

中華民國 110 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會五人制拔河技術手冊

壹、拔河運動組織：

一、中華民國拔河運動協會：

理事長：吳育昇

秘書長：卓耀鵬

電話：02-87711436

傳真：02-27783297

會址：台北市中山區朱崙街20號708室

二、花蓮縣體育會拔河運動委員會：

主委：葉元豪

總幹事：謝易成

電話：03-8861161#15、0912-311491

傳真：03-8462776

會址：花蓮縣花蓮市林園一街5號

貳、競賽資訊：

一、競賽日期：110年11月10日（星期三）計1天。

二、競賽地點：宜昌國小活動中心。

三、競賽分組：

	甲組（競技組）： 穿拔河鞋（亞瑟士 109、亞瑟士 110、汎信等平底專用拔河鞋）	乙組（公開組）： 本組穿一般運動鞋
1、社會高中男子組	【五人 400 公斤(含)以下】	五人制【400 公斤(含)以下】
2、社會高中女子組	【五人 320 公斤(含)以下】	五人制【320 公斤(含)以下】
3、國中男生組	【五人 325 公斤(含)以下】	【五人不限重，不需過磅】 (僅限以班級或年級為單位組隊)
4、國中女生組	【五人 275 公斤(含)以下】	【五人不限重，不需過磅】 (僅限以班級或年級為單位組隊)
5、國中男女生混合組 (單一性別至少 2 人)	【五人 320 公斤(含)以下】	【五人不限重，不需過磅】 (僅限以班級或年級為單位組隊)
6、國小男生組	【五人 250 公斤(含)以下】	【五人 250 公斤(含)以下】
7、國小女生組	【五人 250 公斤(含)以下】	【五人 250 公斤(含)以下】
8、國小男女生混合組 (單一性別至少 2 人)	【五人 250 公斤(含)以下】	【五人 250 公斤(含)以下】

四、參賽年齡：依競賽規程第七條辦理。

五、參賽資格：各組每單位限報 2 隊。

六、報名人數：註冊選手每隊上限 7 人下限 6 人。

七、比賽規則：採用中華民國拔河運動協會 91 年 10 月審定公佈之最新拔河規則。

八、比賽制度：視報名隊數多寡而定（以循環賽為主，若超過五隊，則採分組循環）。

九、比賽細則：

- (一) 每人限報一組，女生得跨組報名參加男生組、男生不得跨組報名參加女生組。
- (二) 雙方勝負之判定：以每隊繩子的白色標誌，被拉到對方的 2 公尺處，即繩子移動 4 公尺即為勝負之判定。
- (三) 如有一隊因犯規而被「注意」兩次後，再被「警告」兩次，如有第三次的「警告」則要被判失格。
- (四) 拔河比賽 10 個犯規動作：坐姿犯規、划繩犯規、爬繩犯規、貼身犯規、夾持犯規、鎖繩犯規、違反握繩法、越線犯規、滯留蹲姿犯規、後位違反握繩法。請教練指導選手不要故意有犯規意圖或動作。
- (五) 採分組循環或循環比賽制，每場比賽採三局二勝制，每勝一局得一分，連勝兩局得三分；如 2 隊積分相同時，則依 2 隊對戰勝負為勝負；如 3 隊(或 3 隊以上)積分相同，則以 3 隊(或 3 隊以上)相關賽程之體重總和比較，輕者為勝。如仍無法分出勝負，則依抽籤決定賽程，再加賽 1 局。
- (六) 選手不能戴手套或防滑用具，惟手受傷包紮後經裁判認可使得下場比賽。
- (七) 比賽用繩：採用中華民國拔河運動協會審定合格之拔河繩。
- (八) 比賽服裝：為避免手臂及頸部擦傷，選手請儘量穿著有領長袖運動衫，並力求整齊，因縣運為本縣最高等級比賽，本次比賽將鋪設拔河道，上場比賽之選手得穿著正式拔河鞋，惟不得打赤腳或穿著釘鞋及上場比賽（其中穿著或鞋子有否違規，由各拔河道裁判組長判定，若有不服，則交由審判委員會會議裁定，如未與規則不符，對裁定結果不得異議）。
- (九) 比賽中選手應注意事項：
 1. 選手須經檢錄核對身分無誤方可下場比賽。
 2. 選手可站在繩子的左邊或右邊。
 3. 每一隊的第一位選手得緊握繩子藍色記號區外側。
 4. 選手空手，雙手掌向上緊握繩子。
 5. 繩子必須由軀幹與上臂之間通過。
 6. 比賽中必須兩腳在膝前伸直，且必須握住繩子，不可有鬆繩或放繩及滑繩動作。
 7. 後位握繩法：繩子必須通過右腋下，由背斜上至前方再經左腋下而將多餘的繩子置於左外側，且兩手必須緊握住繩子。
- (十) 未盡事宜得於賽前領隊會議中提出，並由會議決議後實施。

