



中國香港體操總會 主辦

康樂及文化事務署 資助

2026-2027 年度全港藝術體操公開賽

更新日期：10/8/2026

比賽章程

(一) 目的：推動香港藝術體操之發展，提供更多比賽機會給各運動員，藉此提高香港藝術體操之水準。

(二) 比賽項目：個人全能及集體

(三) 比賽資料：

日期	地點	組別
2026 年 11 月 7 日 (星期六)	蕙荃體育館	比賽組別詳情將於 賽前會議公佈
2026 年 11 月 8 日 (星期日)		

(四) 報名方法：填妥 Google Form 報名表格 (個人項目) / (集體)，並將劃線支票，抬頭「中國香港體操總會」，支票背面請寫上姓名及學校/機構名稱 (如適用)、參賽組別、聯絡電話及「2026-2027 RG Open Comp」郵寄或親身遞交至香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號奧運大樓 1002 室 - 中國香港體操總會收。如需要本會寄回收據，請在報名表格上註明及附上貼有港幣 2.4 元郵票的回郵信封。

- 個人項目報名表連結：<https://forms.gle/PCmaF3qJHe6pCYov9>
- 集體項目報名表：<https://forms.gle/spBFofqsjg5ktt5g7>
 ➤ 負責人可於總會網站「比賽消息」下載並填妥集體 Excel 報名表及健康聲明，並於 Google Form 上提交，報名表格需要以 Excel 檔提交。

(成功遞交表格者，系統將自動向報名人士傳送其報名資料的副本，請自行保留電子副本以作為記錄)

(五) 報名費用：個人組- 每項 180 元正 / 集體組- 每組 240 元正
 保險費- 每人 30 元正
 (每人的報名費用為參加項目費用 + 保險費 30 元)

(六) 截止遞交報名表格日期及時間：2026 年 9 月 10 日 (星期四) 下午四時

- (七) 截止遞交報名費用日期：2026 年 9 月 11 日（星期五）
（本會不會接收郵資不足的信件。為確保郵遞無誤，請在投寄郵件時支付足額郵資及註明回郵地址。報名以支票及報名表送抵辦公室日期為準，如在截止報名日期後收到之支票或/及報名表，一概不獲受理。）
- (八) 音樂檔案：參加者必需於 2026 年 9 月 25 日（星期五）或之前將音樂檔案電郵至 rgcpmusic1@gmail.com，音樂格式要求請參看章程第十六部分第 3 點。
- (九) 賽前會議：賽前會議及抽籤將於 2026 年 9 月 22 日（星期二），晚上七時以 Zoom 線上會議形式進行，會議只限教練 / 領隊出席，請各參賽者必需派教練 / 領隊出席會議。賽前會議之連結將於 2026 年 9 月 21 日（星期一）或之前上載於體操會網頁。
- (十) 出場次序：各參賽運動員及集體隊伍之出場次序均由大會於領隊會議中抽籤決定，而出場序及賽程表將於 2026 年 9 月 30 日（星期三）或之前上載至本會網頁以供參賽者查閱，本會恕不個別通知。
- (十一) 教練入場證：於 2026 年 10 月 2 日（星期五）前於網上填妥申請表。
逾期恕不辦理，敬請合作。
教練證申請連結：<https://forms.gle/HgygP6UMV9h7vSEfA>
- (十二) 監護人入場證：每名運動員最多獲派 2 張監護人入場證，無須申請。
- (十三) 裁判：由本會派出最少 3 名裁判執法，有關裁判需依裁判申報機制，以公平、公正態度執法，參加者不得異議。
- (十四) 獎項：
1. *個人單項比賽：每組各設冠、亞、季軍，得獎者可獲獎牌一枚及證書乙張，第四至八名之運動員獲頒名次證書乙張。
 2. 個人項目之參賽者必須參與全能賽事，才可獲得單項排名。若未能完成全能賽事而參加之單項比賽將視為「未出賽」/“DNS” (Did not start)，已繳交之參賽費用一律不得退還。
 3. *個人全能賽：每組各設冠、亞、季軍，得獎者可獲獎盃一座及證書乙張，第四至八名之運動員獲頒名次證書乙張。
 4. 集體項目單項比賽：每組各設冠、亞、季軍，可獲獎盃一座，每名得獎隊員可獲獎牌一枚及證書乙張，第四至八名之隊伍，每名隊員也獲頒名次證書乙張。如該項目參賽隊伍若不足兩隊，但成績達到 9 分或以上，將會獲頒發獎杯、獎牌及證書，若未達到指定分數，則獲頒發優異成績證書乙張。若未能完成全能賽事而參加之單項比賽將視為「未出賽」/“DNS” (Did not start)，已繳交之參賽費用一律不得退還。

