議出席回條』，並於 2015 年 11 月 6 日前傳真 2882 8590 至本會，以便安排。
9. 備註：
 - 9.1 除特別聲明外，比賽將依照中國香港體操總會所訂之規則執行。
 - 9.2 * 體操運動存在一定風險，為提供保障，本會政策規定各參加者必須購買個人意外保險。參加者亦可按個人需要自行額外投保。保險內容請參閱本會網址，並請詳閱附件一之「參加者健康及體能須知」。
 - 9.3 如發現有參賽者虛報資料，賽會有權取消其參賽資格、成績及褫奪獎牌及名次，已繳交之費用亦不獲發還。
 - 9.4 教練必須佩戴由賽會簽發的教練證方可能進入比賽場區。申請詳情請參閱「教練證申請表」。
 - 9.5 凡獲發證書者，可於 **2016 年 1 月 15 日至 2 月 26 日期間**親臨本會辦事處領取，逾期作廢。
 - 9.6 本章程如有任何補充，本會有最終解釋權。
10. 查詢：

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

中國香港體操總會
2015-16 年度全港競技體操公開及新秀比賽

(截止報名日期:
2015 年 11 月 6 日
(星期五))

報名表格

姓名: _____ (英文) _____ (中文)
 性別: 男 / 女 出生日期: _____ 年 _____ 月 _____ 日 年齡: _____
 聯絡地址: _____
 電話: _____ (日) _____ (夜)

請貼上
近照

(如不提供,
恕不受理)

備註 1: 除報名表格相片外, 請多附上近照 1 張作為運動員證之用。
 備註 2: 公開組(青年)及公開組(少年)參加者需另附身份證副本。

參加組別及項目:

男子組							女子組				
項目	自由體操	鞍馬	吊環	跳馬	雙槓	單槓	項目	跳馬	高低槓	平衡木	自由體操
公開組(青年)							公開組(青年)				
公開組(少年)							公開組(少年)				
初級組		---	---				初級組				
				☆ (1.15米 / 1.25米)				☆ (1.15米 / 1.25米)			
新秀組		---	---		---	---	新秀組		---		

請以 表示所參加之項目 ☆ 男、女子初級組, 請圈出合適跳馬高度

教練姓名: _____ 聯絡電話: _____

***年滿十八歲填寫聲明 / #未滿十八歲的參加者須由家長或監護人填寫聲明及簽署**

謹證明本人或敝子女_____是自願參加比賽或訓練課程, 並願意自行承擔所有責任。本人或敝子女亦謹遵守貴會之一切規則、決定, 包括藥物檢查條例。本人或敝子女、本人或敝子女之繼承人、本人或敝子女之遺囑執行人及本人或敝子女之管理人謹此豁免中國香港體操總會、所有贊助商、支持是項活動之團體及任何有關之團體對於本人或敝子女因參加是項比賽或課程而由任何原因, 包括疏忽, 所引致之疾病、死亡、個人損失之任何法律責任, 以及放棄任何有關之權利、索償及追究行動。本人或敝子女亦同時聲明本人或敝子女身體狀況良好及具備足夠之體能及技術完成賽事。本人或敝子女願意授權大會及傳媒在無須本人或敝子女審查而可以使用本人或敝子女的肖像、姓名、聲線及個人資料作為活動籌辦及推廣之用。

本人/敝子女已細閱及明瞭[附件一]之體能及健康須知, 並同時聲明本人/敝子女身體狀況良好及具備足夠之體能及技術完成賽事或訓練課程。

*運動員簽署: _____ #家長簽署: _____

日期: _____ 家長姓名: _____

中國香港體操總會

參加者健康及體能須知

1. 參加者/參加者之監護人應確定參加者於進行相關課程/比賽/活動時：
 - 未曾有醫生說過參加者的心臟有問題，以及只可進行醫生建議的體能活動
 - 參加者未曾於進行體能活動時會感到胸口痛
 - 過去一個月內，參加者未曾在沒有進行體能活動時也感到胸口痛
 - 參加者未曾因感到暈眩而失去平衡，或曾否失去知覺
 - 參加者的骨骼或關節(例如脊骨、膝蓋或髖關節)沒有毛病，且不會因改變體能活動而惡化
 - 醫生現時沒有處方血壓或心臟藥物（例如 **water pills**）給參加者服用
 - 沒有其他理由令參加者不應進行有關活動
2. 本會建議各參加者評估自己的體能，以便參加者擬定最佳的運動計劃，同時亦需定期量度血壓，並先徵詢醫生的意見才參加此活動。
3. 如參加者因傷風或發燒等暫時性疾病而感到不適，請在康復後才參加此活動。
4. 如參加者懷孕或可能懷孕，請先徵詢醫生的意見才參加此活動。
5. 開始參加此活動時應慢慢進行，量力而為，然後逐漸增加運動量，這是最安全和最容易的方法。
6. 如參加者有以上各項健康狀況的轉變，便應告知醫生或活動教練，評估應否繼續參加此活動。
7. 如參加者有任何可能影響其安全的疾病或其他身體狀況，必須以書面通知本會。
8. 如有需要，本會有權要求參加者提供有關的醫生證明文件，以作參考。
9. 如有疑問，請先徵詢醫生的意見才參加此活動。

中國香港體操總會
2015-16 年度全港競技體操公開及新秀比賽

教練證申請表

教練注意事項

- 1/. 教練員入場許可人數：個人 1 名，必須佩戴教練證方可進入比賽場地。
- 2/. 教練證將於比賽當日派發。
- 3/. 請填妥以下申請表格，連同相片於 **2015 年 11 月 6 日(星期五)前**寄回本會，以便辦理，逾期恕不辦理，敬請合作。
- 4/. 查詢：2504 8233

教練證申請表

教練姓名：_____ 聯絡電話：_____

電郵：_____

通訊地址：_____

申請人所屬組別：(1) 註冊體操教練 (2) 本港體育教師 *請附上證明文件

負責之運動員姓名：

運動員姓名及參賽組別	
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	

2015-16 年度 全港競技體操公開及新秀比賽	
<u>教練證</u>	
姓名：_____	相片 不提供相片， 恕不受理
編號：_____	

註：如有需要可自行影印

中國香港體操總會
2015-16 年度全港競技體操公開及新秀比賽

領隊會議 出席回條

日期：2015 年 11 月 28 日 (星期六)

時間：中午十二時

地點：奧運大樓會議室 (香港銅鑼灣大球場徑一號奧運大樓)

本人 將出席領隊會議。

本人 將派代表 (運動員姓名: _____) 出席領隊會議。

本人 將不會出席領隊會議。

請以✓表示, 並於 2015 年 11 月 6 日(星期五)前寄回本會或傳真至 2882 8590。

簽署：_____

姓名：_____

聯絡電話：_____

日期：_____