參、管理資訊：

一、競賽管理：在本縣縣運籌備委員會指導下，由花蓮縣體育會拔河運動委員會負責拔河運動競賽各項技術工作。

二、技術人員：

- (一) 裁判人員：裁判長及裁判員由本縣體育會拔河運動委員會商請聘請及聘任。
- (二) 審判委員：審判委員共 5 人，召集人及審判委員本縣體育會拔河運動委員會遴

派。

- 三、獎勵：依據競賽規程總則第11條之規定辦理。
- 四、申訴：依據競賽規程總則第14條之規定辦理。
- 五、罰則：依據競賽規程總則第16條之規定辦理。

110 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會拔河隊職員名單

共 8 個單位，總計 201 位隊職員

一、國中男子競技組

1、壽豐國中 A

領隊:鄭健民 教練:高竣暉,黃致翔
徐振家 楊之甫 高世勳 盧宥君 劉淑芳 陳文玟

2、壽豐國中 B

領隊:鄭健民 教練:高竣暉,黃致翔
林朝揚 蔡徐碩 徐文晨 溫文韶 向貴靖 游瑞恩

3、光復國中 A

領隊:葉淑貞 教練:紀毓中 管理:彭志中
呂芯怡 曾羽涵 許育瑄 林亞蒼 江高慧菊 邱巧蓮 陳芷芊

二、國中混合競技組

1、壽豐國中 A

領隊:鄭健民 教練:黃致翔,高竣暉
邱安云 黃建宏 劉淑雅 楊子婷 范瑤芸

2、光復國中 A

領隊:葉淑貞 教練:紀毓中 管理:彭志中
宋書好 陳宥昇 歐上由 劉霆宇 楊紓婷 楊瑤潔 林綦

3、富北國中 A

領隊:胡智翔 教練:劉淑英 管理:張凱倫
古宏義 吳芯柔 陳翔恩 古蕊藍 廖建華

4、富北國中 B

領隊:胡智翔 教練:劉淑英 管理:張凱倫
陳衍皓 余欣潔 陳慧語 李銘勳 張昊恩

三、國小男子競技組

1、花蓮市 A

領隊:魏嘉賢,干仁賢 教練:萬祥傑 管理:陳郁涵
王柏惇 石正歆 王品程 林嘉問 羅傑珽 陳宥銜 鄭旭桁

2、新城鄉 A

領隊:何禮臺 教練:李國華 管理:吳美蓓
章宏盛 周靖瑋 方宇豪 余啟瑞 陳定隣 蘇祐慶

3、壽豐鄉 A

領隊:劉耀宗,張珮玉 教練:高竣暉,黃致翔
盧宥臣 孫裕崑 姜以恩 吳晨安 黃威豪

4、壽豐鄉 B

領隊:劉耀宗,高竣暉,張珮玉 教練:黃致翔
黃靖 黃佑捷 姜東哲 徐文彥 黃鴻禧 呂庭安

5、光復鄉 A

領隊:林清水 教練:楊謝恩
黃亞瑟 張政杰 高聖凱 柯彥勛 楊千爽

6、玉里鎮 A

領隊:蔡秋龍 教練:莊程亘 管理:陳宜慧,宋竑萱
洪元皓 李浩翔 楊弘成 鄭愷銘 陳泓旭 孫晉武 蘇昭恩

四、國小女子競技組

1、花蓮市 A

領隊:魏嘉賢
溫玉芬 陳姝言 林芯 林家蓋 林秭靚 張詠甯 陳奕菲

