

中華民國 112 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：陳建平

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：曾振興

副總幹事：陳建勳

電話：03-8876366#114、0921-171258

傳真：03-8870546

會址：花蓮縣花蓮縣吉安鄉吉興3街103號

貳、競賽資訊：

一、競賽日期：112年11月15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 108 年 3 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。

112 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 217 位隊職員

一、國中混合競技組

1、光復國中 A

領隊:黃建榮 教練:紀毓中 管理:葉君皓
宋書好 劉霆宇 歐上由 陳若綺 周芯婭 吳偲漩 林蓁

2、光復國中 B

領隊:黃建榮 教練:紀毓中 管理:葉君皓
宋書淇 張政杰 林美紅 王承恩 王以軒 周思好 陳巧睿

3、富北國中 A

領隊:胡智翔 教練:劉淑英
廖建華 湯元杰 劉好芯 楊佳玟 蘇恩 潘姿蕙 杜宇華

4、富北國中 B

領隊:胡智翔 教練:劉淑英
陳曦 劉宜芳 李芷晴 莊協慶 林峻愷 金澤野 楊聖楓

5、東里國中 A

領隊:杜鎮宇 管理:蔡莉真
謝可柔 林好婕 馬泓革 楊榮興 張宸綜

二、國小男子公開組

1、花蓮市 A

領隊:魏嘉彥,許傳德 教練:林家福 管理:張薰容
陳亮穎 蘇子曜 林宥霆 林睿承 葉暉雍 劉上意 葉哲宇

2、花蓮市 B

領隊:魏嘉彥,許傳德 教練:林家福 管理:張薰容
張鈞皓 林恩揚 林承澤 胡晉嘉 高靖捷 劉彥寬 嘎兆巴奈

3、新城鄉 A

領隊:何禮臺,蔣淑芳 教練:岳歆怡 管理:陳曉琪
陳昱泓 羅勻昊 張永恩 張能淳 王兆瑒 張睿恩

4、壽豐鄉 A

領隊:曾淑懿,張珮玉 教練:黃致翔,高竣暉
陳欽宏 何家慶 孫紹齊 林陳凱 鄭宇安 徐文彥 饒家維

5、光復鄉 A

領隊:林清水,劉從義 教練:楊謝恩,賴旻安
黃亞希 高聖韓 鄭宥恩 林志偉 徐堃瑞 王雅各 鄭秉昌

6、玉里鎮 A

領隊:詹秀葱 教練:鍾旻 管理:曾佳瑩,章亞萱
楊弘典 蘇韶魁 張耘蓼 蔡瑞鍵 陳行之 陳元浩

三、國小女子公開組

1、花蓮市 A