5. 集體項目全能比賽：每組各設冠、亞、季軍，可獲獎盃一座，每名得獎隊員可獲獎牌一枚及證書乙張，第四至八名之隊伍，每名隊員也獲頒名次證書乙張。如該項目參賽隊伍若不足三隊，但比賽項目成績相加達到 18 分或以上，將會獲頒發獎杯、獎牌及證書，若未達到指定分數，則獲頒發優異成績證書乙張。

*如比賽人數少於或等於 8 人（集體賽事除外），獎項數量將因應參賽人數減去一（例：比賽人數為 8 人，只設有前 7 名之獎項，如此類推。）

註：如總分分數相同，則以完成分較高者為勝；如仍相同，則以藝術分較高者為勝；如仍相同，則以難度分較高者為勝。如三項分數相同，運動員會獲相同排名及/或獎項證書。

(十五) 成績
申訴：

成績申訴程序：

1. 成績申訴必須以書面或口頭方式在司令台提交，書面申訴表可在司令台索取；
 - 申訴必須在示分完成後 4 分鐘內確認，工作人員會告知運動員器械難度（DA）及身體難度（DB）分數，並會開始計時 1 分鐘以作考慮，超過 1 分鐘則視作不申訴。當確定申訴後，需以現金支付港幣 1000 元作為每次申訴費用；
2. 每次申訴只能覆核以下部分：
 - 身體難度（DB）或
 - 器械難度（DA）

（如需申訴身體難度 及 器械難度，需繳交港幣 2000 元）
3. 在示分完成 4 分鐘後提出的任何申訴或查詢將不予受理；
4. 收到申訴後，由高級裁判組將重新商議及評分申訴人的比賽成績及錄像，賽事將會暫緩進行，直至高級裁判組就上訴作出最終決定；
5. 經討論後，將宣佈最終得分，並確認上訴是否成功；
6. 若上訴被駁回，則最終得分將與首次評分相同或更低，相關費用將不予退還，且不得再次上訴；
7. 若上訴成功，則可退還申訴費用。
8. E 分及 A 分不設申訴，但教練可向司令台查詢分數算式及輸入之情況。

(十六) 參賽資格及項目競賽要求：

組別	參賽資格	比賽項目			
1. 個人項目					
少年 A 組	2016 年 1 月 1 日至 2019 年 12 月 31 日出生者	圈操		球操	棒操
少年 B 組	2013 年 1 月 1 日至 2015 年 12 月 31 日出生者	圈操		球操	棒操
青年組	2011 年 1 月 1 日至 2013 年 12 月 31 日出生者	圈操	球操	棒操	帶操
成年組	2011 年 12 月 31 日或以前出生者	圈操	球操	棒操	帶操
2. 集體項目					
少年組	2015 年 1 月 1 日或以後出生者	五人球操		五人徒手操	
青年組	2011 年 1 月 1 日至 2014 年 12 月 31 日出生者	五人球操		五人帶操	
成年組	2011 年 12 月 31 日或以前出生者	五人球操		三圈兩棒	
項目競賽要求：					
組別	時間	難度要求			
1. 個人項目					
少年組	1 分 15 秒至 1 分 30 秒	根據 2025-2028 年國際藝術體操少年規則 (最新 2025 年 4 月 1 日版本)			
青年組	1 分 15 秒至 1 分 30 秒				
成年組	1 分 15 秒至 1 分 30 秒	根據 2025-2028 年國際藝術體操成年規則 (最新 2025 年 4 月 1 日版本)			
2. 集體項目					
少年組	1 分 45 秒至 2 分	根據 2025-2028 年國際藝術體操少年規則 (最新 2025 年 4 月 1 日版本)			
青年組	2 分 15 秒至 2 分 30 秒				
成年組	2 分 15 秒至 2 分 30 秒	根據 2025-2028 年國際藝術體操成年規則 (最新 2025 年 4 月 1 日版本)			

(十七) 規限：

1. 競賽形式

A. 個人單項比賽

比賽中獲得各單項前 8 名運動員排列名次，取得最高分的運動員為獲勝者。個人項目參賽者必先參與全能賽事競逐，才能獲得單項排名。

B. 個人全能賽

- 少年 A 組及少年 B 組：用指定的器械完成 3 套動作，並將 3 套動作的得分相加來排列名次，取得最高分的運動員為獲勝者。
- 青年組及成年組：用指定的器械完成 4 套動作，並將 4 套動作的得分相加來排列名次，取得最高分的運動員為獲勝者。