2、光復鄉 A

領隊:林清水,劉從義 教練:賴旻安
宋書淇 王依芊 盧羿菲 周思好 黃薇

3、光復鄉 B

領隊:林清水 教練:楊謝恩
林百加 陳若綺 周芯姪 黃憶萱 林姿 李紹葳

4、玉里鎮 A

領隊:蔡秋龍 教練:李淑芬 管理:鍾旻
徐德馨 陳伊凡 洪雅平 潘佩妘 黃靖雯 陳愷欣 蔡佩芹

五、國小混合競技組

1、花蓮市 A

領隊:魏嘉賢
盧靜雯 連樂歆 李禹堯 張可揚 李柏佑 陳祈安 張語彤

2、新城鄉 A

領隊:何禮臺 教練:王環皓 管理:賴誼芬
楊恩琳 董軍翔 陳晟玟 張文傑 高亭瑄 金庭筠 黃蓉

3、光復鄉 A

領隊:林清水,劉從義 教練:賴旻安
王承恩 黃偉傑 林美紅 王以軒 周恩加

4、玉里鎮 A

領隊:蔡秋龍 教練:翁崇銘 管理:周玟綺,張美容
蓮陳楷捷 余宗平 林玉婷 陳韋君 鄭卉淇 林玉君 曾祥恩

5、玉里鎮 B

領隊:蔡秋龍 教練:蔡孟谷 管理:黃鑠崴,劉宜嘉
林建均 孫雅婷 羅苡崴 張鈺芸 鄆振嚴 林璽澄 汪香伶

110年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會拔河比賽名單

一、國中男子競技組（本項共 3 隊，取 1 隊）

壽豐國中 A：徐振家 楊之甫 劉淑芳 陳文玟 高世勳 盧宥君
壽豐國中 B：蔡徐碩 向貴靖 游瑞恩 徐文晨 溫文韶 林朝揚
光復國中 A：呂芯怡 陳芷芊 邱巧蓮 江高慧菊 林亞蓆 許育瑄 曾羽涵

二、國中混合競技組（本項共 4 隊，取 2 隊）

壽豐國中 A：范瑀芸 劉淑雅 楊子婷 邱安云 黃建宏
光復國中 A：林蓁 楊瑀潔 楊紓婷 劉霆宇 歐上由 陳宥昇 宋書好
富北國中 A：吳芯柔 廖建華 陳翔恩 古蕊藍 古宏義
富北國中 B：李銘勳 張昊恩 余欣潔 陳慧語 陳衍皓

三、國小男子競技組（本項共 6 隊，取 3 隊）

花蓮市 A：石正歆 王柏惇 鄭旭衍 陳宥銜 羅傑珽 林嘉問 王品程
新城鄉 A：章宏盛 周靖瑋 陳定隣 蘇祐慶 方宇豪 余啟瑞
壽豐鄉 A：姜以恩 吳晨安 盧宥臣 孫裕歲 黃威豪
壽豐鄉 B：呂庭安 姜東哲 徐文彥 黃靖 黃佑捷 黃鴻禧
光復鄉 A：柯彥勛 楊千爽 高聖凱 黃亞瑟 張政杰
玉里鎮 A：楊弘成 李浩翔 洪元皓 蘇昭恩 孫晉武 陳泓旭 鄭愷銘

四、國小女子競技組（本項共 4 隊，取 2 隊）

花蓮市 A：陳姝言 溫玉芬 陳奕菲 張詠甯 林秭靚 林家蓋 林芯
光復鄉 A：宋書淇 黃薇 周思妤 盧羿菲 王依芊
光復鄉 B：黃憶萱 林百加 陳若綺 林姿 李紹葳 周芯姪
玉里鎮 A：陳伊凡 徐德馨 蔡佩芹 陳愷欣 黃靖雯 潘佩妘 洪雅平