領隊:魏嘉彥,許傳德 教練:蕭雅云 管理:張薰容
陳芊語 李宥樺 高子涵 徐子茵 陳品妤 林希紋 周樂

2、花蓮市 B

領隊:魏嘉彥,許傳德 教練:蕭雅云 管理:張薰容
林詠翎 林瑜菲 張若榆 邱采妍 劉芸菲 余以樂 徐凡茵

3、壽豐鄉 A

領隊:曾淑懿,張珮玉 教練:黃致翔,高竣暉
許芷菱 梁芷瑄 黃羽晴 陳蓁 黃玟嫻 蘇百靈

4、光復鄉 A

領隊:曾淑懿,劉從義 教練:楊謝恩,賴旻安
何欣妤 呂佳珍 楊予婕 謝佩軒 曾巧柔 邱靖 張芸蓁

5、玉里鎮 A

領隊:詹秀葱 教練:李淑芬 管理:梁文瑜,陳宜慧
潘玉如 陳芮羽 汪芯如 陳潔翎 余容萱 黃靖雯 張姬筑

四、國小混合競技組

1、新城鄉 A

領隊:何禮臺,蔣淑芳 教練:岳歆怡 管理:宋旻珮
傅璟翔 杜小娟 林芝佑 陳定隣 張文傑 高亭瑄 金庭筠

2、壽豐鄉 A

領隊:曾淑懿,張珮玉 教練:黃致翔,高竣暉
楊舒庭 劉慧敏 孫婕瑜 柯晨晞 蘇家峰 林陳皓 何福恩

3、光復鄉 A

領隊:林清水,劉從義 教練:楊謝恩,賴旻安
徐晨瑞 周恩加 楊千爽 李紹葳 林凱萱 陳宥鈞 張政豪

4、玉里鎮 A

領隊:詹秀葱 教練:翁崇銘 管理:王巧玲, 佘汝舟
鄭愷銘 洪元皓 陳泓旭 汪香伶 洪雅平 李臻品 蔡佩芹

5、玉里鎮 B

領隊:詹秀葱 教練:蔡孟谷 管理:蔡萱螢, 吳宛陵
陳愷欣 登心鈞 李浩翔 楊弘成 蘇昭恩 孫晉武

112年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會拔河比賽名單

一、國中混合競技組（本項共 5 隊，取 3 隊）

光復國中 A：周芯婭 吳偲漩 歐上由 劉霆宇 陳若綺 宋書妤 林綦
光復國中 B：宋書淇 陳巧睿 王承恩 王以軒 張政杰 林美紅 周思妤
富北國中 A：劉妤芯 湯元杰 廖建華 杜宇華 潘姿蕙 蘇恩 楊佳玟
富北國中 B：劉宜芳 金澤野 林峻愷 李芷晴 莊協慶 陳曦 楊聖楓
東里國中 A：楊榮興 張宸綜 林好婕 馬泓華 謝可柔

二、國小男子公開組（本項共 6 隊，取 3 隊）

花蓮市 A：葉暉雍 林睿承 葉哲宇 蘇子曜 劉上意 林宥霆 陳亮穎
花蓮市 B：高靖捷 胡晉嘉 張鈞皓 林承澤 嘎兆巴奈 林恩揚 劉彥寬
新城鄉 A：張睿恩 王兆瑋 張能淳 張永恩 羅勻昊 陳昱洺
壽豐鄉 A：何家慶 陳欽宏 饒家維 徐文彥 鄭宇安 林陳凱 孫紹齊
光復鄉 A：徐堃瑞 林志偉 鄭宥恩 高聖韓 黃亞希 鄭秉昌 王雅各
玉里鎮 A：蘇韶魁 楊弘典 陳元浩 陳行之 蔡瑞鍵 張耘麥

