



中國香港體操總會 主辦



康樂及文化事務署 資助

2006 - 2007 年度競技體操國際邀請賽 暨 香港公開及新秀比賽

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：2007年1月14日(星期日)
- (四) 時間：9:00am – 7:00pm
- (五) 地點：九龍公園體育館
- (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。
- 團體比賽每間機構每組限報一隊，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其全能及單項成績。

- (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，必須參加新秀 A 組或以上之組別。
- 4) 凡參加團體賽之隊伍必須已在本會註冊之團體會員，每組別只能參加一隊。

(八) 男子組評分要求：

a). 難度分值要求：

組別	自由體操、鞍馬、吊環、雙槓、單槓	跳馬
公開組	A 0.3、B 0.4、C 0.5、D 0.6、E 0.7	依照 2006-2008 年國際評分規則
新秀 A 組	A 0.3、B 0.4、C 0.5、D 0.6、E 0.7	只跳一次
新秀 B 組	A 0.3、B 0.4、C 0.5、D 0.6、E 0.7	

b). 動作組別要求：一套動作有五個動作組別。每完成一個組別 A 裁判將給予 0.5 加分。

公開組：依照 **2006 - 2008** 年國際評分規則之規定。

- 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 (不包括支撐轉體)
 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. 對下法組別的要求：A 組下法+ 0.1、B 組下法+ 0.3、C 組下法+ 0.5

d. 連接加分：

- 公開組，新秀 A,B 組：
- 自由體操 - 空翻之間直接連接可獲 0.2 加分
 - 單槓 - 飛行動作之間直接連接可獲 0.2 加分

e. 列出各項特定難度
(只限於新秀 B、新秀 A)

自由體操	1. 側手翻	A
	2. 前空翻 (團身或屈體)	B
	3. 後空翻 (團身或屈體)	B
雙槓	1. 支撐前擺團身後空翻下	A
	2. 掛臂後擺上	A
	3. 掛臂屈伸上	A
	4. 直角支撐慢起肩倒立	A
	5. 擺動肩倒立	A
單槓	1. 懸垂擺動後擺上	A
	2. 後擺分切成懸垂	A
	3. 前擺團身後空翻下	A
跳馬	1. 預先後擺分腿騰越	2.0

(其他動作則依照 2006-2008 年國際評分規則)

(九) 女子組比賽要求：

9.1 評分內容: (A 分) - 難度價值，動作組要求及加分
(B 分) - 包括演出及編排分

9.2 難度價值:

	公開組	新秀 A	新秀 B
跳 馬	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 依照 2006-2008 年 FIG 評分規則 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 依照 2006-2008 年 FIG 難度表中之分值，每個難度值加 1 分 	規定動作：前手翻(祇跳一次) ➢ 難度值 = 5.0
高 低 槓	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 計算全套動作 5 個最高難度動作和下法 ➢ 難度價值： <ul style="list-style-type: none"> ■ A 組 = 0.3 ■ B 組 = 0.5 ■ C 組 = 0.7 ■ D 組 = 0.9 ■ E 組 = 1.1 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 計算全套動作 5 個最高難度動作和下法 ➢ 難度價值: (請參閱標題 9.2i) 	/
平 衡 木	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 計算全套動作 9 個最高難度動作和下法 ➢ 難度價值： <ul style="list-style-type: none"> ■ A 組 = 0.1 ■ B 組 = 0.3 ■ C 組 = 0.5 ■ D 組 = 0.7 ■ E 組 = 0.9 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 計算全套動作 7 個最高難度動作和下法 ➢ 難度價值： <ul style="list-style-type: none"> ■ A 組 = 0.3 ■ B 組 = 0.5 ■ C 組 = 0.7 ■ D 組 = 0.9 ■ E 組 = 1.1 	/
自由操	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 計算全套動作 9 個最高難度動作和下法 ➢ 難度價值： <ul style="list-style-type: none"> ■ A 組 = 0.1 ■ B 組 = 0.3 ■ C 組 = 0.5 ■ D 組 = 0.7 ■ E 組 = 0.9 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 計算全套動作 7 個最高難度動作和下法 ➢ 難度價值： <ul style="list-style-type: none"> ■ A 組 = 0.3 ■ B 組 = 0.5 ■ C 組 = 0.7 ■ D 組 = 0.9 ■ E 組 = 1.1 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 計算全套動作 7 個最高難度動作和下法 ➢ 難度價值： <ul style="list-style-type: none"> ■ A 組 = 0.3 ■ B 組 = 0.5 ■ C 組 = 0.7 ■ D 組 = 0.9 ■ E 組 = 1.1

