



中國香港體操總會 主辦

康樂及文化事務署 資助

二零零九年度全港彈網公開賽

日期：二零零九年十二月十三日（星期日）

時間：上午九時正

地點：港灣道室內運動場

組別及參加資格：(若該項目不足三人或三隊報名，則該比賽將被取消。)

	男子	女子	參加資格	難度要求
公開組個人	✓	✓	沒有任何限制	初賽第一套動作及初賽第二套動作 各包含十彈每個難度0.2或以上的動作
公開組隊際	✓	✓	沒有任何限制	/
乙組個人	✓	✓	註一	初賽第一套動作及初賽第二套動作 各包含八彈每個難度0.1或以上的動作
乙組隊際	✓	✓	註一	/
丙組個人	✓	✓	註二	初賽第一套動作及初賽第二套動作 各包含六彈每個難度0.1或以上的動作
雙人同步	✓	✓	沒有任何限制	初賽第一套動作及初賽第二套動作 各包含七彈每個難度0.2或以上的動作

註一：具下列資格的運動員**不能**參加乙組個人及隊際賽：
2008年曾獲乙組或公開組個人賽前三名的運動員。

註二：具下列情況運動員**不能**參加丙組個人賽：
在1994年或之前出生者，或
2008年曾獲公開組、乙組或丙組個人賽前三名位置的運動員。

賽制：

個人項目：運動員在初賽須演出兩套自選動作，在總得分最高的十位運動員可以進入決賽；如有多位成績相同的第十名運動員，則每位成績相同的運動員可以進入決賽。如參賽人數只有或少於十人時，全數參賽運動員可進入決賽（不足三人參與之項目將取消）。在決賽，每名運動員須演出一套自選動作。初賽成績將計算在決賽總得分內。

隊際項目：每隊由最少三人，最多四人組成。

隊際比賽參加者必需同時參加個人項目，丙組不設隊際比賽。隊際比賽以參賽者於個人項目的首兩套動作得分計算成績，每輪比賽中每隊最高三個得分計算入總成績。

雙人同步比賽：每對運動員在初賽須演出一套規定動作，在初賽得分最高的十對運動員可以進入決賽；如有多對成績相同的第十對運動員，則每對成績相同的運動員可以進入決賽。在決賽每對運動員須演出一套自選動作。初賽成績將計算在決賽總得分內。

規定動作：

所有組別均設有規定動作

- 初賽第一套動作中必須以「*」顯示所選擇的兩個難度動作，該選擇動作的難度分將被計算在第一套動作的分數內。
- 初賽第一套動作中以「*」顯示的兩個難度動作，不可在初賽第二套動作中重覆使用，否則該動作的難度分將不會被計算在第二套動作的分數內。
- 動作套路必須填寫在比賽卡上，比賽卡必須簽署並連同報名表寄交（或遞交）中國香港體操總會，否則運動員將不允許參賽。
- 運動員需依照比賽卡上所填寫的動作進行比賽，如運動員所做動作與比賽卡上動作有任何次序改變之處，每位演出裁判員將對已改變的動作套路扣減 **0.2分**。
- 如運動員演出時所做動作未能合符該組別的難度要求，每位演出裁判員將對所缺漏的難度要求每個扣減 **1分**。（詳情請參照學例附頁）

比賽規則：除本章程所列明的規則外，比賽將採用國際體操聯盟2007年1月1日生效之規則。

報名方法：填妥報名表格及比賽卡，連同劃線支票抬頭『中國香港體操總會』及回郵信封一個，郵寄或逕交『銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號奧運大樓1002室』。支票背面煩請寫上姓名、電話及比賽項目。

報名費用：個人比賽每項次港幣五十元正，
雙人同步比賽每隊港幣一百元正，
隊際比賽每隊港幣二百五十元正另外加上個人賽報名費
保險費用 —— 每人十元正（不論是否同時參與個人或雙人同步）（勿郵寄現金）

獎項：每組前三名得分最高者獲贈獎牌及証書。

截止報名日期：二零零九年十一月七日（星期六）前；所有比賽卡亦必須於二零零九年十一月七日下午六時前送交至中國香港體操總會，每張遲交之比賽卡將被收取港幣伍拾圓之行政費。

