



中國香港跳繩總會

Hong Kong Rope Skipping Association, China

Affiliated with International Rope Skipping Federation and Asian Rope Skipping Federation

香港跳繩代表隊 2009-2010 計劃書

日期	事項	組別
2009年09月02日	公佈2010年度香港跳繩代表隊選拔資料	個人、團體及世界盃
2009年10月17日	2010年度香港跳繩代表隊選拔簡介會(本會週年大會後)	個人、團體及世界盃
2009年12月26-27日	2010年度香港跳繩代表隊選拔 - 精英賽	個人及團體
2009年12月31日或以前	公佈2010年度香港跳繩代表隊入選名單	個人及團體
2010年01月03日	2010年度世界跳繩賽評分準則研討會	個人及團體
2010年01月	2010年度香港跳繩代表隊選拔 - 世界盃	世界盃
2010年01月10日或17日	第一次家長會 - 2010年度香港跳繩代表隊簡介會	個人、團體及世界盃
2010年01月30-31日	提交1月份速度記錄(六次)	個人及團體
2010年02月17日 旺角花園街體育館13樓(19:00-22:00)	第一次花式訓練	個人、團體及世界盃
2010年02月27-28日	提交2月份速度記錄(八次)	個人及團體
2010年03月30-31日	提交3月份速度記錄(八次)	個人及團體
2010年04月28日 旺角花園街體育館13樓(19:00-22:00)	第二次花式訓練	個人、團體及世界盃
2010年04月29-30日	提交4月份速度記錄(八次)	個人及團體
2010年05月30-31日	提交5月份速度記錄(八次)	個人及團體
2010年06月01日 旺角花園街體育館13樓(19:00-22:00)	第一次速度訓練	個人及團體
2010年06月15日 旺角花園街體育館13樓(19:00-22:00)	第三次花式訓練	個人、團體及世界盃
2010年06月22日 旺角花園街體育館13樓(19:00-22:00)	第二次速度訓練	個人及團體
2010年06月29-30日	提交6月份速度記錄(六次)	個人及團體
2010年07月07日 旺角花園街體育館13樓(19:00-22:00)	第三次速度訓練	個人及團體
2010年07月11日或18日	第二次家長會 - 2010年度世界跳繩賽簡介會	個人、團體及世界盃
2010年07月21日 旺角花園街體育館13樓(19:00-22:00)	第四次花式訓練	個人、團體及世界盃
2010年07月27日至2010年08月04日	2010年度世界跳繩賽	個人、團體及世界盃
2010年08月15-20日(其中一天)	慶功宴	個人、團體及世界盃

如日期標明為紅色字體即代表為暫定，中國香港跳繩總會擁有最終修改權



中國香港跳繩總會

Hong Kong Rope Skipping Association, China

Affiliated with International Rope Skipping Federation and Asian Rope Skipping Federation

入選 2010 年度香港跳繩代表隊資格

	項目	組別	最低總分
1	個人：30s (分數 x 5) 3mins (分數 x 1) Freestyle (分數 x 2)	個人男子	1600
		個人女子	1400
	團體：SRSDUR (分數 x 1.5) DDSF (4x45) (分數 x 1) SRTF (分數 x 1) SRPF (分數 x 1) DDSF (分數 x 1.5)	團體男子	2170
		團體女子	1910
		團體公開	1910
	世界盃	公開	冠軍
2	每個組別的冠軍、亞軍及季軍	優先考慮	
◇	表現突出的運動員也有機會被邀請入選 2010 年度香港跳繩代表隊。		

2010 年度香港跳繩代表隊費用

1	訓練費用 - \$500-1000	2010 年 01 月 10 日或 17 日或以前
2	第一期世界跳繩賽報名費用 - \$8000	2010 年 01 月 10 日或 17 日或以前
3	第二期世界跳繩賽報名費用 - \$7000	2010 年 02 月 26 日或以前
4	第三期世界跳繩賽報名費用 - \$5000	2010 年 03 月 26 日或以前
◇	所有訓練費用及世界跳繩賽報名費用以一人為單為。	
◇	教練，負責人、家長或親朋戚友同行需要同時繳交所有世界跳繩賽報名費用。	
◇	所有遲交者，每延遲一天需繳付額外行政費用\$100 元正。	
◇	只收支票，不收現金。(請註明「中國香港跳繩總會有限公司」)	
◇	每一張支票只可以繳付一個單位的費用。(一個單位意思是一位教練、一位負責人、一位運動員、一隊團體或一個家庭組合)。	
◇	如銀行退回入數支票，每一次退票需額外收取行政費用\$50 元正。	
◇	如有贊助，所有贊助的費用會在 2010 年 10 月 01 日或以前退還給運動員。	
◇	所有訓練費不設退款。	
◇	2010 年 03 月 10 日或以前退出 (不論什麼理由)，將會發還所有報名費用，但需要額外收取行政費用\$500 元正。	
◇	2010 年 03 月 11 日至 2010 年 05 月 10 日退出 (不論什麼理由)，將會發還所有報名費用，但需要額外收取行政費用\$2000 元正。如已預訂了機票則需額外收取取消機票的所有行政費用。如已確實訂了機票，則需額外收取機票及燃油附加稅等所有費用。	
◇	2010 年 05 月 11 日或以後退出 (不論什麼理由)，將不會發還任何費用。	
◇	所有費用以港幣計算	



中國香港跳繩總會

Hong Kong Rope Skipping Association, China

Affiliated with International Rope Skipping Federation and Asian Rope Skipping Federation

2010 年度世界跳繩賽年齡組別

世界跳繩賽		世界跳繩賽 - 青少年組	
15 歲或以上團體組	男子、女子、公開	12-14 歲團體組	男子、女子、公開
15 歲或以上個人組	男子、女子	15-17 歲團體組	男子、女子、公開
		18 歲或以上團體組	男子、女子、公開
		12-14 歲個人組	男子、女子
		15-17 歲個人組	男子、女子
		18 歲或以上個人組	男子、女子
◇	被挑選的運動員或隊伍參加「世界跳繩賽」或「世界跳繩賽 - 青少年組」由中國香港跳繩總會決定。		
◇	「公開」即代表男女混合		
◇	如參加「公開」組別，每一個項目最少要有一位男子及一位女子同一時間參賽。		
◇	15-17 歲團體組的運動員中可以有最多 1 位 12-14 歲的運動員。		
◇	18 歲或以上團體組的運動員中可以有最多 1 位 15-17 歲的運動員。		

2010 年度世界跳繩賽資料

地點：	Loughborough University (拉夫堡大學)
國家：	英國
日期：	2010 年 07 月 27 日至 2010 年 08 月 04 日

其他事項

1	參加世界跳繩賽時，參加個人賽的運動員不必需要任何負責人隨隊，並由總教練、副練教練或領隊負責照顧。
2	參加世界跳繩賽時，每一隊參加團體賽及世界盃的隊伍必需要最少一位負責人陪同。
3	如被挑選為參加世界跳繩賽團體賽的隊伍，只可在 2010 年 02 月 17 日或以前更換最多 1 位運動員。
4	如被挑選為參加世界跳繩賽世界盃項目的隊伍，只可在 2010 年 02 月 17 日或之前更換最多 2 位運動員。
5	負責人最多只可負責一隊。

如有任何查詢，請致電 6172 7078 與香港跳繩代表隊召集人文家駒先生聯絡。

***** 中國香港跳繩總會擁有是次計劃書的最終修改及決定權，請大家留意 *****

Updated on 02 Sep 2009 - V1.0