9.2.i 女子新秀組A高低槓難度價值：計算全套動作 5 個最高難度動作和下法。
全套動作必須以【動作難度價值表】內之動作組成。

[動作難度價值表]

動作組		0.4	0.6	0.8	1.0	1.2
上法		翻身上	正握槓，雙腿併攏翻身上 跳起轉體 180° 上高槓	屈身上 跳起轉體 360° 上高槓	跳起轉體 360° 屈身上	低槓分腿騰越上高槓 低槓併腿騰越上高槓 跳起成手倒立（身體保持伸直）
槓中動作組	後擺類	後擺少於 45°	後擺多於 45°	後擺成倒立 高槓翻身上	後擺成倒立轉體 180° 騰身迴環 前擺後拉上倒立	騰身迴環成倒立 高槓前擺上成倒立轉體 180°
	迴環類	後擺腹迴環	後擺至 30 度腹迴環 前迴環	後擺至 45° 腹迴環 迴環轉體 180°	向後/向前大迴環成倒立 高槓前擺轉體 180° 落低槓（身體跟槓面成 45°）	向後/向前大迴環成倒立轉體 180° 向後/向前大迴環成倒立轉體 360° 高槓倒立，前擺轉體 360°（需在槓一面完成）
	近槓類	蹲腿踏槓 蹲腿踏槓迴環	屈體踏槓迴環			高槓屈體踏槓轉體 180° 低槓屈體踏槓迴環，上高槓
下法		弧形短振下	分腿立撐下 屈體立撐下	立撐轉體 180° 立撐轉體 360°	從高槓後擺，團身、屈體或直體後空翻下 從高槓後擺，直體後空翻轉體 180° 下 踏槓屈體支撐，團身或屈體前空翻下	反握下擺團身、屈體或直體前空翻下 從倒立下擺，團身後空翻兩周下 從倒立下擺，直體後空翻轉體 360° 下

9.3 動作組要求：

● 公開組：	跳 檯	依照 2006-2008 年 FIG 評分規則。 ~以單項比賽進行評分，運動員必須完成兩個不同跳馬動作，兩個動作的平均分爲最後得分
	高低槓	1. 由低槓至高槓的動作 2. 由高槓至低槓的動作 3. 一個後擺手倒立 4. 近槓迴環動作(在 2, 4, 5 組)，不包括後擺手倒立和飛行動作 5. 下法： <ul style="list-style-type: none">● 無下法 加 0.00 分● 使用 A 組下法 加 0.30 分● 使用 B 組或以上下法 加 0.50 分
	平衡木	1. 一個至少由兩個技巧動作的直接連接，其中一個要有騰空 2. 具有不同方向（向前或向側和向後）的技巧動作 3. 一個至少含兩個不同的舞蹈動作的直接連接，其中一個是分腿 180° (僅前後分腿)的單足跳、雙足跳或小跳 4. 一個單腿轉體最少 360° 5. 下法： <ul style="list-style-type: none">● 無下法或 A 組下法 加 0.00 分● 使用 B 組下法 加 0.30 分● 使用 C 組或以上下法 加 0.50 分
	自由操	1. 一個含有兩個不同空翻的技巧串 2. 具有不同方向（向前或向側和向後）的空翻動作 3. 具有縱軸轉體的空翻動作 4. 一個至少含兩個不同的舞蹈動作組成的舞蹈段落，其中一個是分腿 180° (僅前後分腿)的單足跳、雙足跳或小跳 5. 下法： <ul style="list-style-type: none">● 無下法或 A 組下法 加 0.00 分● 使用 B 組下法 加 0.30 分● 使用 C 組或以上下法 加 0.50 分

