



中國香港體操總會 主辦



康樂及文化事務署 資助

2022 年全港技巧體操分齡賽



日期：2022年10月15日（星期六）

時間：上午10時30分

地點：順利邨體育館 - 體操訓練場

目錄

技巧體操簡介	1
裁判、工作人員名單	2
參賽運動員名單及出場序	3-4
場地平面圖	5
鳴謝	6

技巧體操簡介

技巧體操十分講求合作、用力準確的體育項目；比賽分為男子雙人、女子雙人、混合雙人、女子三人和男子四人。是通過兩人、三人或四人的合力而創造，因此劃分了上面人、下面人及中間人等不同位置。

其動作特點，一類是靜力性平衡動作；在同伴的肢體上支撐完成各種靜態及動態造型：如倒立、背弓、劈腿、結環、水平等。

另一類是動力性拋接動作；與同伴協作下進行不同的拋、甩、扔、騰空加力、接住、下法等飛行動作。

技巧訓練要求兩人、三人或四人思想技術協調配合，通過練習可以培養勇敢頑強的意志，發揮團結互助的集體主義精神，以及提高靈敏、速度、力量等素質。



比賽籌備委員會名單

- 籌委會顧問：馮世富博士 黃志嘉先生
- 技術委員會：周平女士(召集人)
李振強先生(副召集人)
- 裁判長：許俊陞先生
- 裁判員：朱智謙先生 黃栩欣小姐 邱芷柔小姐
余綺霞小姐 黎嘉善先生 孫曉珊小姐
黃穎欣小姐 胡欣蕊小姐 羅凱婷小姐
陸嘉蕊小姐 劉倩奴小姐 方禮傑先生
黃錦豪先生
- 秘書處：吳子健先生 張鎮江先生 麥嘉靜小姐

2022 年香港技巧體操分齡賽

程序表

程序	時間	項目
一	1015	<u>1 級(6-14 歲)報到</u>
二	1030 - 1145	<u>1 級(6-14 歲)</u> 女子三人、女子雙人、混合雙人、男子雙人
三	1145 - 1300	<u>2 級(6-14 歲)</u> 女子三人、女子雙人
四	1300 - 1400	<u>午膳</u>
五	1430 - 1600	<u>3 級(7 歲或以上)</u> 女子三人、男子雙人、女子雙人
六	1600 - 1800	<u>4 級(9 歲或以上)</u> 女子三人 <u>5 級(10 歲或以上)</u> 女子雙人、女子三人
八	-	賽事結束

