



中國香港跳繩總會
HONG KONG ROPE SKIPPING ASSOCIATION, CHINA | SINCE 1997

全港學界跳繩比賽2019
中學組

30秒連續跳			
Rank	Name	School	Result
1	朱敏儀	蔣經國紀念中學	103
2	LAW KEI FUNG MACCOR	蔣經國紀念中學	100
3	鄧宇輝	東華三院黃埔南中	99
4	呂怡敏	香港華人基督教聯合會及其連屬院(中學部)	96
4	LEUNG YUN SAN	拔萃書院	96
6	蔡家豪	蔣經國紀念中學	92
7	陳小輝	伊利沙伯中學舊生會中學	88
7	黃子軒	廣善書院	88
9	方文聰	香港道教聯合會龍門中學	81
10	杜世傑	香港道教聯合會龍門紀念中學	74
10	鄧國強	拔萃書院	74
12	陳志輝	香港華人基督教聯合會及其連屬院(中學部)	73
13	李錦正	拔萃書院	66
14	陳志強	伊利沙伯中學舊生會中學	61
15	李耀基	廣善書院	57
16	李卓凡	宣道會陳永基紀念中學	54
16	梁加強	宣道會陳永基紀念中學	52
18	林浩文	蔣經國西門及子中學	46
18	李國強	屯門官立中學	46
20	吳家強	博愛醫院八十週年紀念及舊中	44
20	王健誠	博愛醫院八十週年紀念及舊中	44
-	李梓華	佛教次春林紀念中學	ABS

30秒連續跳			
Rank	Name	School	Result
1	谷悅豐	香港華人基督教聯合會及其連屬院(中學部)A	95
1	馮偉倫	英華女學校	95
3	曹卓堯	保良局蔣經國中學	94.5
4	沙錫	聖保羅女子中學A	92
4	黃榮傑	英華女學校	92
6	陳紀海	香港華人基督教聯合會及其連屬院(中學部)B	88
7	陳文蔚	寶血堂上智英文書院	86
7	尹浩揚	伊利沙伯中學舊生會中學	86
9	李卓倫	寶血堂上智英文書院	82
10	曹思賢	聖保羅女子中學A	78
10	陳思賢	香港華人基督教聯合會及其連屬院(中學部)A	78
12	李浩輝	屯門官立中學	73
13	高錫輝	博愛醫院八十週年紀念及舊中	70
14	陳錫輝	聖保羅女子中學	68
15	鄧錦怡	香港華人基督教聯合會及其連屬院(中學部)B	67
16	陳冠廷	高錫輝中學	63.5
17	鄧家欣	真光女書院	63
18	黃嘉嘉	真光女書院	62
18	黃錦輝	保良局蔣經國中學	62
20	陳志強	聖保羅女子中學A	48
21	何家欣	屯門官立中學A	45
22	陳嘉欣	屯門官立中學A	42
23	陳俊傑	廣善書院	41.5
24	鄧煥培	廣善書院	41
25	陳錫輝	馬錫明紀念書院及馬錫明紀念中學	39
26	高錫輝	蔣經國西門及子中學	37
26	陳錫輝	聖保羅女子中學	37
28	蔡子怡	聖保羅女子中學	35
29	陳奕文	屯門官立中學B	32
30	李國強	屯門官立中學	30
31	王耀基	佛教次春林紀念中學	29.5
32	陳煥培	博愛醫院八十週年紀念及舊中	28