C. 集體單項比賽

比賽中獲得前 8 名隊伍排列名次，取得最高分的運動員為獲勝隊伍。集體項目參賽隊伍必先參與全能賽事競逐，才能獲得單項排名。

D. 集體全能賽

用指定的器械完成 2 套動作，並將 2 套動作的得分相加來排列名次，取得最高分的隊伍為獲勝者。

備註：所有個人全能賽、個人單項比賽及集體項目比賽，運動員只需比賽乙次，得分最高者或隊為勝。

2. 競賽資格

A. 個人項目

- 曾參與《2026 年全港藝術體操分齡賽》並取得相應成績的運動員：
個人項目（甲組）競逐個人全能賽事，並在個人全能排名中取得前 12 名；或
個人項目（乙組）競逐個人全能賽事，並在個人全能排名中取得前 24 名；或
個人項目（丙組初級）競逐個人全能賽事，並在個人全能排名中取得前 8 名；或
個人項目（丙組中級）競逐個人全能賽事，並在個人全能排名中取得前 12 名；或
個人項目（丙組高級）競逐個人全能賽事，並在個人全能排名中取得前 24 名
*如該組別參與個人全能競逐的人數少於或等於該組名額，獲得公開賽參賽資格人數數量將因應參賽人數減去壹 (1) 名。
【例：個人全能參賽人數為 24 人，只有前 23 名的運動員能獲得公開賽參賽資格，如此類推。】
- 未有參與《2026 年全港藝術體操分齡賽》，但在海外藝術體操比賽（World Gymnastics、Asian Gymnastics Union 和國家體操管理中心的認可賽事等）中所獲得的分數，高於《2026 年全港藝術體操分齡賽》同一級別中前 8 名、前 12 或前 24 名（視乎相應組別而定）參加者的上四分位數，並提供影片及成績冊予本會以供核對

B. 集體項目

- 曾參與《2026 年全港藝術體操分齡賽》並取得相應成績的隊伍：
集體項目（甲組 或 乙組 或 丙組）競逐集體全能賽事，並在集體全能獲前 8 名
*若參賽隊伍少於或等於 8 隊，將計算集體全能分數（甲組：最少達到 10 分、乙組：最少達到 9 分、丙組：最少達到 8 分）
- 未有參與《2026 年全港藝術體操分齡賽》，但在海外藝術體操比賽（World Gymnastics、Asian Gymnastics Union 和國家體操管理中心的認可賽事等）中所獲得的分數，高於或相應於《2026 年全港藝術體操分齡賽》同一級別中前 8 名參加隊伍的上四分位數，並提供影片及成績冊予本會以供核對

C. 總會將於網上同時上載合資格及後補名單。合資格運動員必須自行報名參加比賽，否則後補運動員會根據名次進行替補。因此，後補運動員也需提前報名，否則將視為不參加。如最終未能成功參賽，將退回報名費用。每個個人組別均設有 4 名後補運動員，集體組別則設有 3 隊後補隊伍。

D. 每位參加者不可以同時參加個人項目及集體項目。

E. 在個人項目中，每位參加者不可以同時參加多於一個組別的賽事；每位參加者可以選擇參加所屬組別至少一項的比賽套路。

F. 參與集體項目隊伍的成員必須與《2026 年全港藝術體操分齡賽》的參賽名單一致（正選及候補運動員可以自由調配）

3. 音樂格式

參加者必須自備音樂，在音樂開始前允許錄一個聲響信號。

音樂格式：mp3

- 檔案名稱：運動員姓名_級別_項目
(例：陳小文_少年 A 級_球操 / 團體名稱_少年組_集體五人球)
- 各參賽者請多預備一隻 USB（所有比賽音樂）作比賽當日後備之用，並在 USB 上寫上運動員姓名及組別

*缺少以上一項，將由協調裁判員扣 0.5 分。

參加者須確認每個器械項目所對應的每首音樂，本會只根據參加者提供的音樂檔案（對應器械項目名稱）播放，如參加者提供有關器械錯誤的音樂而要作出更換，協調裁判將扣 0.50 分。

4. 器械規則

個人項目/集體項目:

個人少年 A 組 集體少年組

- 繩：可根據運動員升高調節長度
- 內圈直徑 60 至 80 厘米 (圈:內圈直徑誤差可不多於 1 厘米)，重量至少 225 克（每個）
- 球：直徑 15 至 18 厘米
- 棒：長度 36 至 45 厘米，重量至少 75 克（每支）

- 帶: 長度 5 米或以上, 重量至少 30 克; 絲帶棒: 至少 50 厘米

**個人少年 B 組
個人青年組
集體青年組**

按 2025 - 2028 國際藝術體操少年規則 (最新 2025 年 3 月 6 日上載版本, 生效日期為 2025 年 4 月 1 日) 標準 或使用以下標準