*請各級參加者於賽事前 15 分鐘到達場館

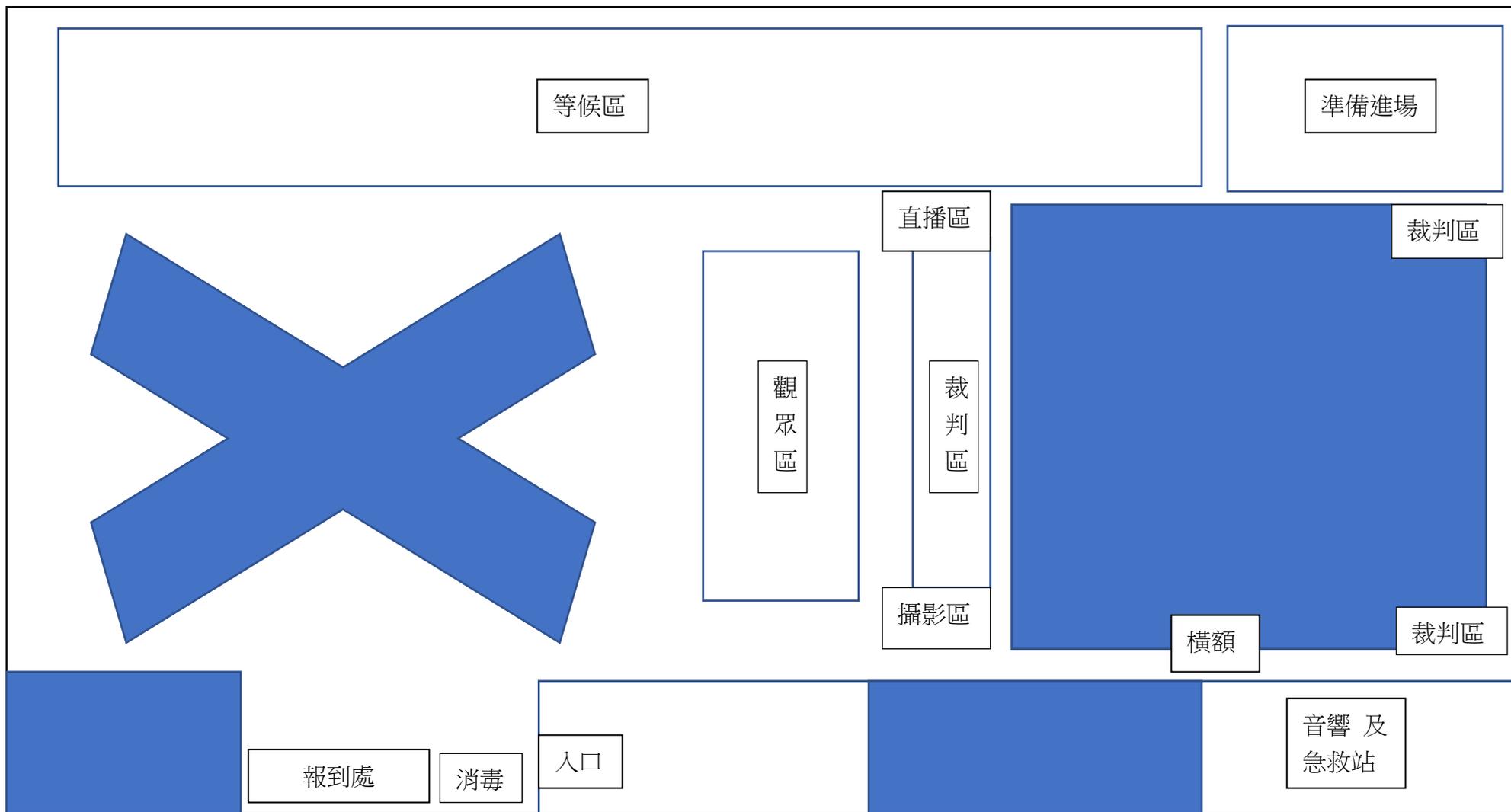
*請各參加者比賽完成後盡快離開場館，以免人群聚集

*每級完結後，隨即進行頒獎

參賽運動員名單及出場序

項目	出場序	姓名	項目	出場序	姓名
女子三人 1級(6-14歲)	1	梁倩	男子雙人 3級(7歲或以上)	16	梁啟新
		何心悅			馮智謙
		何汶睿			歐思嘉
	2	溫睿璿	女子雙人 3級(7歲或以上)	17	Aryahi Singh
		張慕			謝凱淇
		許湘翹			嚴心言
	3	翁悅頤		19	梁麗妍
		何心怡			高曉晴
		莊哲瀛			黃芯渝
女子雙人 1級(6-14歲)	4	崔映柔		20	陸蔚津
		周悅			易靖桐
	5	Gabrielle Steinhaus			21
混合雙人 1級(6-14歲)	6	汪信絃	女子三人 4級(9歲或以上)	22	劉暢顏
		謝縉賢			葉曦霖
	7	許雅姿		23	朱旖晨
		謝縉安			孫然卿
男子雙人 1級(6-14歲)	8	羅柏豪	女子雙人 5級(10歲或以上)	24	梁樂澄
		王以樂			楊曉澄
	9	黃政霖		25	鄧雋頤
女子三人 2級(6-14歲)	10	蔡梓健	女子三人 5級(10歲或以上)	26	黃甘睿
		易思同			陳朗晴
		陳恬瑤			劉歡顏
	11	凌可遙		27	王樂程
		陳琛凝			梁寶兒
黃伊廷	黃珮瑜				
凌可藍	顧芯瑜				
女子雙人 2級(6-14歲)	12	黃樂悠		黃映嘉	
		張恩寧			
	13	李珈名			
謝樂瞳					
女子三人 3級(7歲或以上)	14	黃允晴			
		何曉琳			
		何曉瑩			
15	黃沛欣				
	李卓殷				
	駱紫韻				

場地平面圖



鳴謝

賽事籌委會對本屆賽事得以順利進行，謹向有關機構及人士致以衷心謝意：

1. 康樂及文化事務署
2. 技巧體操技術委員會各委員
3. 各義務工作人員
4. 順利邨體育館
5. Watsons Water
6. 新世界發展有限公司

(排名不分先後)

是次比賽將會進行網上直播，歡迎公眾人士瀏覽。

<https://www.facebook.com/GymnasticsAss.HK>

比賽不設公眾觀眾，詳情請留意本會最新公佈。

如閣下對體操有興趣，可與中國香港體操總會職員聯絡，詳情如下：

電話：2504 8233

傳真：2882 8590

電郵：mail@gahk.org.hk

網址：www.gahk.org.hk

地址：香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑 1 號

奧運大樓 1002 室