30秒連續跳			
Rank	Name	School	Result
1	鄧錫輝 & 李卓倫	仁濟醫院護士學校中學部#1	170
2	陳錫輝 & 鄧錫輝	田家炳中學#2	167
3	吳天中 & 李心怡	普高中學(九龍)	166
4	鄭志強 & 林錫浩	新生命教育協會及劉錫恩中學	163
5	鄧錫輝 & 李卓倫	蔣經國紀念中學部#1	161
6	江俊傑 & 李煥怡	廣善書院中學#1	157.5
7	陳錫輝 & 鄧錫輝	廣善書院中學#2	154
8	李卓倫 & 李卓倫	長洲官立中學#1	149
9	高錫輝 & 李卓倫	田家炳中學#1	147
10	鄧錫輝 & 鄧錫輝	香港仔浸信會呂明才書院#1	134
11	何子軒 & 鄧錫輝	蔣經國紀念中學部#2	125
12	陳錫輝 & 李卓倫	蔣經國紀念中學部#1	124
13	高錫輝 & 李卓倫	仁濟醫院護士學校中學部#2	118
14	鄧錫輝 & 李卓倫	香港仔浸信會呂明才書院#2	112
15	高錫輝 & 李卓倫	宣道會陳永基紀念中學#1	111
16	鄧錫輝 & 李卓倫	長洲官立中學#2	111
17	李煥怡 & 鄧錫輝	保良局蔣經國中學#2	107
18	鄧錫輝 & 鄧錫輝	保良局蔣經國中學#1	103
19	鄧錫輝 & 鄧錫輝	普高中學(九龍)中學	98
20	王耀基 & 鄧錫輝	宣道會陳永基紀念中學#2	91
21	鄧錫輝 & 李卓倫	蔣經國紀念中學部#1	81.5
22	陳錫輝 & 林錫浩	蔣經國西門及子中學	87

30秒二重跳			
Rank	Name	School	Result
1	KWONG DIK ADISON	拔萃書院	60
2	林山	宣道會陳永基紀念中學	79
3	陳錫輝	拔萃書院	77
3	CHAM CHUN HEI	拔萃書院	77
5	吳家強	香港華人基督教聯合會及其連屬院(中學部)	75
6	陳錫輝	拔萃書院	74
6	陳錫輝	香港道教聯合會龍門紀念中學	74
8	陳錫輝	伊利沙伯中學舊生會中學	69
9	鄧錫輝	香港華人基督教聯合會及其連屬院(中學部)	68
10	鄧錫輝	蔣經國紀念中學	66
11	李耀基	廣善書院	66
12	陳錫輝	香港華人基督教聯合會及其連屬院(中學部)	66
13	陳錫輝	蔣經國紀念中學	56
14	王以勤	宣道會陳永基紀念中學	49
15	鄧錫輝	廣善書院	39
16	林浩文	蔣經國西門及子中學	31
16	鄧錫輝	香港道教聯合會龍門紀念中學	31
18	吳家強	博愛醫院八十週年紀念及舊中	12
19	高錫輝	博愛醫院八十週年紀念及舊中	4
-	李梓華	佛教次春林紀念中學	ABS

30秒二重跳			
Rank	Name	School	Result
1	鄧錫輝	拔萃書院	67
2	李錦正	香港華人基督教聯合會及其連屬院(中學部)A	62
3	陳錫輝	保良局蔣經國中學	77.5
4	鄧錫輝	聖保羅女子中學A	76
5	鄧錫輝	香港華人基督教聯合會及其連屬院(中學部)B	73.5
6	陳錫輝	聖保羅女子中學A	73
7	李煥怡	英華女學校	68
8	黃錫輝	寶血堂上智英文書院	67
9	鄧錫輝	聖保羅女子中學A	63
11	高錫輝	屯門官立中學	61
12	伍錫輝	香港華人基督教聯合會及其連屬院(中學部)B	60
14	李浩輝	馬錫明紀念書院及馬錫明紀念中學	57
15	鄧錫輝	聖保羅女子中學	54.5
16	高錫輝	屯門官立中學	54
17	陳錫輝	伊利沙伯中學舊生會中學	47.5
17	杜心遠	屯門官立中學A	50
19	鄧錫輝	香港華人基督教聯合會及其連屬院(中學部)A	49
20	高錫輝	伊利沙伯中學舊生會中學	48
21	屯門官立中學	屯門官立中學	42
22	陳錫輝	廣善書院	41
23	鄧錫輝	馬錫明紀念書院及馬錫明紀念中學	40
24	鄧錫輝	保良局蔣經國中學	38
25	林錫輝	蔣經國西門及子中學	33
26	高錫輝	佛教次春林紀念中學	30
27	高錫輝	博愛醫院八十週年紀念及舊中	28
28	鄧錫輝	屯門官立中學A	28
29	鄧錫輝	真光女書院	19
30	盧樂心	佛教次春林紀念中學	10
-	鄧錫輝	博愛醫院八十週年紀念及舊中	ABS

