



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



康樂及文化事務署
Leisure and Cultural
Services Department

日期：2024年2月4日

地點：九龍灣體育館 (九龍灣啟樂街15號)

團體賽 (12-15歲 男、女子組及16歲或以上 男子組別)	
2024年2月4日	
時間	賽事內容
09:00- 09:20	單人繩四人速度跳接力 (4X30秒)
09:20-09:40	退場休息
09:40-09:55	單人繩二人二重跳接力 (2X30秒)
09:55-10:15	退場休息
10:15-10:35	交互繩四人速度跳接力比賽 (4X30秒)
10:35-10:55	退場休息
10:55-11:10	交互繩單人速度比賽 (60秒)
11:10-12:30	午膳
12:30-13:55	團體二人單人繩花式比賽 (75秒)
13:55 - 14:00	退場休息
14:00-15:25	團體四人單人繩花式比賽 (75秒)
15:25-15:30	退場休息
15:30-16:55	團體三人交互繩花式比賽 (75秒)
16:55-17:00	退場休息
17:00-18:25	團體四人交互繩花式比賽 (75秒)
18:45-19:15	頒獎典禮
19:15	賽事完結

以上時間只供參考，如有需要，本會會實際情況而作出調動，請留意大會宣佈。各運動員及隊伍的比賽時間，請參考相關的出場序。請運動員於比賽項目開始前10-15分鐘到召集處報到。各運動員必須攜同身份證明文件正本或副本到召集處報到及進入所屬比賽場區的裁判，以便核對身份。因應防疫措施，以維持場地內人數，所有參賽者請遵守以下注意事項：

- I. 所有參賽者必須於指定時間才可進入場地進行熱身。
- II. 所有參賽者於比賽後需離開比賽場地，不可於比賽場地內逗留。
- III. 參賽者之家長或監護人不能進入比賽場地，如要觀賽，請於觀眾席觀賽。
- IV. 參賽者之直屬教練只可於其運動員比賽及熱身時進入比賽場地。



日期：2024年2月4日

地點：九龍灣體育館 (九龍灣啟樂街15號)

賽事：團體賽 (12-15歲 男、女子組及16歲或以上 男子組別)

全港精英跳繩比賽2024 暨 香港代表隊選拔賽

時間	隊伍編號	團體名稱	隊伍名稱	比賽組別	場次	場區
09:00-09:04	F005	香港專業花式跳繩學校	Elite小馬	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)	1	1
	F008	繩舞館有限公司	Jumper - Minions	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)		2
	F016	香港專業花式跳繩學校	Elite天燕	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)		3
	F018	繩舞館有限公司	Jumper - Tiramisu	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)		4
	F023	繩舞館有限公司	Jumper - Vulcan	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)		5
	F025	香港花式跳繩會	Super Shy	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)		6
09:04-09:08	F026	香港繩飛揚有限公司	Vigor siu4	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)	2	1
	M002	TONG SIR Rope Skipping Academy	TONG SIR Team 1	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		2
	M005	繩舞館有限公司	Jumper - Boysssssss	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		3
	M007	香港花式跳繩會	Super Chaos	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		4
	M012	香港專業花式跳繩學校	Elite顯微鏡	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		5
	M018	香港跳繩精英訓練社	Aces-腦內進擊的霧	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		6
09:08-09:12	M020	香港專業花式跳繩學校	Elite水蛇	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)	3	1
	M022	香港專業花式跳繩學校	Elite北天拱極星	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		2
	M025	香港繩飛揚有限公司	Vigor 金魚	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		3
	M001	繩研跳繩運動學院	SMASH - Male	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		4
	M003	香港專業花式跳繩學校	Elite持棒衛士	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		5
	M008	Masterful Studio	MFS 小男孩	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		6
09:12-09:16	M010	香港花式跳繩會	Super 魑魅魍魎	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	4	1
	M013	FORCES	Fresh	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		2
	M014	Masterful Studio	MFS 病原味	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		3
	M015	香港專業花式跳繩學校	Elite麒麟	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		4
	M016	香港跳繩精英訓練社	Aces-For Asia	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		5
	M017	繩舞館有限公司	Jumper - Dipper	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		6
09:16-09:20	M019	Masterful Studio	MFS 鯊糖	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	5	1
	M021	Ziberty Sports Studio	Ziberty 6子	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		2
	M023	Jump To Infinity	JTI無人機	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		3
	M024	星辰跳繩部有限公司	Universe - 地獄小車車	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		4
	M027	香港專業花式跳繩學校	Elite離具	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		5

