



中國香港體操總會 主辦



康樂及文化事務署 資助

2005 - 2006 年度競技體操公開及新秀比賽

規 程

- (一) 目的：為提高香港體操水平，發掘優秀運動員，日後能代表香港參加國際比賽。
- (二) 項目：團體、個人全能、單項
- (三) 日期：二〇〇六年二月二十六日（星期日）
- (四) 時間：上午九時至晚上七時正
- (五) 地點：順利邨體育館（主場及體操訓練場）
- (六) 組別及項目：

組別		項目	鞍馬	吊環	單槓	雙槓	自由體操	跳馬	高低槓	平衡木
		男子組	公開組	✓	✓	✓	✓	✓	✓	---
	新秀A組	---	---	✓	✓	✓	✓	---	---	
	新秀B組	---	---	---	---	✓	✓	---	---	
女子組	公開組	---	---	---	---	✓	✓	✓	✓	
	新秀A組	---	---	---	---	✓	✓	✓	✓	
	新秀B組	---	---	---	---	✓	✓	---	✓	

- 『✓』代表可參加之項目
- 所有項目若報名人數不足三人，將予取消，報名費將獲發還；棄權者則不獲發還其報名費。
- 團體比賽每隊最多報五人，取每項最佳的三名運動員之得分總和作為該隊團體分(不足三人之隊伍將不獲計算團體成績)，另每名運動員所得之分數將同時用作計算該名同學全能及單項成績。

- (七) 參賽資格:1) 每人祇能參加一個組別；其中曾參賽者只能參與同組或較高組別的賽事。
- 2) 曾於“競技體操公開及新秀比賽”中，取得全能前三名或單項前三名者，均必須升高一組參加比賽；在公開組獲獎者則可繼續在同組作賽。
- 3) 凡是現役競技體操香港代表隊成員，需參加新秀 A 組或以上之組別。
- 4) 凡參加團體賽之隊伍必須是本會註冊之團體會員方可參加，每組別只能參加一隊。

(八) 男子組比賽要求：

評分內容：	i) 難度	2.8
	ii) 特殊要求	1.0
	iii) 加分	1.2
	iv) 演出	5.0
	合共	= 10.0

a). 難度要求 (2.8)：

動作要求 組別	自由體操、鞍馬、吊環、雙槓、單槓	跳馬 (只有一跳)
公開 A 組	1C (0.8), 2B (0.5 × 2), 5A (0.2 × 5)	依照 2001-2004 年 國際評分規則 後擺蹲腿騰越 - 6.00 分 後擺分腿騰越 - 6.00 分
新秀 A 組	1B (0.8 × 1), 5A (0.4 × 5)	
新秀 B 組	6A (0.4 × 6) + 2 個動作(0.2 × 2)	

b). 特殊要求 (1.0)：

各組別之參賽項目演出中必須包括以下之動作，欠缺每個動作扣 0.2:

公開組： 依照 2001 - 2004 年國際評分規則之規定。(每組難度至少為 A 組)

- 新秀 A 組：
- 自由體操 -
 1. 前或後空翻
 2. 前手翻
 3. 後手翻
 4. 平衡動作
 5. 慢起手倒立 (靜止兩秒)
 - 雙槓 -
 1. 擺動起手倒立
 2. 用力慢起動作 (包括肩倒立或手倒立)
 3. 槓下屈伸上
 4. 分腿切槓
 5. 空翻下法
 - 單槓 -
 1. 向前大迴環
 2. 向後大迴環
 3. 屈伸上
 4. 轉體動作
 5. 空翻下法

- 新秀 B 組：
- 自由體操 -
 1. 前手翻 或 後手翻
 2. 側手翻向內轉體 90°
 3. 頭手翻
 4. 平衡動作
 5. 手倒立 (靜止兩秒)

c). 加分 (1.2)：

凡運動員於比賽演出動作難度，超出賽會所訂的要求時，則可獲得加分(最多 1.2 分)，加分標準將依照以下難度計算：

公開組： 每多一 S.E./E 組難度加 0.6 分；D 組難度加 0.4 分；
C 組難度加 0.3 分；B 組難度加 0.2 分

新秀 A,B 組 每多一 S.E./E 組難度加 0.8 分；D 組難度加 0.6 分；
C 組難度加 0.5 分；B 組難度加 0.3 分

(九) 女子組比賽要求：

		<u>分值</u>			<u>分值</u>
a). 評分內容： 公開組 (跳馬除外)	i) 難度	2.8	新秀組	i) 難度	3.0
	ii) 特殊要求	1.0		ii) 特殊要求	1.0
	iii) 加分	1.2		iii) 加分	1.0
	iv) 動作編排及完成情況	5.0		iv) 動作編排及完成情況	5.0
	(藝術性:自由操及平衡木)			(藝術性:自由操及平衡木)	
合共：		<u>10.0</u>	合共：		<u>10.0</u>