● 新秀 A 組：	跳 馬	依照 2006-2008 年 FIG 評分規則。 ~ 全能及團體賽，祇須跳一個動作 ~ 單項賽，必須完成兩個不同跳馬動作，兩個動作的平均分爲最後得分
	高低槓	1. 由低槓至高槓的動作 2. 由高槓至低槓的動作 3. 一個後擺手倒立 4. 一個屈伸上 5. 下法： ● 無下法或 0.8 分以下的下法 加 0.00 分 ● 使用 0.8 分值的下法 加 0.30 分 ● 使用 1.0 分值組或以上下法 加 0.50 分
	平衡木	1. 一個至少由兩個技巧動作的直接連接 2. 具有不同方向（向前或向側和向後）的技巧動作 3. 一個至少含兩個不同的舞蹈動作的直接連接，其中一個是分腿 180°（僅前後分腿）的單足跳，雙足跳或小跳 4. 一個單腿轉體最少 360° 5. 下法： ● 無下法或 A 組下法 加 0.00 分 ● 使用 B 組下法 加 0.30 分 ● 使用 C 組或以上下法 加 0.50 分
	自由操	1. 由至少兩個有騰空的技巧動作組成的技巧串，其中一個是空翻 2. 至少有兩串技巧串 3. 具有不同方向（向前或向側和向後）的空翻動作 4. 一個至少含兩個不同的舞蹈動作組成的舞蹈段落，其中一個是分腿 180°（僅前後分腿）的單足跳，雙足跳或小跳 5. 下法： ● 無下法或 A 組下法 加 0.00 分 ● 使用 B 組下法 加 0.30 分 ● 使用 C 組或以上下法 加 0.50 分

● 新秀 B 組	跳 馬	~ 前手翻（祇跳一次） ~ 難度值 = 5.0
	自由操	1. 一個兩個技巧動作的直接連接 2. 一個至少含兩個不同的舞蹈動作組成的舞蹈段落，其中一個是單足起跳 3. 一個大幅度的縱向跳步 4. 一個至少 360°的單足轉體 5. 下法： ● 無下法 加 0.00 分 ● 使用 A 組下法 加 0.30 分 ● 使用 B 組或以上下法 加 0.50 分

9.4 加 分：所有組別依照 **2006-2008** 年度國際體操聯盟準則加分(**Code of Point**)

9.5 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 **2006-2008** 年度國際體操聯盟(FIG)評分規則進行評分。

9.6 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。

9.7 若運動員有創新之動作（即不包括在 **2006-2008** 之國際評分規則內），請於**2006年12月8日**前以書面申請。

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

項目 組別	雙槓	單槓	自由體操	跳 馬	高低槓	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 跳檯	/	/
			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 跳檯	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	/	/

(十一) 比賽服裝：依 **2006-2008** 年國際體操聯盟之規則；如服裝違規者，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： 每單項 **HK\$50** 元
團體組 **HK\$300** 元 (此費用不包括個人單項報名費)

(十四) 截止報名：**2006年12月20日(星期三)** 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：**2007年1月5日(星期五)** 晚上 7 時假北河街體育館 - 6 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。

2006 - 2007 年度競技體操國際邀請賽 暨 香港公開及新秀比賽

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)

請貼上
近照
(如不貼上
不獲處理)

備註：除報名表格相片之外，請提供多 1 張近照用作申請運動員入場証用。

參加組別及項目:

組別 \ 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： _____

**2006 - 2007 年度競技體操國際邀請賽
暨
香港公開及新秀比賽**

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： _____

**2006 - 2007 年度競技體操國際邀請賽
暨
香港公開及新秀比賽**

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(14/1/2007)。
- 3/. 請填妥以下申請表格，連同相片於2006年12月20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

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.	

註：如有需要可自行影印

<p>2006 - 2007 年度競技體操國際邀請賽 暨 香港公開及新秀比賽 教練証</p>		
<p>姓名: _____</p> <p>編號: _____</p>	<table border="1"> <tr> <td> <p>相 片 (如不貼上 不獲處理)</p> </td> </tr> </table>	<p>相 片 (如不貼上 不獲處理)</p>
<p>相 片 (如不貼上 不獲處理)</p>		