全港精英跳繩比賽2024 暨 香港代表隊選拔賽

時間	隊伍編號	團體名稱	運動員名稱	比賽組別	場次	場區
09:40-09:43	F005	香港專業花式跳繩學校	Elite小馬	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)	6	1
	F008	繩舞館有限公司	Jumper - Minions	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)		2
	F016	香港專業花式跳繩學校	Elite天燕	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)		3
	F018	繩舞館有限公司	Jumper - Tiramisu	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)		4
	F023	繩舞館有限公司	Jumper - Vulcan	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)		5
	F025	香港花式跳繩會	Super Shy	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)		6
09:43-09:46	F026	香港繩飛揚有限公司	Vigor siu4	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)	7	1
	M002	TONG SIR Rope Skipping Academy	TONG SIR Team 1	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		2
	M005	繩舞館有限公司	Jumper - Boysssssss	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		3
	M007	香港花式跳繩會	Super Chaos	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		4
	M012	香港專業花式跳繩學校	Elite顯微鏡	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		5
	M018	香港跳繩精英訓練社	Aces-腦內進擊的霧	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		6
09:46-09:49	M020	香港專業花式跳繩學校	Elite水蛇	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)	8	1
	M022	香港專業花式跳繩學校	Elite北天拱極星	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		2
	M025	香港繩飛揚有限公司	Vigor 金魚	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		3
	M001	繩研跳繩運動學院	SMASH - Male	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		4
	M003	香港專業花式跳繩學校	Elite持棒衛士	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		5
	M004	繩研跳繩運動學院	SMASH - 繩延聰明二人組	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		6
09:49-09:52	M008	Masterful Studio	MFS 小男孩	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	9	1
	M010	香港花式跳繩會	Super 魑魅魍魎	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		2
	M013	FORCES	Fresh	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		3
	M014	Masterful Studio	MFS 病原味	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		4
	M015	香港專業花式跳繩學校	Elite麒麟	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		5
	M016	香港跳繩精英訓練社	Aces-For Asia	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		6
09:52-09:55	M017	繩舞館有限公司	Jumper - Dipper	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	10	1
	M019	Masterful Studio	MFS 鯊糖	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		2
	M021	Ziberty Sports Studio	Ziberty 6子	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		3
	M023	Jump To Infinity	JTI無人機	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		4
	M024	星辰跳繩部有限公司	Universe - 地獄小車車	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		5
	M027	香港專業花式跳繩學校	Elite離具	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		6

單人繩四人速度跳接力
(4 X 30 秒)

單人繩二人二重跳接力
(2 X 30 秒)

交互繩四人速度跳接力比賽
(4 X 30 秒)