b). 難度要求：

	跳 馬	高 低 槓	平 衡 木	自 由 操
公開組	依照 2001-2004 年 FIG 評分規則 (以第二類比賽進行評分)	2C (0.6 x 2) 2B (0.4 x 2) 4A (0.2 x 4)	2C (0.6 x 2) 2B (0.4 x 2) 4A (0.2 x 4)	3C (0.5 x 3) 3B (0.3 x 3) 3A (0.1 x 4)
新秀 A	動作編號			
	* (試跳兩個相同或不同動作，取平均分為最後得分)	<u>分 值</u>	1B (1.2 x 1) 3A (0.6 x 3)	3B (0.6 x 3) 3A (0.4 x 3)
	01 - 前手翻	9.20		
	02 - 前手翻轉體 180°	9.40		
	03 - 跳起轉體 180° - 前手翻轉體 180°	9.60		
	04 - 前手翻轉體 360°	9.60		
	05 - 跳起轉體 180° - 前手翻轉體 360°	10.0		
06 - 跳起轉體 180° - 團身後空翻	10.0			
07 - 前手翻接前空翻	10.0			
新秀 B	助跑起跳前手翻躺下(祇跳一次)	--	5A (0.6 x 5)	3B (0.6 x 3) 3A (0.4 x 3)

c). 特殊要求：

● 公開組:	跳 馬	依照 2001-2004 年 FIG 評分規則。
	高低槓	1. 有二次換槓 2. 一個在高槓上完成的動作 3. 一個後擺倒立 4. 一個不少於 A 組難度的縱軸轉體動作，(上/下法不作計算) 5. 最少是 A 組下法
	平衡木	1. 最少有一個有騰空的技巧動作組成的技巧串 2. 一串體操或混合串 3. 一個單腿轉體最少 360° 4. 一個大幅度的縱向跳步 5. 最少是 B 組的下法
	自由操	依照 2001-2004 年 FIG 評分規則之特定要求

● 新秀 A 組:	高低槓	1. 有二次換槓 2. 一個在高槓上完成的動作 3. 屈伸上 4. 一個不少於 A 組難度的縱軸轉體動作 (下法不計) 5. 最少是 A 組下法
	平衡木	1. 一串技巧串 2. 一串體操或混合串 3. 一個單腿轉體最少 360° 4. 一個大幅度的縱向跳步 5. 最少是 A 組下法
	自由操	1. 兩串技巧串 2. 一串體操串或混合串 3. 一個 B 組體操動作 4. 最少要有兩個單腿起跳的跳步組成體操串 5. 結束串的動作不少於 B 組難度

● 新秀 B 組	自由操	1. 一串技巧串 2. 一串體操串或混合串 3. 一個 B 組體操動作 4. 最少要有兩個單腿起跳的跳步組成體操串 5. 結束串的動作不少於 B 組難度
	平衡木	1. 一串體操串 2. 最少有一個技巧動作 3. 一個單腿轉體最少 360° 4. 一個大幅度的縱向跳步 5. 最少是 A 組下法

d). 加 分：

公 開 組： 依照 2001-2004 年 FIG 評分規則。

新 秀 組： (a) 每多一個 B 組難度加 0.1 分；每多一個 C 組難度加 0.2 分；
每多一個 D 組難度加 0.3 分；每多一個 E 組難度加 0.4 分；
最多可加至 1.0 分。

(b) 動作的連接加分依照 2001-2004 年 FIG 評分規則

- e). 扣 分：一般性扣分、所有專項的編排扣分、特殊扣分及完成扣分，將依照 2001-2004 年度國際體操聯盟(FIG)評分規則進行評分。
- f). 音 樂：女子自由體操項目中，公開組及新秀 A 組均必須有音樂伴奏。
- g) 若運動員有創新之動作（即不包括在 2001-2004 之國際評分規則內），請於二〇〇六年二月四日前以書面申請。

- (十) 器械規格：
1. 公開組全依國際體操聯盟之規格。
 2. 比賽器械由大會供應，參賽者不得擅自更換。
 3. 新秀組則依照下列之規格：

組別 \ 項目	雙槓	單槓	自由體操	跳 馬	高低槓 (註二)	平衡木
男子組	新秀 A 組 (依國際體操聯盟規格)	新秀 A 組 (依國際體操聯盟規格)	新秀 A 組 12m x 12m	新秀 A 組 1.10m 跳臺	/	/
			新秀 B 組 14m x 1.5m	新秀 B 組 1.0m 直箱	/	/
女子組	/	/	新秀 A 組 12 m x 12 m	新秀 A 組 1.20m 跳臺	高 2.4m 低 1.6m	1.25 m
	/	/	新秀 B 組 14 m x 1.5 m	新秀 B 組 1.0m 橫箱		

