

中華民國 113 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：陳建勳

電話：03-8235119#15、0900-632525

傳真：03-8236771

會址：花蓮縣花蓮市港口路25號

貳、競賽資訊：

一、競賽日期：113年11月16日（星期六）計1天。

二、競賽地點：明義國小活動中心。

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：依競賽規程第八條辦理。

五、參賽資格：依競賽規程第八條及第九條辦理，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最新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、觸地犯規、夾持犯規、鎖繩犯規、違反握繩法犯規、越線犯規、滯留蹲姿犯規、後位姿勢犯規。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。

113 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會拔河隊職員名單

共 3 個單位，總計 94 位隊職員

一、國小男生組競技組

1、新城鄉 A

領隊：何禮臺 領隊：蔣淑芳 教練：岳歆怡 管理：柯杰
陳昱洺 羅勻昊 王兆瑒 傅璟翔 張睿恩 余文
：

2、新城鄉 B

領隊：何禮臺 領隊：蔣淑芳 教練：岳歆怡 管理：柯杰
黃士韋 高劍平 羅以辰 高宇宸 余戎 楊子灝

3、壽豐鄉 A

領隊：曾淑懿 領隊：廖仁藝 教練：黃致翔 管理：高竣暉
盧宥廷 蘇家峰 陳威傑 黃煜方 何福恩 林陳皓

4、光復鄉 A

領隊：林清水 領隊：劉從義 教練：楊謝恩, 賴旻安
楊千爽 林志偉 王雅各 陳宥鈞 沈緯帆·林恩
韶瑪

二、國小女生組競技組

1、壽豐鄉 A

領隊：曾淑懿 領隊：廖仁藝 教練：高竣暉 管理：黃致翔
孫婕瑜 黃卉筠 楊舒玲 高麗甄 柯晨曦 黃玟嫻 陳蓁

2、光復鄉 A

領隊：林清水 領隊：劉從義 教練：楊謝恩, 賴旻安
何欣妤 李姘葳 呂佳珍 邱靖 林凱萱

3、光復鄉 B

領隊：林清水 領隊：劉從義 教練：楊謝恩, 賴旻安
曾巧柔 張苡柔 彭曉玲 張芸蓁 黃婕語 蕭苡愛

三、國小男女生混合競技組

1、新城鄉 A

領隊：何禮臺 領隊：蔣淑芳 教練：岳歆怡 管理：柯杰
張永恩 劉晁辰 林香 林芝佑 張能碩

2、新城鄉 B

領隊：何禮臺 領隊：蔣淑芳 教練：岳歆怡 管理：柯杰
董鈞甯 杜小娟 陳韋愷 黃妍蓁 張能淳 蔡德偉

3、壽豐鄉 A

領隊：曾淑懿 領隊：廖仁藝 教練：高竣暉, 黃致翔
陳欽宏 曾華偉 許芷菱 蘇百靈 何家慶 孫紹齊 林陳凱

113 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會拔河比賽名單

一、國小男生競技組（本項共 4 隊，取 2 隊）

新城鄉 A：王兆瑒 張睿恩 陳昱洺 余文 傅璟翔 羅勻昊

新城鄉 B：余戎 高宇宸 黃士韋 楊子灝 高劍平 羅以辰

壽豐鄉 A：蘇家峰 陳威傑 何福恩 盧宥廷 林陳皓 黃煜方

光復鄉 A：楊千爽 陳宥鈞 林恩 王雅各 沈緯帆·韶瑪 林志偉

二、國小女生競技組（本項共 3 隊，取 1 隊）

壽豐鄉 A：陳蓁 孫婕瑜 柯晨晞 黃玟嫻 高麗甄 黃卉筠 楊舒玲

光復鄉 A：李姘葳 邱靖 何欣妤 林凱萱 呂佳珍

光復鄉 B：張苡柔 彭曉玲 張芸蓁 蕭苡愛 曾巧柔 黃婕語

三、國小男女生混合競技組（本項共 3 隊，取 1 隊）

新城鄉 A：劉晁辰 張能碩 林香 張永恩 林芝佑

新城鄉 B：杜小娟 張能淳 蔡德偉 陳韋愷 黃妍蓁 董鈞甯

壽豐鄉 A：孫紹齊 林陳凱 何家慶 許芷菱 陳欽宏 曾華偉 蘇百靈

113 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會五人制拔河賽程說明： 113.10.06

本次報名成賽組別如下：

國小男生組競技組 4 隊(採循環賽)