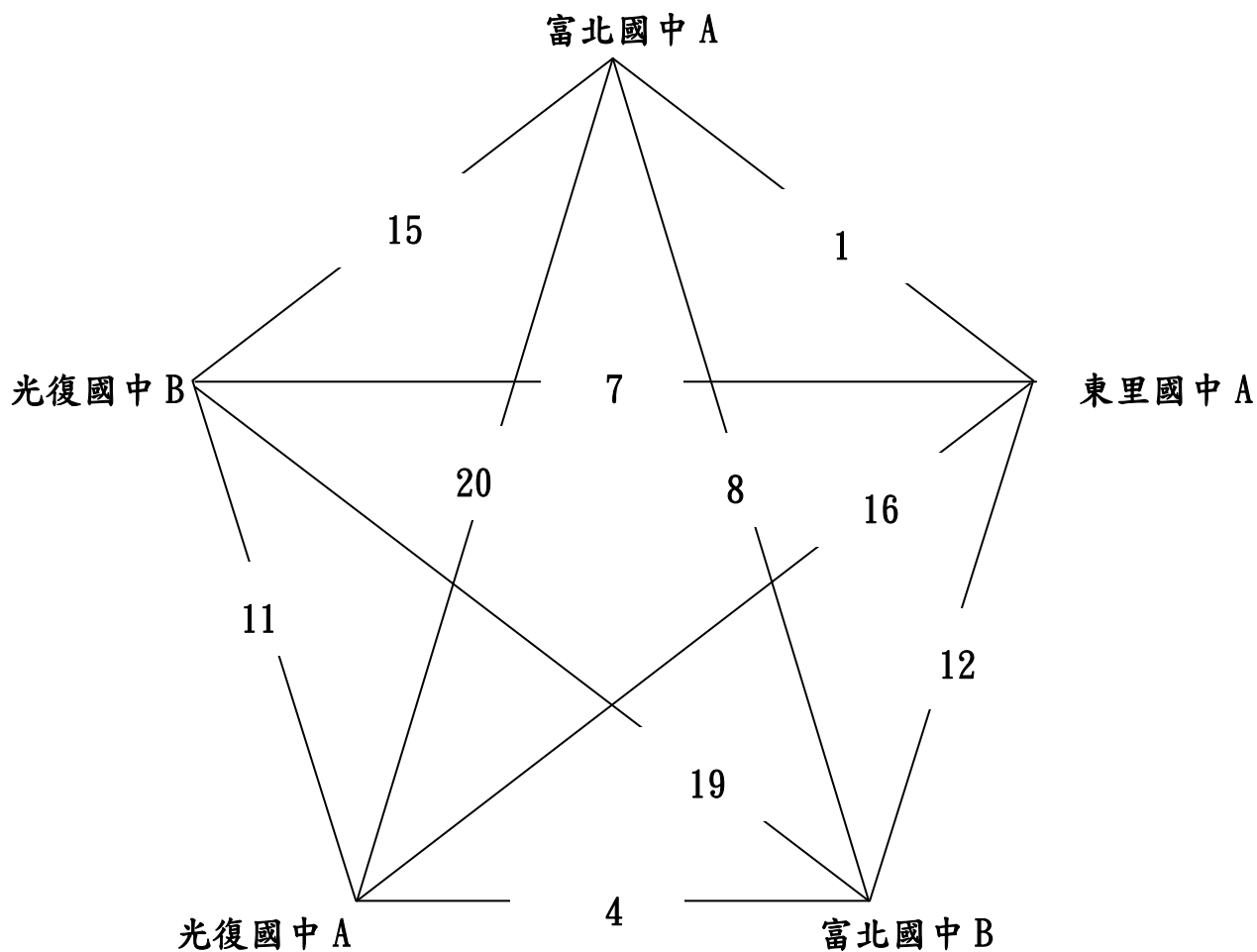
三、國小女子公開組（本項共 5 隊，取 3 隊）

花蓮市 A：陳品妤 徐子茵 陳芊語 高子涵 李宥樺 周樂 林希紋
花蓮市 B：劉芸菲 邱采妍 張若榆 林瑜菲 林詠翎 徐凡茵 余以樂
壽豐鄉 A：陳綦 黃羽晴 梁芷瑄 許芷菱 蘇百靈 黃玟嫻
光復鄉 A：謝佩軒 楊予婕 呂佳珍 何欣妤 張芸綦 邱靖 曾巧柔
玉里鎮 A：余容萱 陳潔翎 汪芯如 陳芮羽 潘玉如 張姪筑 黃靖雯

四、國小混合競技組（本項共 5 隊，取 3 隊）

新城鄉 A：金庭筠 高亭瑄 張文傑 陳定麟 林芝佑 杜小娟 傅璟翔
壽豐鄉 A：劉慧敏 楊舒庭 何福恩 林陳皓 蘇家峰 柯晨晞 孫婕瑜
光復鄉 A：周恩加 徐晨瑞 張政豪 陳宥鈞 林凱萱 李姘葳 楊千爽
玉里鎮 A：汪香伶 鄭愷銘 陳泓旭 蔡佩芹 洪元皓 李臻品 洪雅平
玉里鎮 B：李浩翔 孫晉武 陳愷欣 蘇昭恩 登心鈞 楊弘成