全港精英跳繩比賽2024 暨 香港代表隊選拔賽						
時間	隊伍編號	團體名稱	運動員名稱	比賽組別	場次	場區
10:15-10:19	F005	香港專業花式跳繩學校	Elite小馬	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)	11	1
	F008	繩舞館有限公司	Jumper - Minions	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)		2
	F016	香港專業花式跳繩學校	Elite天燕	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)		3
	F018	繩舞館有限公司	Jumper - Tiramisu	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)		4
	F023	繩舞館有限公司	Jumper - Vulcan	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)		5
	F025	香港花式跳繩會	Super Shy	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)		6
10:19-10:23	F026	香港繩飛揚有限公司	Vigor siu4	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)	12	1
	M002	TONG SIR Rope Skipping Academy	TONG SIR Team 1	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		2
	M005	繩舞館有限公司	Jumper - Boysssssss	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		3
	M007	香港花式跳繩會	Super Chaos	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		4
	M012	香港專業花式跳繩學校	Elite顯微鏡	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		5
	M018	香港跳繩精英訓練社	Aces-腦內進擊的霧	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		6
10:23-10:27	M020	香港專業花式跳繩學校	Elite水蛇	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)	13	1
	M022	香港專業花式跳繩學校	Elite北天拱極星	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		2
	M025	香港繩飛揚有限公司	Vigor 金魚	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		3
	M001	繩研跳繩運動學院	SMASH - Male	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		4
	M003	香港專業花式跳繩學校	Elite持棒衛士	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		5
	M008	Masterful Studio	MFS 小男孩	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		6
10:27-10:31	M010	香港花式跳繩會	Super 魑魅魍魎	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	14	1
	M013	FORCES	Fresh	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		2
	M014	Masterful Studio	MFS 病原味	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		3
	M015	香港專業花式跳繩學校	Elite麒麟	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		4
	M016	香港跳繩精英訓練社	Aces-For Asia	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		5
	M017	繩舞館有限公司	Jumper - Dipper	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		6
10:31-10:35	M019	Masterful Studio	MFS 鯊糖	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	15	1
	M021	Ziberty Sports Studio	Ziberty 6子	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		2
	M023	Jump To Infinity	JTI無人機	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		3
	M024	星辰跳繩部有限公司	Universe - 地獄小車車	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		4
	M027	香港專業花式跳繩學校	Elite離具	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		5

交互繩單人速度比賽
(60 秒)

全港精英跳繩比賽2024 暨 香港代表隊選拔賽						
時間	隊伍編號	團體名稱	運動員名稱	比賽組別	場次	場區
10:55-10:58	F005	香港專業花式跳繩學校	Elite小馬	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)	16	1
	F008	繩舞館有限公司	Jumper - Minions	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)		2
	F016	香港專業花式跳繩學校	Elite天燕	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)		3
	F018	繩舞館有限公司	Jumper - Tiramisu	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)		4
	F023	繩舞館有限公司	Jumper - Vulcan	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)		5
	F025	香港花式跳繩會	Super Shy	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)		6
10:58-11:01	F026	香港繩飛揚有限公司	Vigor siu4	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)	17	1
	M002	TONG SIR Rope Skipping Academy	TONG SIR Team 1	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		2
	M005	繩舞館有限公司	Jumper - Boysssssss	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		3
	M007	香港花式跳繩會	Super Chaos	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		4
	M012	香港專業花式跳繩學校	Elite顯微鏡	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		5
	M018	香港跳繩精英訓練社	Aces-腦內進擊的霧	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		6
11:01-11:04	M020	香港專業花式跳繩學校	Elite水蛇	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)	18	1
	M022	香港專業花式跳繩學校	Elite北天拱極星	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		2
	M025	香港繩飛揚有限公司	Vigor 金魚	12 - 15 歲 男子組(2009 - 2012 年出生)		3
	M001	繩研跳繩運動學院	SMASH - Male	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		4
	M003	香港專業花式跳繩學校	Elite持棒衛士	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		5
	M008	Masterful Studio	MFS 小男孩	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		6
11:04-11:07	M010	香港花式跳繩會	Super 魑魅魍魎	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	19	1
	M013	FORCES	Fresh	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		2
	M014	Masterful Studio	MFS 病原味	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		3
	M015	香港專業花式跳繩學校	Elite麒麟	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		4
	M016	香港跳繩精英訓練社	Aces-For Asia	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		5
	M017	繩舞館有限公司	Jumper - Dipper	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		6
11:07-11:10	M019	Masterful Studio	MFS 鯊糖	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	20	1
	M021	Ziberty Sports Studio	Ziberty 6子	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		2
	M023	Jump To Infinity	JTI無人機	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		3
	M024	星辰跳繩部有限公司	Universe - 地獄小車車	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		4
	M027	香港專業花式跳繩學校	Elite離具	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)		5
11:10-12:30		午膳時間				