國小女生組競技組 3 隊(採循環賽)

國小男女生混合競技組 3 隊(採循環賽)

競賽規程總則：

第十一條 獎勵：縣運會設各種優勝獎盃、獎牌及獎狀，以獎勵成績優良之單位及選手，獎勵原則如下：

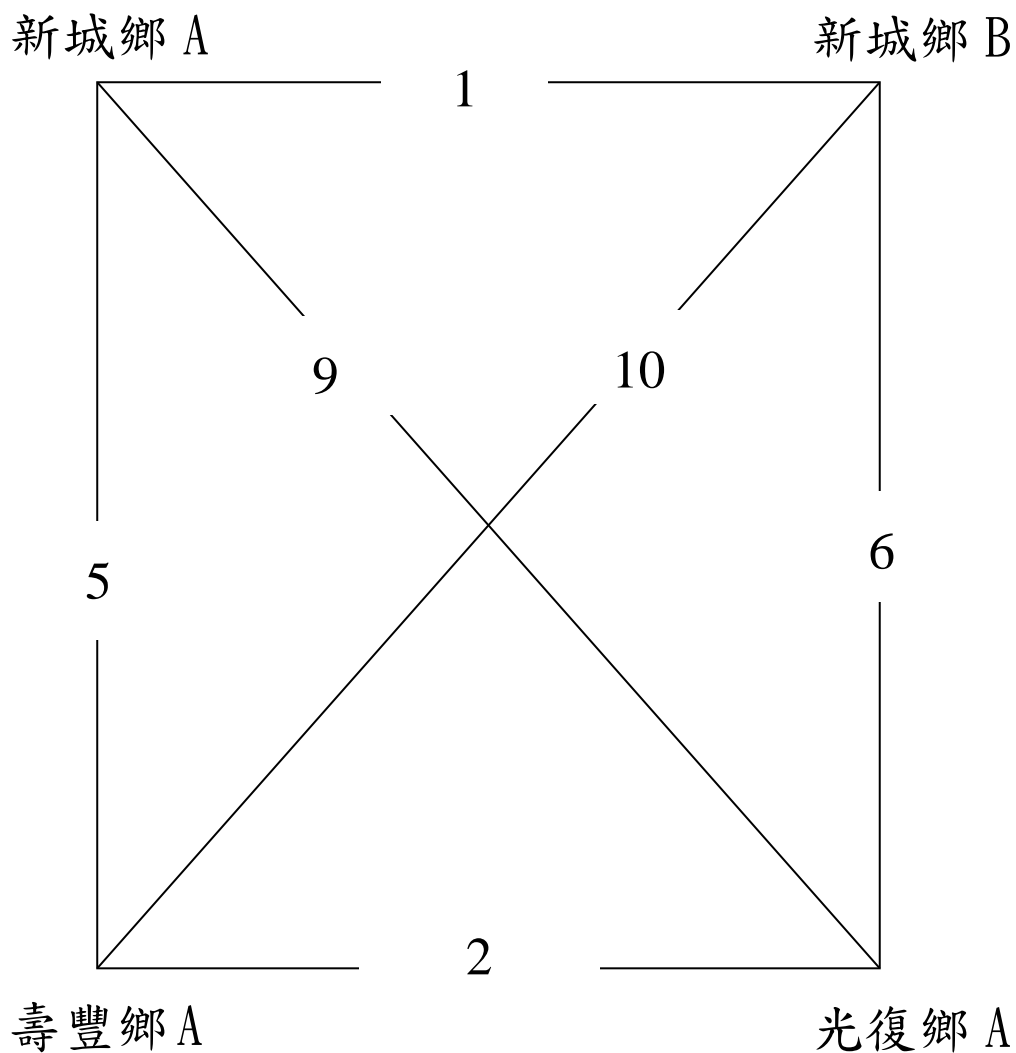
一、團體競賽：各競賽團體項目參賽隊數達 8 隊以上取前 4 名，5 至 7 隊取前 3 名，4 隊取前 2 名，3 隊取 1 名，各頒發優勝獎盃 1 座及獎狀。

