



中國香港跳繩總會

Hong Kong Rope Skipping Association, China

全港跳繩精英賽 2009

領隊須知

日期：2009年4月11日（六）及2009年4月12日（日）

時間：上午八時三十分 至 下午六時

地點：香港中文大學 大學體育中心

(1) 4月11日（六）比賽日程序及須知

上午 9:20 - 9:50	報到時間	參賽隊伍須於上午9時20分前到達主場館報到。 所有未能於報到時間內報到的參賽者，將被取消資格。
	比賽出場序	比賽出場序以報名次序決定，已於本會網頁公佈。
上午 9:30 - 5:00	熱身時間	熱身時間於上午9:30開始，參賽者須在熱身前換上比賽服飾。
	召集時間	每項比賽之召集時間為比賽前15分鐘，比賽前5分鐘仍未到達召集處者，均作棄權論。
上午 9:55 - 5:00	比賽開始	參賽隊伍按比賽出場次序出賽。
上午 12:40 - 1:50	午膳時間	各參加者請自行安排午膳
下午 4:40	頒獎禮	團體比賽完結

(2) 4月12日（日）比賽日程序及須知

上午 8:40 - 8:55	報到時間	參賽隊伍須於上午8時55分前到達主場館報到。 所有未能於報到時間內報到的參賽者，將被取消資格。
	比賽出場序	比賽出場序以報名次序決定，已於本會網頁公佈。
上午 8:50 - 5:00	熱身時間	熱身時間於上午8:50開始，參賽者須在熱身前換上比賽服飾。
	召集時間	每項比賽之召集時間為比賽前15分鐘，比賽前5分鐘仍未到達召集處者，均作棄權論。
上午 9:00 - 5:00	比賽開始	參賽隊伍按比賽出場次序出賽。
上午 12:50 - 1:50	午膳時間	各參加者請自行安排午膳
下午 5:00	頒獎禮	個人比賽完結



中國香港跳繩總會

Hong Kong Rope Skipping Association, China

全港跳繩精英賽 2009

領隊須知(續)

(3) 其他事項

獎勵：	1. 個人比賽之冠、亞、季將獲發獎牌一面及證書一張 2. 團體比賽之冠、亞、季軍隊伍將獲發獎盃一座，所有隊員將獲發證書一張 (個人單項比賽及團體比賽獎項將於頒獎禮後一次過派發給得獎者) 每組之總成績冠、亞、季軍隊伍將獲發獎盃一座 (獎項將會於所有賽事完結後於頒獎典禮頒發)
取消：	如比賽當日上午 7 時前天文台懸掛八號或以上風球或紅色暴雨警告訊號，當日賽事全部取消。詳情另行通知。
其他事項：	1. 比賽進行期間，任何人士如未經許可，不得進行攝影活動。 2. 比賽將不設午膳時間，各學校請提醒學生自備飲料及膳食。 3. 請小心保管攜來物件。 4. 本須知如有未盡善處，賽會有權隨時修改。
查詢電話：	如有查詢，請致電 9464 9757 與杜小姐聯絡

運動員出賽程序：

1. 於比賽開始 15 分鐘前到召集處等候
2. 工作人員為運動員核對身份證明文件
3. 工作人員帶領運動員到比賽場區
4. 工作人員將運動員之身份證明文件放到證件領取處
5. 比賽開始，運動員進行比賽
6. 比賽結束，運動員到證件領取處取回身份證明文件

注意事項：

- 1) 各隊之報名費收據將於當日報到時派發
- 2) 運動員須在比賽前於召集處出示身份證明文件讓工作人員核對，否則賽會有權取消其參賽資格。
**(身份證明文件必須包含以下資料：姓名、性別、出生日期、就讀學校)
**(賽會建議參賽學校以學界運動員註冊証作為運動員之身份證明文件)
- 3) 比賽成績若相同時，名次並列，而獎牌則日後補發。



中國香港跳繩總會

Hong Kong Rope Skipping Association, China

全港跳繩精英賽 2009

領隊須知(續)

4) 團體比賽獎項:

- 4.1 單項團體冠、亞、季軍隊伍之隊員將獲發獎牌一面。
- 4.2 總分冠、亞、季軍隊伍將獲發獎盃一座。而計算總分的方法是以下五項分數的總和：
單人繩速度跳接力比賽、交互繩三人速度跳接力比賽、團體二人單人繩比賽、團體四人單人繩比賽、團體三人交互繩比賽；
- 4.3 如出現總分相同，大會將以以下次序之最高得分決定名次: 團體三人交互繩比賽、團體四人單人繩比賽、團體二人單人繩比賽、交互繩三人速度跳接力比賽、單人繩速度跳接力比賽。

5) 個人比賽獎項:

- 5.1 個人總分冠、亞、季軍將獲發獎盃一座。而比賽總分是以各組別中四個項目的名次作計算。總分最低者為勝。
- 5.2 每一單項個人冠、亞、季軍將獲發獎牌一面；
- 5.3 如出現總分相同，大會將以以下次序之最高得分決定名次: 單人繩個人花式、單人繩連續三重跳比賽、單人繩速度耐力跳比賽、單人繩速度跳比賽。

****** 中國香港跳繩總會擁有是次活動的最終修改權，請各參加者留意 ******



中國香港跳繩總會

Hong Kong Rope Skipping Association, China

全港跳繩精英賽 2009

領隊須知(續)

2009年4月11日 團體比賽流程

時間	項目	備註
9:20 - 9:50	比賽團體報到	
10:00 - 10:20	單人繩速度跳接力比賽	
10:25 - 10:45	交互繩三人速度跳接力比賽	
11:30 - 12:40	團體三人交互繩比賽	
12:40 - 1:50	午膳	
2:00 - 3:08	團體四人單人繩比賽	
3:15 - 4:25	團體二人單人繩比賽	
4:40 - 5:30	頒獎禮	

2009年4月12日 個人比賽流程

時間	項目	備註
8:30 - 8:50	參賽者報到	
9:00 - 9:25	單人繩速度跳比賽	
9:25 - 10:10	單人繩速度耐力跳比賽	
10:10 - 10:50	單人繩連續三重跳比賽	
10:50 - 11:30	休息	
11:30 - 12:38	單人繩個人花式 (第一組)	
12:38 - 1:20	午膳	
1:30 - 3:10	單人繩個人花式 (第二組)	
3:10 - 3:25	休息	
3:30 - 4:58	單人繩個人花式 (第三組)	
5:05 - 5:30	頒獎禮	