112 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會五人制拔河錦標賽賽程表
國中男女生混合競技組



冠軍：_____

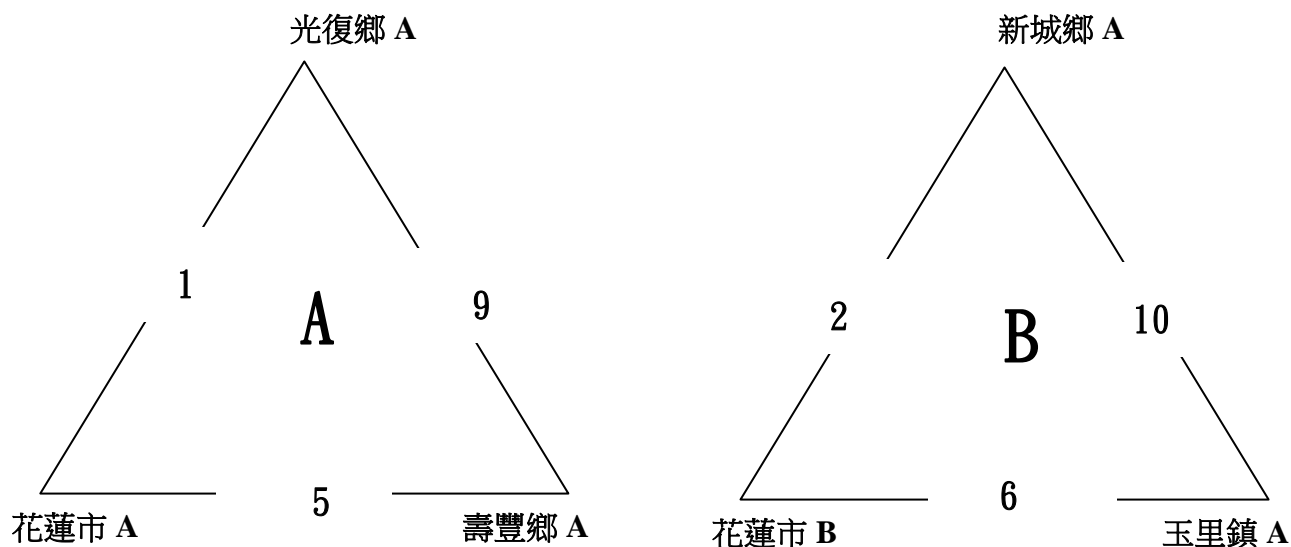
亞軍：_____

季軍：_____

112 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會五人制拔河錦標賽賽程表

國小男生公開組

預賽

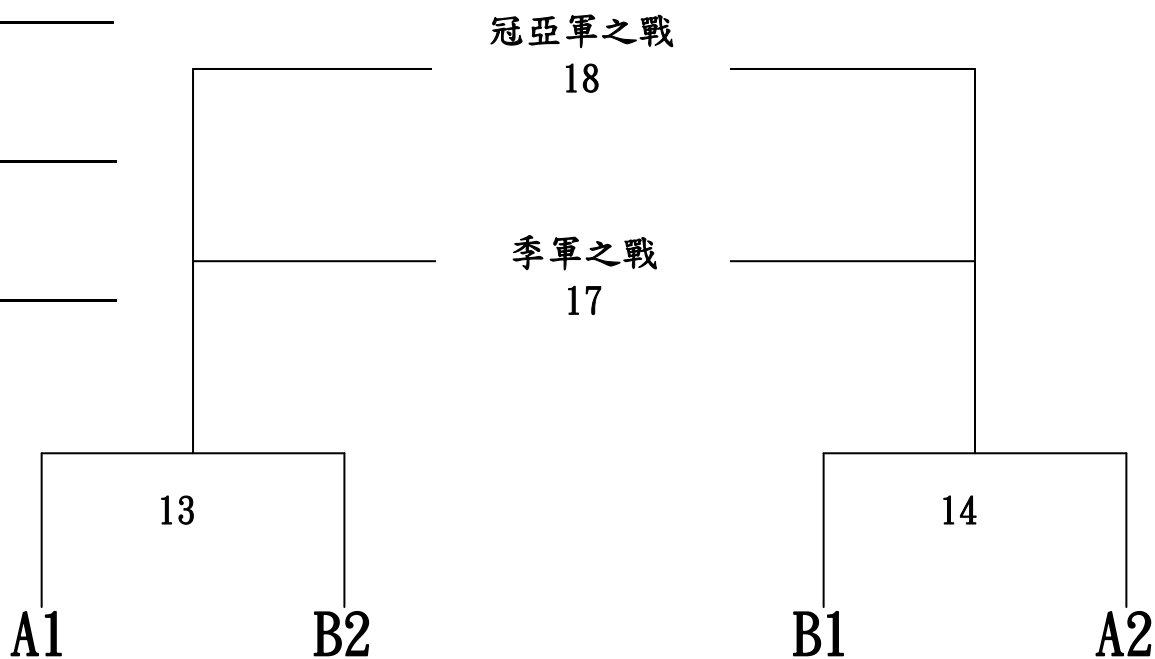


決賽

冠軍：_____

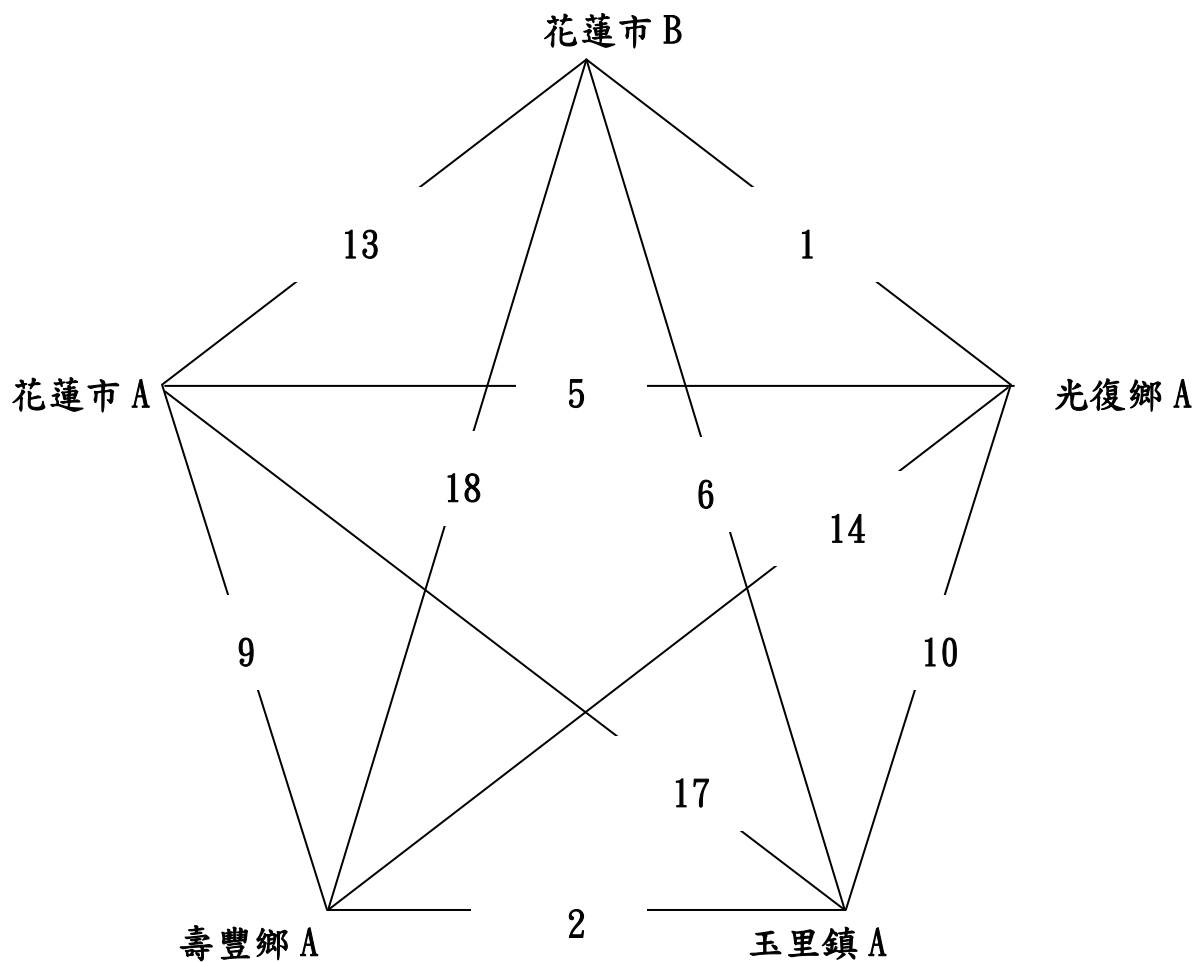
亞軍：_____

季軍：_____



112 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會五人制拔河錦標賽賽程表

國小女子公開組



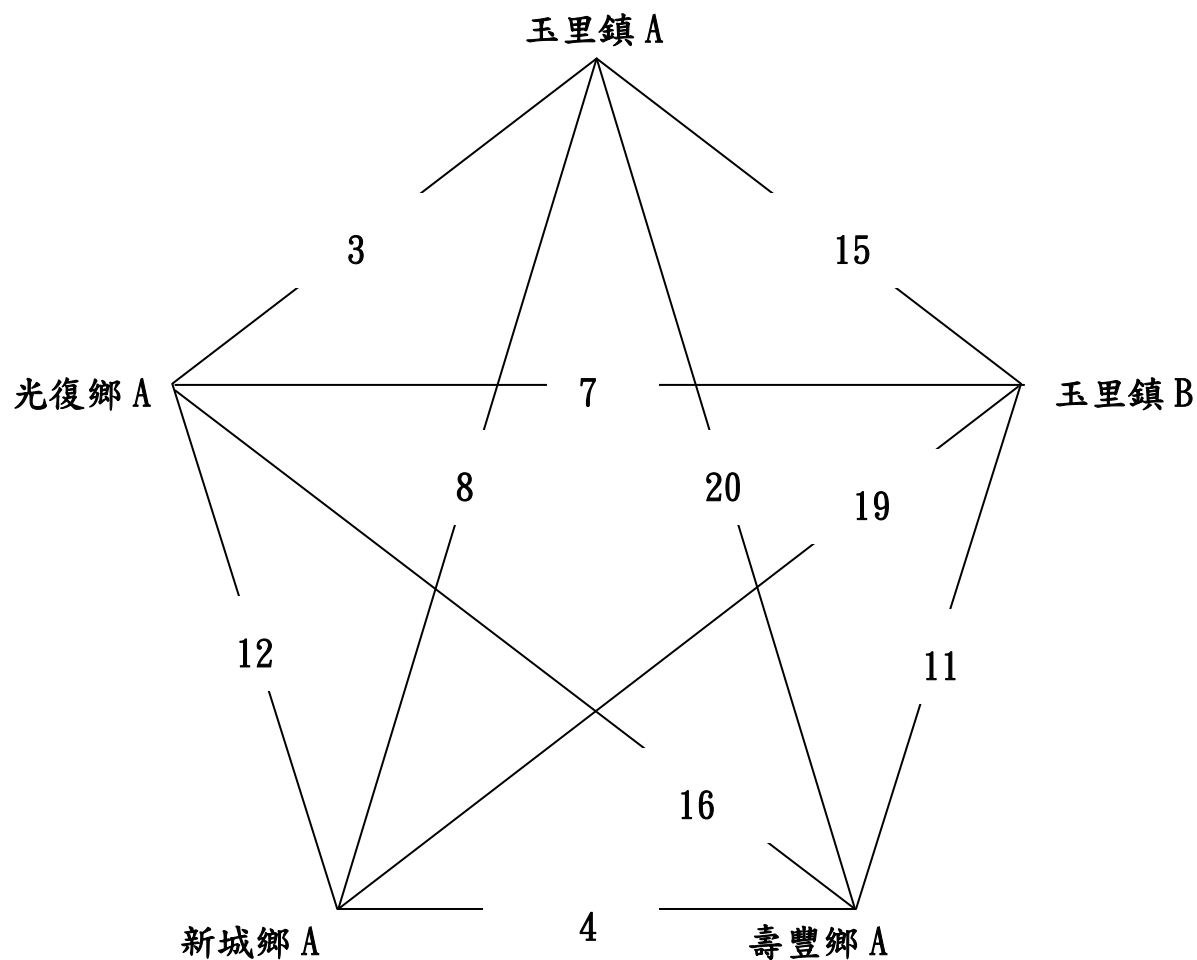
冠軍：_____

亞軍：_____

