



冠名贊助商



主辦機構



協辦機構



資助機構

## Samsung 第 59 屆體育節 2016 年香港彈網分齡賽

### 報名章程

一. 日期：2016 年 5 月 14 日（星期六）及 15 日（星期日）

二. 時間：9：00am — 6：00pm

三. 地點：香港灣仔港灣道體育館

四. 比賽項目及組別：

1. 個人項目分為以下八組：

- 女子／男子 12 歲或以下（2004 年或以後出生者）
- 女子／男子 13 至 14 歲（2002 年至 2003 年出生者）
- 女子／男子 15 至 17 歲（1999 年至 2001 年出生者）
- 女子／男子 18 歲或以上（1998 年或以前出生者）

2. 雙人同步賽則分為以下六組：

- 女子／男子 14 歲或以下（2002 年或以後出生者）
- 女子／男子 15 至 17 歲（1999 年至 2001 年出生者）
- 女子／男子 18 歲或以上（1998 年或以前出生者）

*（雙人同步賽之年齡計算是以較年長參賽者的年齡作為該對的參賽年齡。）*

五. 賽制：

- 個人比賽的運動員在初賽須演出一套規定動作套路，而同步比賽運動員則須在初賽演出一套規定動作套路及自選套路（參閱分齡賽規定動作表）；
- 最高得分的八名／對運動員進入決賽；如有成績相同的第八名／對運動員，則每位／對成績相同的運動員均可進入決賽；
- 如參賽人數／隊伍只有或少於八人／對，則所有運動員均可進入決賽；
- 在決賽每名／對運動員須演出一套自選套路；
- 決賽不計算初賽得分；。
- 女子／男子 18 歲或以上組別將會加入飛行時間（F 分）作為成績計算
- 除本章程所列明的規則外，比賽將採用國際體操聯盟 2013 年 - 2016 年之規則。

註：動作要求：

1. 規定動作的要求：

- 必須包括大會指定的四個規定動作。
- 運動員必須依照填寫在動作表上的套路次序來完成規定動作，不可改變，否則作動作終止論。

**2. 自選動作的要求：**

- 18歲或以上組別自選套路中必須包含四個3/4周或以上空翻。
- 15至17歲組別自選套路中必須包含二個3/4周或以上空翻。
- 其他組別可自由編排自選動作套路
- 每位演出裁判員將對所缺漏的難度要求每個扣減1分。
- 自選動作重複，則不計算重複動作的難度分。

**六. 比賽次序：**

1. 初賽的比賽次序由抽籤決定。
2. 決賽的比賽次序由初賽的成績決定，分數較高者得較後的比賽次序。若分數相同則次序由抽籤決定。

七. 報名資格： 凡香港永久性居民均可報名參加。

八. 報名費用： 個人賽 —— 每人港幣 60 元正，雙人同步賽 —— 每隊港幣 80 元正。

另收\*保險費用 —— 每人港幣 20 元正（不論是否同時參與個人或雙人同步）

九. 獎 項： 個人賽每組前三名獲頒獎牌及證書，第四至六名獲頒證書；

雙人同步賽前三名獲頒獎牌及證書，第四至六名獲頒證書。

**\*凡該組別少於三個比賽單位參賽，則自動取消。**

於任何一套套路動作中，演出分達至 24 分或以上者，可獲「優秀演出」證書乙張

**十. 截止報名日期及報名方法：**

請填妥報名表格及比賽動作咭，連同報名費於 **2016 年 4 月 23 日（星期六）前** 寄交（或遞交）本會，地址為：香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號奧運大樓 1002 室，以郵戳日期為準，逾期將不會受理。（請勿郵寄現金，若以劃線支票繳付報名費，抬頭請寫『中國香港體操總會』）。

十一. 領隊會議：2016 年 4 月 30 日（星期六）3:00p.m. – 5:00p.m.