- 內圈直徑 70 至 90 厘米 (圈: 內圈直徑誤差可不多於 1 厘米), 重量至少 260 克 (每個)
- 球: 直徑 16 至 18.5 厘米
- 棒: 長度 40 至 45 厘米, 重量至少 150 克 (每支)
- 帶: 長度 5 米或以上, 重量至少 30 克; 絲帶棒: 至少 50 厘米

**個人成年組
集體成年組**

按 2025 - 2028 國際藝術體操成年規則 (最新 2025 年 3 月 6 日上載版本, 生效日期為 2025 年 4 月 1 日) 標準

- 圈: 內圈直徑 80 至 90 厘米, 重量至少為 300 克
(圈: 內圈直徑誤差可不多於 1 厘米)
- 球: 直徑 18.5 至 20 厘米, 重量至少 400 克
- 棒: 長度 40 至 50 厘米, 重量至少 150 克 (每支)
- 帶: 長度 6 米或以上, 重量至少 35 克; 絲帶棒: 至少 57 厘米

*對於使用不符合規定的器械(個人/集體項目), 將由協調裁判員扣 0.5 分。

(十八)
比賽須知及備
忘：

1. 公布及抽籤的名單並不代表最終的參賽資格，參加者需要確保其符合參賽資格，總會亦會檢視參賽者名單及抽查參賽者資格。如果發現任何參賽者不符合參賽資格，一經核實，其參加資格會被取消或已獲獎項將被褫奪。
2. 所有運動員教練必須為本會註冊藝術體操教練（下稱「教練」），以符合保險公司要求。
3. 教練報名時，必須填寫本會註冊教練編號、有效期限及所屬機構（如適用）。
4. 運動員報名時，必須填寫所屬教練及機構。
5. 本會有權隨時查核教練/運動員身份，如有虛報之嫌，總會有權向教練/運動員查證。如虛報屬實，大會將即時取消該隊或該名運動員之參賽資格並褫奪獎牌及名次。已繳費用概不發還。
6. 體操運動存在一定風險。為提供保障予參加者，本會政策規定各參加者必須購買個人意外保險。參加者亦可按個人需要自行額外投保。
7. **報到**：參賽者必須在大會編定的報到時間攜同附有相片的有效身份證明文件（例如：香港永久性居民身份證、學生手冊）前往「報到處」報到，以便大會工作人員核對其身分，如運動員無法出示證件或被發現身份不符，一律不准出賽。
8. **召集**：運動員須注意宣佈員之宣佈。運動員於第一次召集時，須立即到召集處聽候點名。最後召集點名完畢後，比賽馬上開始，三次呼名不應者，即失去該項比賽權，作自動棄權論。發現如有未報名的運動員參賽，大會有權取消其參賽資格。
9. 召集處只限需要檢錄的參賽者及其教練（需佩戴「教練證」）進入。召集點名後，運動員不准離開，直至其比賽完成。
10. 比賽場地只限作賽的人士和佩戴「教練證」或「監護人入場證」人士出入，否則一律不得進入比賽場地。（「監護人入場證」不包括出入場館熱身區、召集區及比賽場區）。佩戴「監護人入場證」觀眾可到觀眾席觀賞賽事。每位運動員最多可獲分配 2 張「監護人入場證」，必須於比賽前到報到處領取。
11. 賽事期間（包括熱身和比賽時），教練必須在現場指導運動員。若教練缺席或沒有在場，運動員不能參賽。
12. 教練及家長應負責管理運動員之秩序與紀律，避免干擾賽事進行或影響他人。如有嚴重違規者，本會保留予以警告或取消該名運動員之參賽資格之權利。
13. 傳媒或攝影團體如需在比賽場地進行拍攝，必需於賽前 2 星期以電郵向大會申請，並於比賽日到司令台登記及佩戴「攝影證」方可進行拍攝。大會有權禁止非合適人士在場進行拍攝。「攝影證」只限是次比賽專用，拍攝範圍需依照大會指示。大會有權禁止非合適人士在場進行拍攝。
14. 有關比賽資料（如程序表、運動員編號及出場次序等）將於比賽前於本會網頁刊登。
15. 一經取錄，報名費概不發還，比賽滿額或賽事取消除外。

16. 裁判均由本會派出及執法，不得異議。
17. 報名表格歡迎自行影印。
18. 本章程如有未盡善之處，本會有最終解釋權。

(十九)
查詢：

可於辦公時間內致電 2504 8233 與本會聯絡或瀏覽本會網站
www.gahk.org.hk - 「比賽消息」。