季軍：_____

112 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會五人制拔河錦標賽賽程表

國小混合競技組



冠軍：_____

亞軍：_____

季軍：_____

112 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會五人制拔河錦標賽時間表

場地：甲場地(鋪設拔河道)

日期：11 月 15 日

場次	時間	組 別	(左) 成績	比 賽 隊 伍	(右) 成績
08：00 開 始 過 磅					
09：20 領 隊 裁 判 會 議					
1	09：30	國小男生公開組		光復鄉 A-花蓮市 A	
2		國小男生公開組		新城鄉 A-花蓮市 B	
3		國中混合競技組		富北國中 A-東里國中 A	
4		國中混合競技組		光復國中 A-富北國中 B	
5		國小男生公開組		花蓮市 A-壽豐鄉 A	
6		國小男生公開組		花蓮市 B-玉里鎮 A	
7		國中混合競技組		光復國中 B-東里國中 A	
8		國中混合競技組		富北國中 A-富北國中 B	
9		國小男生公開組		光復鄉 A-壽豐鄉 A	
10		國小男生公開組		新城鄉 A-玉里鎮 A	
11		國中混合競技組		光復國中 B-光復國中 A	
12		國中混合競技組		東里國中 A-富北國中 B	
13		國小男生公開組		A1-B2	
14		國小男生公開組		B1-A2	
15		國中混合競技組		富北國中 A-光復國中 B	
16		國中混合競技組		光復國中 A-東里國中 A	
17		國小男生公開組		13 負-14 負	
18		國小男生公開組		13 勝-14 勝	
19		國中混合競技組		光復國中 B-富北國中 B	
20		國中混合競技組		富北國中 A-光復國中 A	
頒獎閉幕					

112 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會五人制拔河錦標賽時間表

場地：乙場地(鋪設拔河道)

日期：11 月 15 日

場次	時間	組別	(左) 成績	比賽隊伍	(右) 成績
08：00 開始過磅					
09：20 領隊裁判會議					
1	09：30	國小女子公開組		花蓮市 B-光復鄉 A	