團體二人單人繩花式比賽
(75秒)

全港精英跳繩比賽2024 暨 香港代表隊選拔賽						
時間	隊伍編號	團體名稱	運動員名稱	比賽組別	場次	
12:30-12:47	F005	香港專業花式跳繩學校	Elite小馬	12-15歲女子組(2009-2012年出生)	21	
	F008	繩舞館有限公司	Jumper - Minions	12-15歲女子組(2009-2012年出生)		
	F016	香港專業花式跳繩學校	Elite天燕	12-15歲女子組(2009-2012年出生)		
	F018	繩舞館有限公司	Jumper - Tiramisu	12-15歲女子組(2009-2012年出生)		
	F023	繩舞館有限公司	Jumper - Vulcan	12-15歲女子組(2009-2012年出生)		
	F025	香港花式跳繩會	Super Shy	12-15歲女子組(2009-2012年出生)		
12:47-13:04	F026	香港繩飛揚有限公司	Vigor siu4	12-15歲女子組(2009-2012年出生)	22	
	M002	TONG SIR Rope Skipping Academy	TONG SIR Team 1	12-15歲男子組(2009-2012年出生)		
	M005	繩舞館有限公司	Jumper - Boysssssss	12-15歲男子組(2009-2012年出生)		
	M007	香港花式跳繩會	Super Chaos	12-15歲男子組(2009-2012年出生)		
	M012	香港專業花式跳繩學校	Elite顯微鏡	12-15歲男子組(2009-2012年出生)		
	M018	香港跳繩精英訓練社	Aces-腦內進擊的霧	12-15歲男子組(2009-2012年出生)		
13:04-13:21	M020	香港專業花式跳繩學校	Elite水蛇	12-15歲男子組(2009-2012年出生)	23	
	M022	香港專業花式跳繩學校	Elite北天拱極星	12-15歲男子組(2009-2012年出生)		
	M025	香港繩飛揚有限公司	Vigor 金魚	12-15歲男子組(2009-2012年出生)		
	M001	繩研跳繩運動學院	SMASH - Male	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)		
	M003	香港專業花式跳繩學校	Elite持棒衛士	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)		
	M004	繩研跳繩運動學院	SMASH - 繩延聰明二人組	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)		
13:21-13:38	M008	Masterful Studio	MFS 小男孩	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)	24	
	M010	香港花式跳繩會	Super 魑魅魍魎	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)		
	M013	FORCES	Fresh	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)		
	M014	Masterful Studio	MFS 病原味	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)		
	M015	香港專業花式跳繩學校	Elite麒麟	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)		
	M016	香港跳繩精英訓練社	Aces-For Asia	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)		
13:38-13:55	M017	繩舞館有限公司	Jumper - Dipper	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)	25	
	M019	Masterful Studio	MFS 鯊糖	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)		
	M021	Ziberty Sports Studio	Ziberty 6子	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)		
	M023	Jump To Infinity	JTI無人機	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)		
	M024	星辰跳繩部有限公司	Universe - 地獄小車車	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)		
	M027	香港專業花式跳繩學校	Elite離具	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)		
13:55-14:00		裁判退場休息				

團體四人單人繩花式比賽
(75秒)