五、國小混合競技組（本項共 5 隊，取 3 隊）

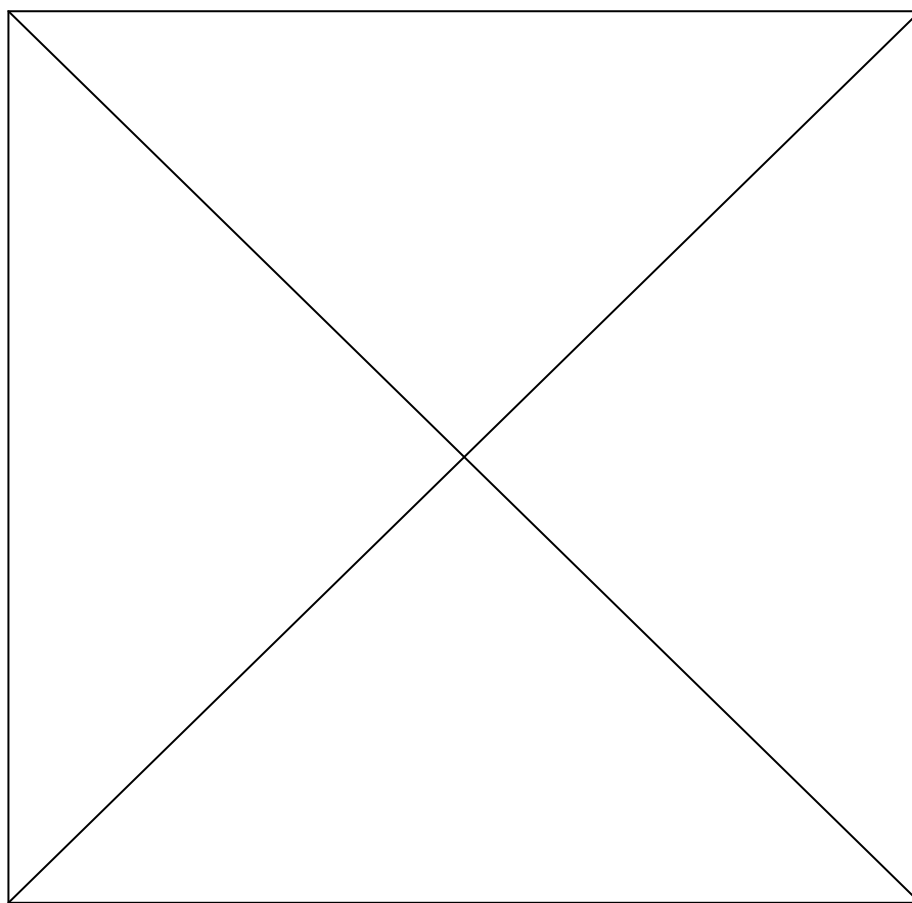
花蓮市 A：連樂歆 盧靜雯 張語彤 陳祈安 李柏佑 張可揚 李禹堯
新城鄉 A：黃蓉 金庭筠 高亭瑄 張文傑 陳晟玟 董軍翔 楊恩琳
光復鄉 A：黃偉傑 林美紅 王承恩 王以軒 周恩加
玉里鎮 A：林玉婷 余宗平 蓮陳楷捷 曾祥恩 林玉君 鄭卉淇 陳韋君
玉里鎮 B：孫雅婷 林建均 汪香伶 林璽澄 鄧振嚴 張鈺芸 羅苡歲

110 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會拔河錦標賽賽程表

國中混合競技組

壽豐國中 A

富北國中 A



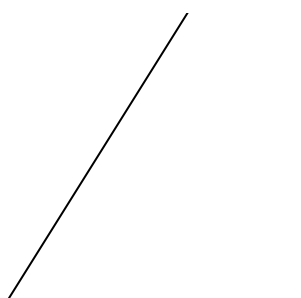
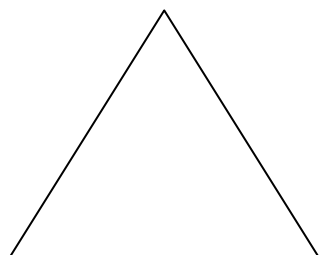
富北國中 B

光復國中 A

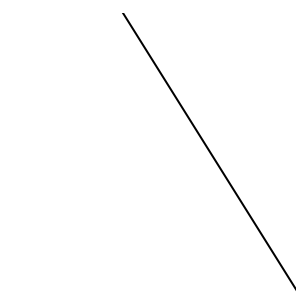
110 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會拔河錦標賽賽程表