30秒二重跳			
Rank	Name	School	Result
1	鄧錫輝 & 李卓倫	廣善書院中學#1	133
2	陳錫輝 & 李卓倫	普高中學(九龍)	137
3	鄧錫輝 & 李卓倫	田家炳中學#1	136
4	高錫輝 & 鄧錫輝	仁濟醫院護士學校中學部#1	132
5	李卓倫 & 李卓倫	廣善書院中學#2	130
6	鄧錫輝 & 李卓倫	長洲官立中學#1	123
6	鄧錫輝 & 李卓倫	長洲官立中學#2	123
8	鄧錫輝 & 李卓倫	普高中學(九龍)中學	116
9	高錫輝 & 鄧錫輝	蔣經國紀念中學部#1	115
10	高錫輝 & 李卓倫	馬錫明紀念書院及馬錫明紀念中學	112
11	鄧錫輝 & 鄧錫輝	仁濟醫院護士學校中學部#2	109
12	鄧錫輝 & 鄧錫輝	蔣經國紀念中學部#2	108
13	高錫輝 & 鄧錫輝	普高中學(九龍)中學	104
14	林錫輝 & 鄧錫輝	蔣經國紀念中學部#2	100.5
15	鄧錫輝 & 鄧錫輝	田家炳中學#2	91
16	鄧錫輝 & 鄧錫輝	保良局蔣經國中學#1	76
17	鄧錫輝 & 李卓倫	香港仔浸信會呂明才書院#2	68
18	高錫輝 & 鄧錫輝	宣道會陳永基紀念中學	49
19	Annam Sirigi & 鄧錫輝	保良局蔣經國中學#2	48

2分鐘耐力跳			
Rank	Name	School	Result
1	朱敏儀	蔣經國紀念中學	344.5
2	LEUNG YUN SAN	拔萃書院	338
3	鄧宇輝	東華三院黃埔南中	296.5
4	鄧錫輝	東華三院黃埔南中	294.5
5	鄧錫輝	蔣經國紀念中學	282
6	WONG CHI HEI MARCO	拔萃書院	270
7	陳錫輝	蔣經國紀念中學	262
8	陳錫輝	廣善書院	246
9	陳錫輝	伊利沙伯中學舊生會中學	234
10	陳錫輝	香港道教聯合會龍門紀念中學	232
11	高錫輝	香港華人基督教聯合會及其連屬院(中學部)	229
12	陳錫輝	宣道會陳永基紀念中學	209
13	鄧錫輝	香港華人基督教聯合會及其連屬院(中學部)	204
14	鄧錫輝	香港華人基督教聯合會及其連屬院(中學部)	201
15	高錫輝	香港道教聯合會龍門紀念中學	200
16	陳錫輝	廣善書院	184
17	李耀基	廣善書院	176.5
18	鄧錫輝	博愛醫院八十週年紀念及舊中	123
19	鄧錫輝	博愛醫院八十週年紀念及舊中	66.5

2分鐘耐力跳			
Rank	Name	School	Result
1	李錦正	香港華人基督教聯合會及其連屬院(中學部)A	323
2	沙錫	聖保羅女子中學A	318
3	高錫輝	英華女學校	309.5
4	高錫輝	英華女學校	305
5	陳錫輝	香港華人基督教聯合會及其連屬院(中學部)A	297
6	高錫輝	英華女學校	279
7	鄧錫輝	聖保羅女子中學A	270
8	陳紀海	香港華人基督教聯合會及其連屬院(中學部)B	269
9	陳文蔚	寶血堂上智英文書院	267.5
10	鄧錫輝	香港華人基督教聯合會及其連屬院(中學部)B	256.5
11	鄧錫輝	伊利沙伯中學舊生會中學	247.5
12	陳錫輝	博愛醫院八十週年紀念及舊中	236
13	鄧錫輝	伊利沙伯中學舊生會中學	232
14	鄧錫輝	聖保羅女子中學	231.5
15	鄧錫輝	聖保羅女子中學	211.5
16	陳錫輝	寶血堂上智英文書院	210
17	高錫輝	真光女書院	195
18	鄧錫輝	屯門官立中學A	182
19	鄧錫輝	廣善書院	183
20	林錫輝	博愛醫院八十週年紀念及舊中	180
21	鄧錫輝	屯門官立中學A	178
22	鄧錫輝	保良局蔣經國中學	179
23	林錫輝	真光女書院	169.5
24	鄧錫輝	馬錫明紀念書院及馬錫明紀念中學	162
25	鄧錫輝	屯門官立中學	158
26	方文聰	廣善書院	151
27	鄧錫輝	馬錫明紀念書院及馬錫明紀念中學	143.5
28	鄧錫輝	佛教次春林紀念中學	130
29	鄧錫輝	佛教次春林紀念中學	107
30	林錫輝	屯門官立中學	93