2		國小女子公開組		壽豐鄉 A-玉里鎮 A	
3		國小混合競技組		玉里鎮 A-光復鄉 A	
4		國小混合競技組		新城鄉 A-壽豐鄉 A	
5		國小女子公開組		光復鄉 A-花蓮市 A	
6		國小女子公開組		花蓮市 B-玉里鎮 A	
7		國小混合競技組		光復鄉 A-玉里鎮 B	
8		國小混合競技組		玉里鎮 A-新城鄉 A	
9		國小女子公開組		花蓮市 A-壽豐鄉 A	
10		國小女子公開組		光復鄉 A-玉里鎮 A	
11		國小混合競技組		玉里鎮 B-壽豐鄉 A	
12		國小混合競技組		光復鄉 A-新城鄉 A	
13		國小女子公開組		花蓮市 A-花蓮市 B	
14		國小女子公開組		光復鄉 A-壽豐鄉 A	
15		國小混合競技組		玉里鎮 A-玉里鎮 B	
16		國小混合競技組		光復鄉 A-壽豐鄉 A	
17		國小女子公開組		花蓮市 A-玉里鎮 A	
18		國小女子公開組		花蓮市 B-壽豐鄉 A	
19		國小混合競技組		新城鄉 A-玉里鎮 B	
20		國小混合競技組		玉里鎮 A-壽豐鄉 A	
頒獎閉幕					