全港精英跳繩比賽2024 暨 香港代表隊選拔賽						
時間	隊伍編號	團體名稱	運動員名稱	比賽組別	場次	
14:00-14:17	F005	香港專業花式跳繩學校	Elite小馬	12-15歲女子組(2009-2012年出生)	26	
	F008	繩舞館有限公司	Jumper - Minions	12-15歲女子組(2009-2012年出生)		
	F016	香港專業花式跳繩學校	Elite天燕	12-15歲女子組(2009-2012年出生)		
	F018	繩舞館有限公司	Jumper - Tiramisu	12-15歲女子組(2009-2012年出生)		
	F023	繩舞館有限公司	Jumper - Vulcan	12-15歲女子組(2009-2012年出生)		
	F025	香港花式跳繩會	Super Shy	12-15歲女子組(2009-2012年出生)		
14:17-14:34	F026	香港繩飛揚有限公司	Vigor siu4	12-15歲女子組(2009-2012年出生)	27	
	M002	TONG SIR Rope Skipping Academy	TONG SIR Team 1	12-15歲男子組(2009-2012年出生)		
	M005	繩舞館有限公司	Jumper - Boysssssss	12-15歲男子組(2009-2012年出生)		
	M007	香港花式跳繩會	Super Chaos	12-15歲男子組(2009-2012年出生)		
	M012	香港專業花式跳繩學校	Elite顯微鏡	12-15歲男子組(2009-2012年出生)		
	M018	香港跳繩精英訓練社	Aces-腦內進擊的霧	12-15歲男子組(2009-2012年出生)		
14:34-14:51	M020	香港專業花式跳繩學校	Elite水蛇	12-15歲男子組(2009-2012年出生)	28	
	M022	香港專業花式跳繩學校	Elite北天拱極星	12-15歲男子組(2009-2012年出生)		
	M025	香港繩飛揚有限公司	Vigor 金魚	12-15歲男子組(2009-2012年出生)		
	M001	繩研跳繩運動學院	SMASH - Male	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)		
	M003	香港專業花式跳繩學校	Elite持棒衛士	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)		
	M008	Masterful Studio	MFS 小男孩	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)		
14:51-15:08	M010	香港花式跳繩會	Super 魑魅魍魎	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)	29	
	M013	FORCES	Fresh	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)		
	M014	Masterful Studio	MFS 病原味	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)		
	M015	香港專業花式跳繩學校	Elite麒麟	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)		
	M016	香港跳繩精英訓練社	Aces-For Asia	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)		
	M017	繩舞館有限公司	Jumper - Dipper	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)		
15:08-15:25	M019	Masterful Studio	MFS 鯊糖	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)	30	
	M021	Ziberty Sports Studio	Ziberty 6子	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)		
	M023	Jump To Infinity	JTI無人機	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)		
	M024	星辰跳繩部有限公司	Universe - 地獄小車車	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)		
	M027	香港專業花式跳繩學校	Elite離具	16歲或以上男子組(2008年或之前出生)		
	15:25-15:30		裁判退場休息			

團體三人交互繩花式比賽 (7.5 秒)

全港精英跳繩比賽2024 暨 香港代表隊選拔賽					
時間	隊伍編號	團體名稱	運動員名稱	比賽組別	場次
15:30-15:47	F005	香港專業花式跳繩學校	Elite小馬	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)	31
	F008	繩舞館有限公司	Jumper - Minions	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)	
	F016	香港專業花式跳繩學校	Elite天燕	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)	
	F018	繩舞館有限公司	Jumper - Tiramisu	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)	
	F023	繩舞館有限公司	Jumper - Vulcan	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)	
15:47-16:04	F025	香港花式跳繩會	Super Shy	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)	32
	F026	香港繩飛揚有限公司	Vigor siu4	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)	
	M002	TONG SIR Rope Skipping Academy	TONG SIR Team 1	12 - 15 歲 男子組 (2009 - 2012 年出生)	
	M005	繩舞館有限公司	Jumper - Boysssssss	12 - 15 歲 男子組 (2009 - 2012 年出生)	
	M007	香港花式跳繩會	Super Chaos	12 - 15 歲 男子組 (2009 - 2012 年出生)	
16:04-16:21	M012	香港專業花式跳繩學校	Elite顯微鏡	12 - 15 歲 男子組 (2009 - 2012 年出生)	33
	M018	香港跳繩精英訓練社	Aces-腦內進擊的霧	12 - 15 歲 男子組 (2009 - 2012 年出生)	
	M020	香港專業花式跳繩學校	Elite水蛇	12 - 15 歲 男子組 (2009 - 2012 年出生)	
	M022	香港專業花式跳繩學校	Elite北天拱極星	12 - 15 歲 男子組 (2009 - 2012 年出生)	
	M025	香港繩飛揚有限公司	Vigor 金魚	12 - 15 歲 男子組 (2009 - 2012 年出生)	
16:21-16:38	M001	繩研跳繩運動學院	SMASH - Male	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	34
	M003	香港專業花式跳繩學校	Elite持棒衛士	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	
	M008	Masterful Studio	MFS 小男孩	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	
	M010	香港花式跳繩會	Super 魑魅魍魎	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	
	M013	FORCES	Fresh	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	
16:38-16:55	M014	Masterful Studio	MFS 病原味	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	35
	M015	香港專業花式跳繩學校	Elite麒麟	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	
	M016	香港跳繩精英訓練社	Aces-For Asia	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	
	M017	繩舞館有限公司	Jumper - Dipper	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	
	M019	Masterful Studio	MFS 鯊糖	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	
16:55-17:00	M021	Ziberty Sports Studio	Ziberty 6子	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	35
	M023	Jump To Infinity	JTI無人機	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	
	M024	星辰跳繩部有限公司	Universe - 地獄小車車	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	
	M027	香港專業花式跳繩學校	Elite離員	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	
裁判退場休息					