賽例詮釋會議：賽例詮釋會議將於二零零九年十一月十四日（星期六）下午三時，假港灣道體育館會議室舉行，**所有教練必須出席**。賽例詮釋會後，各教練如發現比賽卡上所填寫的動作出現問題，可於二零零九年十一月二十日（星期五）前作出更改。

***二零零九年十一月二十日（星期五）後，任何教練或運動員不得更改比賽卡，而比賽卡出現問題的運動員將喪失參賽資格。**

查詢：請於辦公時間親臨或致電 2504 8233/ 傳真 2882 8590與中國香港體操總會職員聯絡。

網頁資訊：中國香港體操總會 <http://www.gahk.org.hk>

備註：

1. 本賽事不設上訴，以現場判決為最終判決。
2. 如發現虛報資料，賽會有權要求參賽者出示證明。如未能出示式証實虛報，參賽資格及成績將被取消，已繳費用概不發還。
3. 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。

本章程如有未盡善之處，本會有權隨時修改，不作另函通知。

二零零九年度全港彈網公開賽

個人及隊際賽 報名表

賽會專用	收費： <input type="checkbox"/> 現金	<input type="checkbox"/> 支票_____	收據：_____
收件日期：_____	收費人：_____	代號：_____	

個人及隊際賽報名欄	性別： <input type="checkbox"/> 男子 <input type="checkbox"/> 女子	賽會專用
	組別： <input type="checkbox"/> 公開組 <input type="checkbox"/> 乙組 <input type="checkbox"/> 丙組	
<input type="checkbox"/> 只參與個人項目	<input type="checkbox"/> 參與個人項目及隊際比賽 *丙組不設隊際比賽	出場次序
姓名：(中文) _____		<input type="checkbox"/>
出生年份：_____	電郵：_____	
地址：_____		
電話：_____	簽署：_____	
<input type="checkbox"/> 只參與個人項目	<input type="checkbox"/> 參與個人項目及隊際比賽 *丙組不設隊際比賽	出場次序
姓名：(中文) _____		<input type="checkbox"/>
出生年份：_____	電郵：_____	
地址：_____		
電話：_____	簽署：_____	
<input type="checkbox"/> 只參與個人項目	<input type="checkbox"/> 參與個人項目及隊際比賽 *丙組不設隊際比賽	出場次序
姓名：(中文) _____		<input type="checkbox"/>
出生年份：_____	電郵：_____	
地址：_____		
電話：_____	簽署：_____	
<input type="checkbox"/> 只參與個人項目	<input type="checkbox"/> 參與個人項目及隊際比賽 *丙組不設隊際比賽	出場次序
姓名：(中文) _____		<input type="checkbox"/>
出生年份：_____	電郵：_____	
地址：_____		
電話：_____	簽署：_____	

參加者所屬的團體：

名稱：_____ 教練姓名：_____

地址：_____

電郵：_____ 電話：_____

- ※ 填妥報名表格連同報名費於**2009年11月7日或之前**寄交（或遞交）。
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。
（**勿郵寄現金**，請以劃線支票繳付報名費，抬頭「中國香港體操總會」）。
- ※ 是次比賽**不設即時報名**。
- ※ 比賽卡必須簽署並連同報名表於**2009年11月7日或之前**寄達（或遞交）中國香港體操總會。每份逾時寄達（或遞交）之比賽卡須額外繳交五十元行政費用，所有逾時繳交比賽卡的運動員將被安排至該組出場之**最前位置**。
- ※ **申請人 / 團體及教練已細閱會章程並願意遵守。如有違規或虛報，申請將被取消，已繳費用，概不發還。**
- ※ ※ 比賽卡可於以下網頁下載：<http://www.gahk.org.hk>
查詢：請於辦公時間親臨或致電 2504 8233/傳真 2882 8590與中國香港體操總會職員聯絡。

** 報名表格歡迎自行複印 **

二零零九年度全港彈網公開賽

雙人同步比賽 報名表

賽會專用	收費： <input type="checkbox"/> 現金	<input type="checkbox"/> 支票_____	收據：_____
收件日期：_____	收費人：_____	代號：_____	