2分鐘耐力跳			
Rank	Name	School	Result
1	李錦正 & 李心怡	普高中學(九龍)	561
2	何家欣 & 李心怡	廣善書院中學#1	549
3	李卓倫 & 鄧錫輝	香港仔浸信會呂明才書院#1	545.5
4	鄧錫輝 & 李卓倫	長洲官立中學#1	517.5
5	李卓倫 & 李卓倫	廣善書院中學#2	443.5
6	鄧錫輝 & 李卓倫	田家炳中學#1	438.5
7	高錫輝 & 鄧錫輝	長洲官立中學#2	437
8	鄧錫輝 & 鄧錫輝	田家炳中學#2	436.5
9	鄧錫輝 & 李卓倫	仁濟醫院護士學校中學部#2	410
10	鄧錫輝 & 鄧錫輝	保良局蔣經國中學及馬錫明紀念中學	385
11	鄧錫輝 & 鄧錫輝	仁濟醫院護士學校中學部#1	370
12	鄧錫輝 & 鄧錫輝	蔣經國紀念中學部#2	343
13	高錫輝 & 鄧錫輝	蔣經國紀念中學部#1	340
14	鄧錫輝 & 鄧錫輝	普高中學(九龍)中學	337.5
15	伍文文 & 鄧錫輝	香港仔浸信會呂明才書院#2	319.5
16	鄧錫輝 & 鄧錫輝	保良局蔣經國中學#1	311
17	鄧錫輝 & 鄧錫輝	宣道會陳永基紀念中學#2	310
18	鄧錫輝 & 鄧錫輝	宣道會陳永基紀念中學#1	308.5
19	鄧錫輝 & 鄧錫輝	蔣經國西門及子中學	210.5

1分鐘人大跳			
Rank	Name	School	Result
1	香港道教聯合會龍門紀念中學		171
2	拔萃書院		130
3	香港華人基督教聯合會及其連屬院(中學部)		130
4	宣道會陳永基紀念中學		127
5	蔣經國紀念中學		116.5
6	聖保羅女子中學		102
7	蔣經國紀念中學		83
8	廣善書院		55
9	蔣經國西門及子中學		18
10	博愛醫院八十週年紀念及舊中		17

1分鐘人大跳			
Rank	Name	School	Result
1	鄧錫輝	寶血堂上智英文書院	160
2	鄧錫輝	聖保羅女子中學A	146
3	香港華人基督教聯合會及其連屬院(中學部)B		139
4	鄧錫輝	廣善書院	137
5	香港華人基督教聯合會及其連屬院(中學部)A		136
6	鄧錫輝	聖保羅女子中學	135
7	鄧錫輝	聖保羅女子中學	96
8	鄧錫輝	真光女書院	83.5
9	鄧錫輝	英華女學校	77
10	屯門官立中學A		76.5
11	馬錫明紀念書院及馬錫明紀念中學		68.5
12	鄧錫輝	保良局蔣經國中學	48
13	屯門官立中學		23
-	博愛醫院八十週年紀念及舊中		ABS

1分鐘人大跳			
Rank	Name	School	Result
1	鄧錫輝	廣善書院中學	151
2	高錫輝	普高中學	136
3	仁濟醫院護士學校中學		130
4	蔣經國紀念中學部#1		102
5	宣道會陳永基紀念中學		96
6	普高中學(九龍)		71
7	香港仔浸信會呂明才書院		52
8	馬錫明紀念書院及馬錫明紀念中學		45
9	保良局蔣經國中學		40
10	宣道會陳永基紀念中學		26
-	普高中學(九龍)中學		ABS

49秒3人交互連續跳			
Rank	Name	School	Result
1	蔣經國紀念中學		158.5
2	拔萃書院		138.5
3	香港華人基督教聯合會及其連屬院(中學部)		126
4	香港道教聯合會龍門紀念中學		103
5	蔣經國紀念中學		96
6	宣道會陳永基紀念中學		78
7	聖保羅女子中學		62
8	廣善書院		47
9			