團體四人交互繩花式比賽 (7.5 秒)

全港精英跳繩比賽2024 暨 香港代表隊選拔賽					
時間	隊伍編號	團體名稱	運動員名稱	比賽組別	場次
17:00-17:17	F005	香港專業花式跳繩學校	Elite小馬	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)	36
	F008	繩舞館有限公司	Jumper - Minions	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)	
	F016	香港專業花式跳繩學校	Elite天燕	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)	
	F018	繩舞館有限公司	Jumper - Tiramisu	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)	
	F023	繩舞館有限公司	Jumper - Vulcan	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)	
17:17-17:34	F025	香港花式跳繩會	Super Shy	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)	37
	F026	香港繩飛揚有限公司	Vigor siu4	12 - 15 歲女子組 (2009 - 2012 年出生)	
	M002	TONG SIR Rope Skipping Academy	TONG SIR Team 1	12 - 15 歲 男子組 (2009 - 2012 年出生)	
	M005	繩舞館有限公司	Jumper - Boysssssss	12 - 15 歲 男子組 (2009 - 2012 年出生)	
	M007	香港花式跳繩會	Super Chaos	12 - 15 歲 男子組 (2009 - 2012 年出生)	
17:34-17:51	M012	香港專業花式跳繩學校	Elite顯微鏡	12 - 15 歲 男子組 (2009 - 2012 年出生)	38
	M018	香港跳繩精英訓練社	Aces-腦內進擊的霧	12 - 15 歲 男子組 (2009 - 2012 年出生)	
	M020	香港專業花式跳繩學校	Elite水蛇	12 - 15 歲 男子組 (2009 - 2012 年出生)	
	M022	香港專業花式跳繩學校	Elite北天拱極星	12 - 15 歲 男子組 (2009 - 2012 年出生)	
	M025	香港繩飛揚有限公司	Vigor 金魚	12 - 15 歲 男子組 (2009 - 2012 年出生)	
17:51-18:08	M001	繩研跳繩運動學院	SMASH - Male	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	39
	M003	香港專業花式跳繩學校	Elite持棒衛士	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	
	M008	Masterful Studio	MFS 小男孩	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	
	M010	香港花式跳繩會	Super 魑魅魍魎	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	
	M013	FORCES	Fresh	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	
18:08-18:25	M014	Masterful Studio	MFS 病原味	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	40
	M015	香港專業花式跳繩學校	Elite麒麟	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	
	M016	香港跳繩精英訓練社	Aces-For Asia	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	
	M017	繩舞館有限公司	Jumper - Dipper	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	
	M019	Masterful Studio	MFS 鯊糖	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	
18:25-18:42	M021	Ziberty Sports Studio	Ziberty 6子	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	40
	M023	Jump To Infinity	JTI無人機	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	
	M024	星辰跳繩部有限公司	Universe - 地獄小車車	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	
	M027	香港專業花式跳繩學校	Elite離員	16 歲或以上男子組 (2008 年或之前出生)	