

# 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）：<br>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）：<br>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】<br>(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】<br>(僅限以班級或年級為單位組隊) |
| 5、國中男女生混合組<br>(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】<br>(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<br>(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。