註二：女子組高低槓可調較闊度為 90cm 至 143cm

- (十一) 比賽服裝：依 2001-2004 年國際體操聯盟之規則；如服裝不符規定者，將被扣分。
(號碼布由賽會提供)
- (十二) 報名辦法：填妥報名表，並連同劃線支票，抬頭『中國香港體操總會』，寄回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。如需本會發出收據，請在報名表上註明，並附上回郵信封寄回本會。
*不接受傳真報名
- (十三) 費 用： 每項 HK\$50 元、團體組 HK\$200 元
- (十四) 截止報名：二〇〇六年二月三日(星期五) 逾時報名者將不被接納(以郵戳日期為準)
- (十五) 獎 項：
- 1) 團體賽每組別獎前三名。
 - 2) 公開組設個人全能獎前三名及各單項獎前三名。
 - 3) 新秀 A 組設個人全能獎前三名及各單項獎前五名。
 - 4) 新秀 B 組設個人全能獎前三名及各單項獎前八名。
 - 5) 於各項目獲前八名之運動員，均獲頒發證書乙張。
 - 6) 若報名隊伍及個人項目人數未達到該獎項分配之數目，則以 N-1 制度頒發獎項。
 - 7) 若一組別只得一隊參加團體賽，該組別將會取消。
- (十六) 領隊會議：二〇〇六年二月十五日(星期三) 晚上七時假順利村體育館 - 2 樓會議室舉行
- (十七) 查 詢：如有任何查詢，請致電 2504 8233 與體操總會職員聯絡。網址：www.gahk.org.hk
- (十八) 備 註：
- 1) 本賽事不設上訴。
 - 2) 如發現虛報資料，賽會有權取消其參賽資格，已繳交之費用將不獲發還。
 - 3) 教練必須佩戴大會簽發的教練証方能進入比賽場地。詳情請參閱教練証申請表。
 - 4) 本會有權酌情修改章程。

2005 - 2006 年度競技體操公開及新秀比賽 報名表格

姓名: _____ (英文) _____ (中文)

性別: _____ 出生日期: _____ 年齡: _____

聯絡地址: _____

電話: _____ (日) _____ (夜)

所讀學校名稱: _____

請貼上
近照
(如不貼上
不獲處理)

參加組別及項目:

項目		鞍馬	吊環	單槓	雙槓	自由操	跳馬	高低槓	平衡木
男子組	公開組							---	---
	新秀A組	---	---					---	---
	新秀B組	---	---	---	---			---	---
女子組	公開組	---	---	---	---				
	新秀A組	---	---	---	---				
	新秀B組	---	---	---	---			---	

請以 表示所參加之項目

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

我聲明: _____ (參加者姓名) 的健康及體能良好, 適宜參加上述活動, 如申請人因他/她的疏忽或體能欠佳, 而引致於參加這個活動時傷亡, 主辦機構無須負責。如本人/小兒/小女在活動發生任何意外, 本人授權主辦機構全權決定是否送本人/小兒/小女到醫院接受治療。主辦機構或教練無須就本人/小兒/小女的人身傷害及其他一切損失負上任何責任。

*運動員簽署: _____ #家長簽署: _____

日期: _____ 家長姓名: _____

2005-2006 年度競技體操公開及新秀比賽

運動員証

姓名: _____

編號: _____

請貼上近照
(如不貼上
不獲處理)

2005-06 年度競技體操公開及新秀比賽

團 體 報 名 表 格

男 子 組	女 子 組
公 開 組 <input type="checkbox"/>	公 開 組 <input type="checkbox"/>
新 秀 A 組 <input type="checkbox"/>	新 秀 A 組 <input type="checkbox"/>
新 秀 B 組 <input type="checkbox"/>	新 秀 B 組 <input type="checkbox"/>

隊伍名稱： _____

教練姓名： _____ 聯絡電話： _____ 電郵： _____

通訊地址： _____

運動員資料：

1) 姓 名： _____ (中) _____ (英)

出生日期： _____ 身份証號碼： _____

通訊地址 _____

2) 姓 名： _____ (中) _____ (英)

出生日期： _____ 身份証號碼： _____

通訊地址 _____

3) 姓 名： _____ (中) _____ (英)

出生日期： _____ 身份証號碼： _____

通訊地址 _____

4) 姓 名： _____ (中) _____ (英)

出生日期： _____ 身份証號碼： _____

通訊地址 _____

5) 姓 名： _____ (中) _____ (英)

出生日期： _____ 身份証號碼： _____

通訊地址 _____

※ 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。

團體蓋印： _____ 簽 署： _____ 日 期： _____

2005-2006 年度競技體操公開及新秀比賽 教練証申請表

教練注意事項

- 1/. 每名運動員只能由一位教練員帶領，教練必須戴上教練証方能進入比賽場地。
- 2/. 教練証將於比賽當日派發(26/2/2006)。
- 3/. 請填妥以下申請表格，連同相片於**2006年2月3日前**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 (3) 其他_____

負責之運動員姓名：

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

2005-2006 年度競技體操公開及新秀比賽 教練証

姓名：_____

編號：_____

相 片
(如不貼上
不獲處理)

註：如有需要可自行影印