	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	
6、國小男生組	新城鄉 A 新城鄉 B 壽豐鄉 A 光復鄉 A (共 4 隊)		取 2 名
7、國小女生組	壽豐鄉 A 光復鄉 A 光復鄉 B (共 3 隊)		取 1 名
8、國小男女生混合組 (單一性別至少 2 人)	新城鄉 A 新城鄉 B 壽豐鄉 A (共 3 隊)		取 1 名

備註：

113 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會五人制拔河賽程表

國小男生競技組【五人 250 公斤(含)以下】

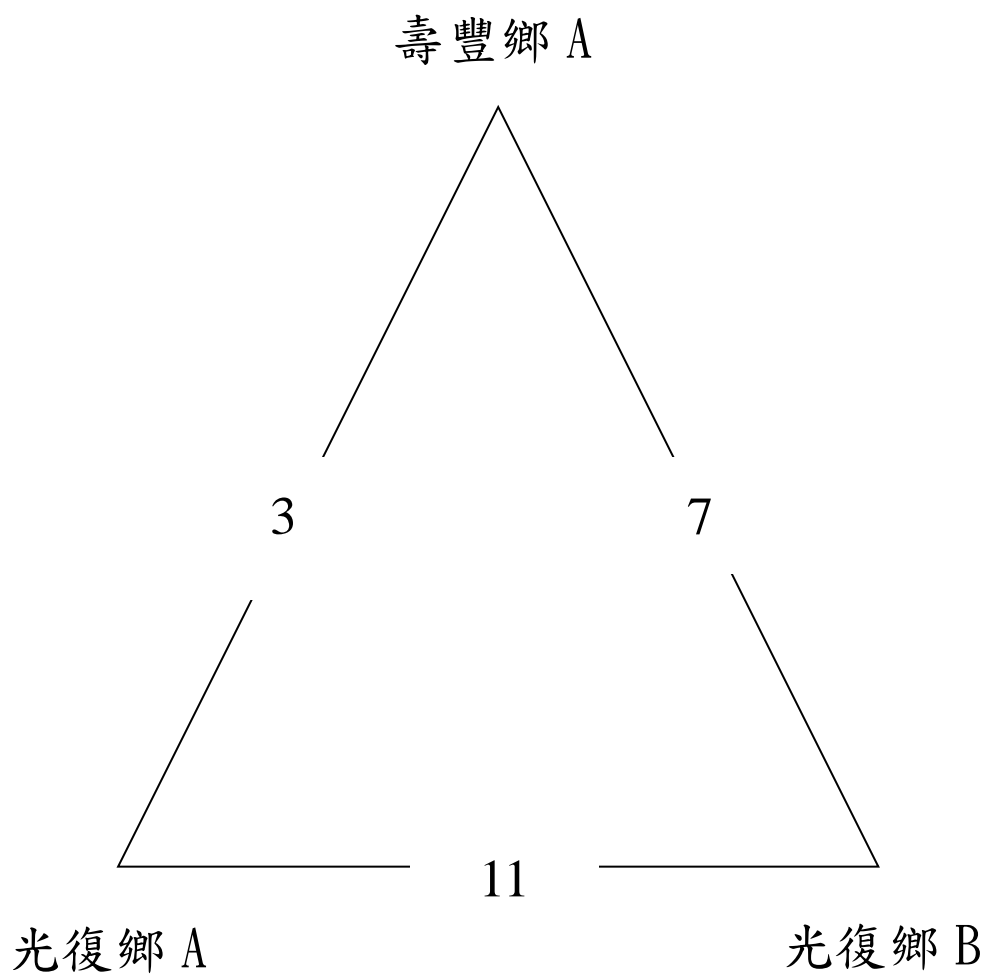


冠軍：_____

亞軍：_____

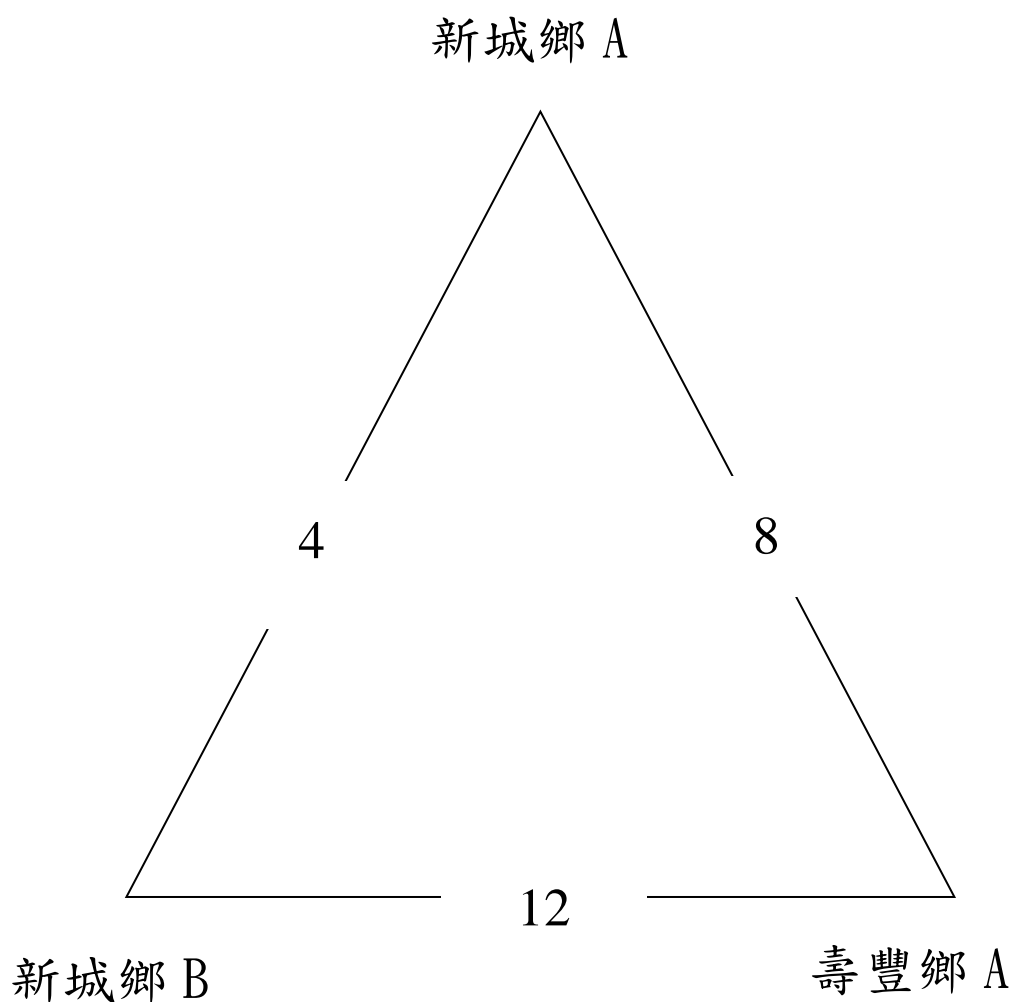
113 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會五人制拔河賽程表

國小女生競技組【五人 250 公斤(含)以下】



冠軍：_____

113 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會五人制拔河賽程表
國小男女生混合競技組【五人 250 公斤(含)以下】



冠軍：_____

113 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會五人制拔河時間表

場地：鋪設專用拔河道

日期：11 月 16 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	國小男生競技組		新城鄉 A-新城鄉 B	
2		國小男生競技組		壽豐鄉 A-光復鄉 A	
3		國小女生競技組		壽豐鄉 A-光復鄉 A	
4		國小男女生混合競技組		新城鄉 A-新城鄉 B	
5		國小男生競技組		新城鄉 A-壽豐鄉 A	
6		國小男生競技組		新城鄉 B-光復鄉 A	
7		國小女生競技組		壽豐鄉 A-光復鄉 B	
8		國小男女生混合競技組		新城鄉 A-壽豐鄉 A	
9		國小男生競技組		新城鄉 A-光復鄉 A	
10		國小男生競技組		新城鄉 B-壽豐鄉 A	
11		國小女生競技組		光復鄉 A-光復鄉 B	
12		國小男女生混合競技組		新城鄉 B-壽豐鄉 A	
頒 獎 & 閉 幕					