國中男子競技組

壽豐國中 A



壽豐國中 B



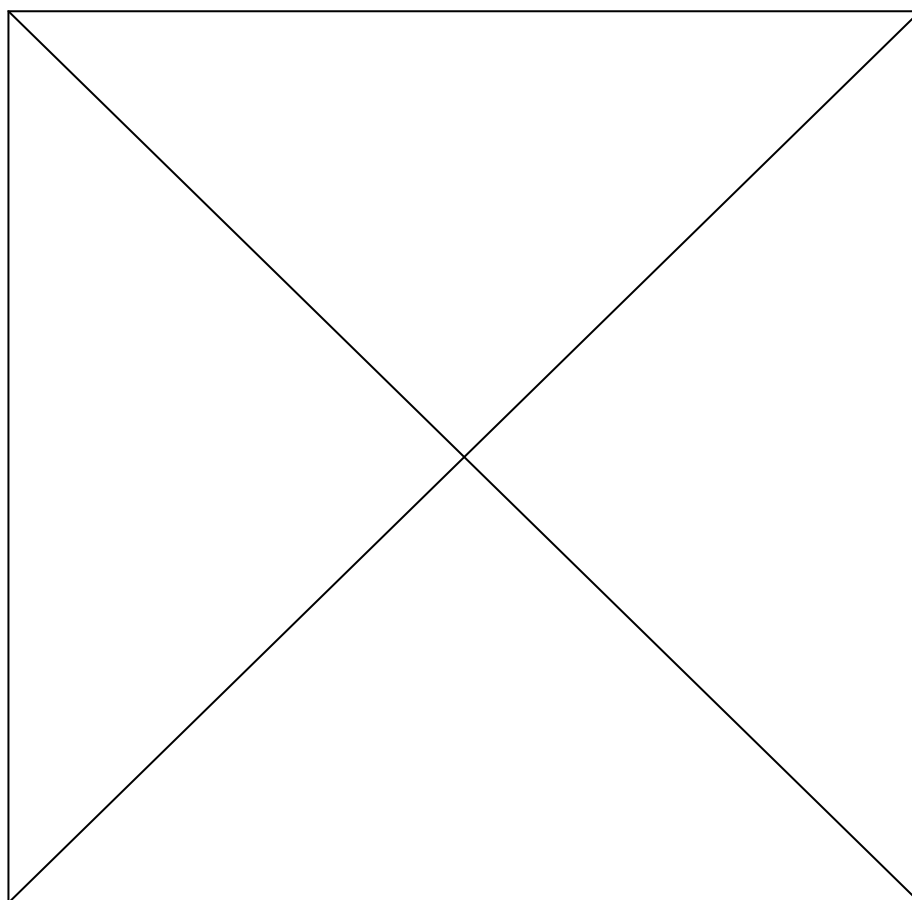
光復國中 A

110 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會拔河錦標賽賽程表

國小女子競技組

花蓮市 A

玉里鎮 A

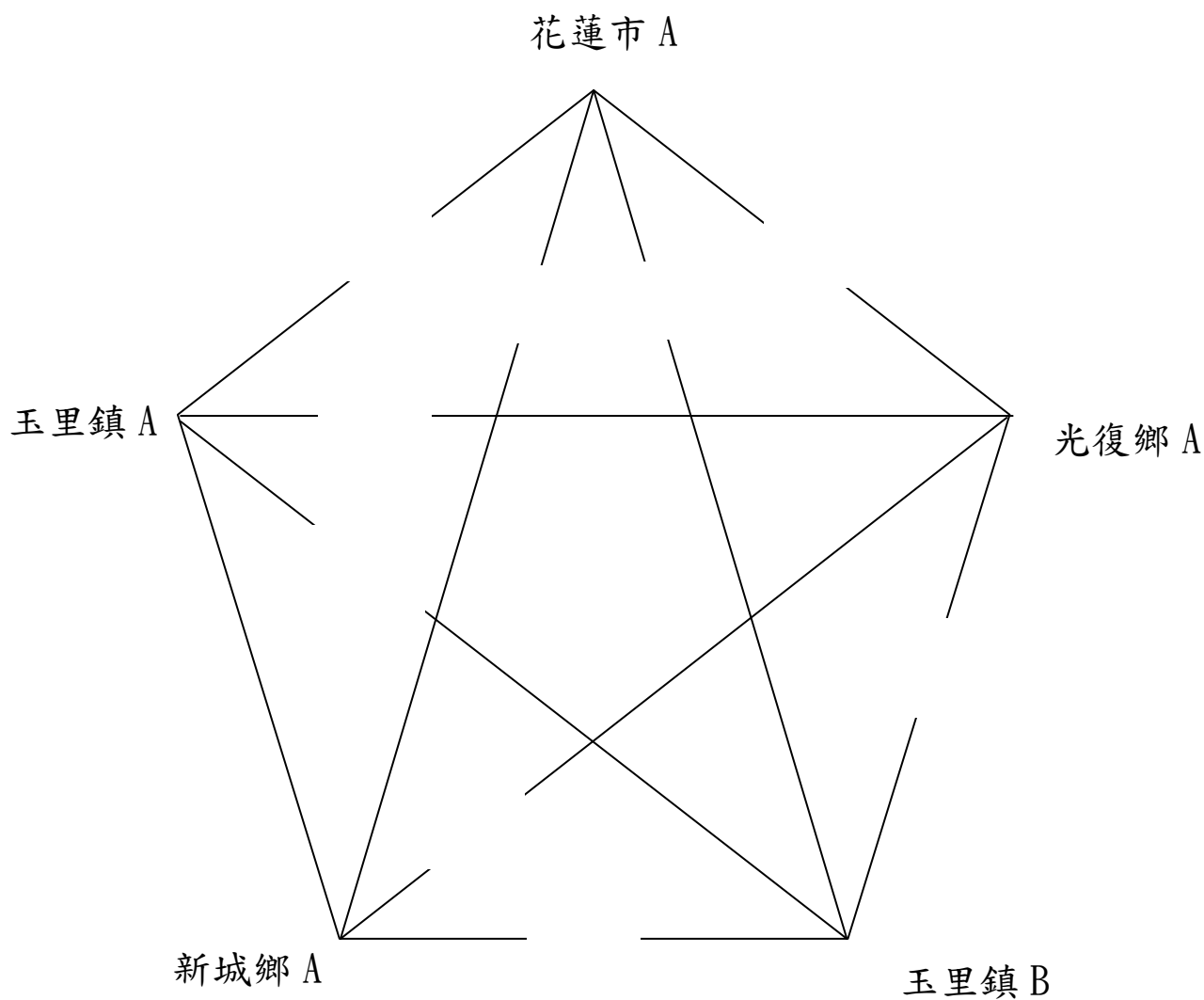


光復鄉 B

光復鄉 A

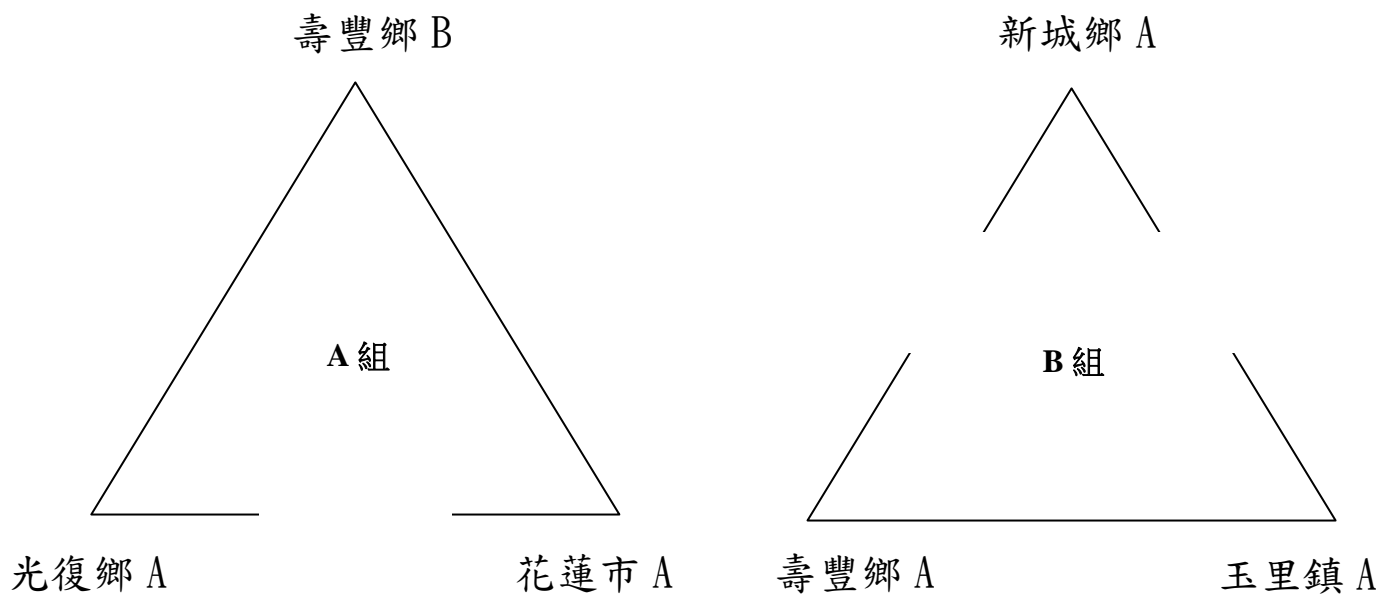
110 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會拔河錦標賽賽程表