地點：奧運大樓會議室

**（所有領隊或團體代表必須出席，否則取消該團體所有運動員之參賽資格。會議開始後 15 分鐘仍未出現則當缺席論之。）**

十二. 初賽規定動作表：請於本會網頁 [www.gahk.org.hk](http://www.gahk.org.hk) 下載

十三. 查 詢：電話 2504 8233 / 傳真 2882 8590 / 電郵 [mail@gahk.org.hk](mailto:mail@gahk.org.hk)

十四. 備 註：歡迎自行複印報名表格。

\* 體操運動存在一定風險，為提供保障，本會建議各參加者購買個人意外保險；

\* 是次比賽不設上訴；

\* 報名一經接納，費用恕不退回；

\* 請於比賽當日帶同身份證或出生證明，以供工作人員核對身份。如未能出示證明文件，大會有權取消其參賽資格

**\*\* 本會有權修改部份章程而不作另函通知 \*\***







冠名贊助商



主辦機構



協辦機構



資助機構

## Samsung 第 59 屆體育節 2016 年香港彈網分齡賽

### 比賽動作咕

運動員姓名： \_\_\_\_\_

性別： 男 / 女

<u>個人比賽</u> <input type="checkbox"/> 12 歲或以下 <input type="checkbox"/> 13 至 14 歲 <input type="checkbox"/> 15 至 17 歲 <input type="checkbox"/> 18 歲或以上	<u>雙人同步比賽</u> <input type="checkbox"/> 14 歲或以下 <input type="checkbox"/> 15 至 17 歲 <input type="checkbox"/> 18 歲或以上
---	---

只可別選一格

### 規定套路

No.*	動作名稱	身體姿勢.	規定動作.
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			

請在「規定動作」一欄以☆號表示規定動作

運動員簽署： \_\_\_\_\_

日期： \_\_\_\_\_

覆核裁判簽署： \_\_\_\_\_



冠名贊助商



主辦機構



協辦機構



資助機構

## Samsung 第 59 屆體育節 2016 年香港彈網分齡賽

### 運動員、家長或監護人聲明

聲明——年滿十八歲填寫聲明 / 未滿十八歲的申請人須由家長或監護人填寫聲明

1. 謹證明本人／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／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／敝子女、本人／敝子女之繼承人、本人／敝子女之遺囑執行人及本人／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／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／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。本人／敝子女願意授權大會及傳媒在無須本人／敝子女審查而可以使用本人／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。
2. 本人／敝子女明白在此報名表上提供之資料均屬正確及完備，如有任何虛假及誤導性資料，本人／敝子女的申請將被取消。如已接納，均屬無效。

運動員姓名 及 簽署： \_\_\_\_\_

\*家長姓名及簽署： \_\_\_\_\_

聲明日期： \_\_\_\_\_

\*如運動員未滿十八歲，必須有家長簽署此聲明

註：1. 如有需要可自行影印

2. 報名時，如未能遞交年齡及健康申報表，本會將禁止該運動員出賽

3. 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。



冠名贊助商



主辦機構



協辦機構



資助機構

## Samsung 第 59 屆體育節 2016 年香港彈網分齡賽

### 領隊申報

本人將帶領下列運動員參加 Samsung 第 59 屆體育節 2016 年全港彈網分齡賽，除負責處理一切比賽事宜及運動員與支持者之紀律問題外，亦願意遵守大會所訂下之章則。

#### 注意事項

- ◆ 領隊必須戴上領隊証方能進入比賽場地。
- ◆ 請填妥以下申請表格，領隊証貼上照片，連同報名表格寄回本會辦理，逾期恕不辦理，敬請合作。領隊証將於比賽當日派發。

### 領隊証申請表

比賽日之領隊姓名：\_\_\_\_\_ 聯絡電話：\_\_\_\_\_

比賽日之領隊簽名：\_\_\_\_\_

負責之運動員姓名：

運動員姓名及參賽組別 (括號內)	運動員姓名及參賽組別 (括號內)
1. ( )	6. ( )
2. ( )	7. ( )
3. ( )	8. ( )
4. ( )	9. ( )
5. ( )	10. ( )

### Samsung 第 59 屆體育節 2016 年香港彈網分齡賽

#### 領隊証

領隊姓名：\_\_\_\_\_

相片  
Photo

註：如有需要可自行影印



冠名贊助商



主辦機構



協辦機構



資助機構

## Samsung 第 59 屆體育節 2016 年香港彈網分齡賽

### 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
  - 參加者未曾於體能活動進行時會感到胸口痛
  - 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）予參加者服用
  - 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，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。