國小混合競技組

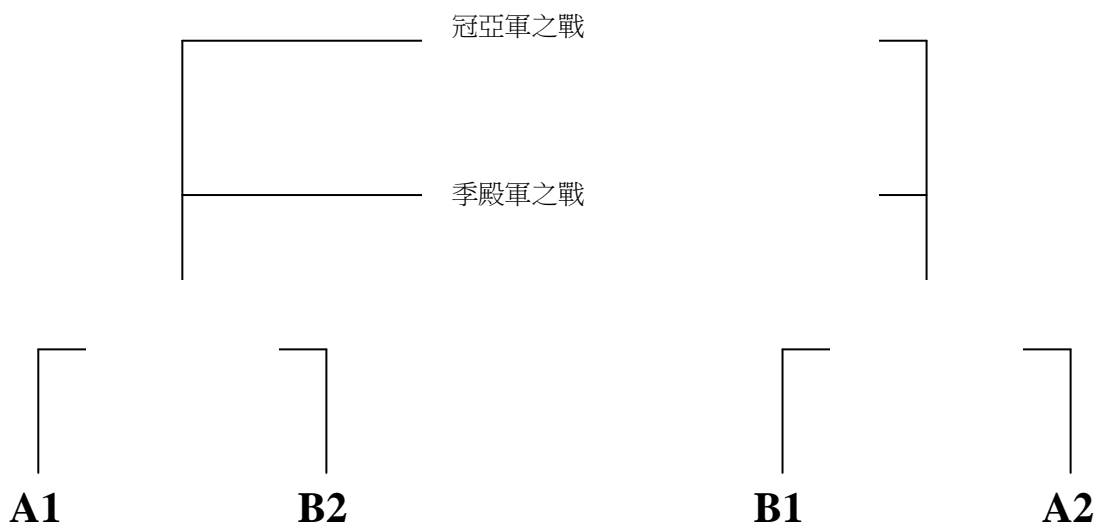


110 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會拔河錦標賽賽程表

國小男子競技組



決賽



110 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會拔河錦標賽時間表

場地：甲場地(鋪設拔河道)

日期：11 月 10 日

場次	時間	組 別	(左) 成績	比 賽 隊 伍	(右) 成績
		08：50 開 始 過 磅			
		09：20 領 隊 裁 判 會 議			
1	09：00				
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
頒獎閉幕					

110 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會拔河錦標賽時間表

場地：乙場地(鋪設拔河道)

日期：11 月 10 日

場次	時間	組 別	(左) 成績	比 賽 隊 伍	(右) 成績
		08：50 開 始 過 磅			
		09：20 領 隊 裁 判 會 議			
1	09：00				
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
頒獎閉幕					