雙人同步比賽報名欄	性別： <input type="checkbox"/> 男子 <input type="checkbox"/> 女子 組別： <input type="checkbox"/> 公開組	賽會專用
隊員 1 ：姓名：(中文) _____ 出生年份：_____ 電郵：_____	地址：_____	出場次序 <input type="checkbox"/>
電話：_____ 簽署：_____		
隊員 2 ：姓名：(中文) _____ 出生年份：_____ 電郵：_____	地址：_____	
電話：_____ 簽署：_____		

雙人同步比賽報名欄	性別： <input type="checkbox"/> 男子 <input type="checkbox"/> 女子 組別： <input type="checkbox"/> 公開組	賽會專用
隊員 1 ：姓名：(中文) _____ 出生年份：_____ 電郵：_____	地址：_____	出場次序 <input type="checkbox"/>
電話：_____ 簽署：_____		
隊員 2 ：姓名：(中文) _____ 出生年份：_____ 電郵：_____	地址：_____	
電話：_____ 簽署：_____		

參加者所屬的團體：

名稱：_____ 教練姓名：_____

地址：_____

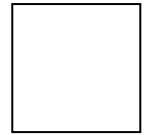
電郵：_____ 電話：_____

- ※ 填妥報名表格連同報名費於**2009年11月7日或之前**寄交（或遞交）。
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。
（**勿郵寄現金**，請以劃線支票繳付報名費，抬頭「中國香港體操總會」）。
- ※ 是次比賽不設即時報名。
- ※ 比賽卡必須簽署並連同報名表於**2009年11月7日或之前**寄達（或遞交）中國香港體操總會。每份逾時寄達（或遞交）之比賽卡須額外繳交**五十元**行政費用，所有逾時繳交比賽卡的運動員將被安排至該組出場之最前位置。
- ※ **申請人 / 團體及教練已細閱會章程並願意遵守。如有違規或虛報，申請將被取消，已繳費用，概不發還。**
- ※ ※ 比賽卡可於以下網頁下載：<http://www.gahk.org.hk>
查詢：請於辦公時間親臨或致電 2504 8233/傳真 2882 8590與中國香港體操總會職員聯絡。

** 報名表格歡迎自行複印 **

中國香港體操總會 主辦 康樂及文化事務署 資助
 二零零九年度全港彈網公開賽
 Competition Card 比賽卡

Competitor name: _____ (中文)
 Competitor name: _____ (中文)



Synchronized Competition Grade: Boys / Girls Open / B / C
 請以* 號表示所選擇之難度動作

Routine I (套路 1)

No.*	Movement	Pos.	Diff.	Chk.
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

*此套路中若重覆套路一所選擇之動作，該難度動作的難度分將不被計算

Routine II (套路 2)

No.*	Movement	Pos.	Diff.	Chk.
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

Competitor's signature: _____ Judge's signature: _____

Pos. : Body position Diff. : Difficulty Chk. : Checked (Used by judges)

※比賽卡必須簽名並連同報名表寄交（或遞交）中國香港體操總會，每份遲交（或遞交）之動作申報表，須額外繳付港幣伍拾圓之行政費用。

** 報名表格歡迎自行複印 **

沒有於本章程提及之事項，本比賽將參照 2009 年國際彈網賽之規例進行。

經彈網技術委員會商議後，希望各參賽隊伍能對新的規例有更深入的了解，技術委員會嘗試對新的規定動作要求及評分標準作出四項舉例並加以說明。

新的規定動作要求

初賽第一套動作要求

1. 初賽第一套動作中必須以「*」顯示所選擇的兩個難度動作，該選擇動作的難度分將被計算在第一套動作的分數內。
2. 運動員需依照比賽卡上所填寫的動作進行比賽，如運動員所做動作與比賽卡上動作有任何次序改變之處，每位演出裁判員將對已改變的動作套路扣減 **0.2分**。
3. 如運動員演出時所做動作未能合符該組別的難度要求，每位演出裁判員將對所缺漏的難度要求每個扣減 **1分**。

初賽第二套動作要求

1. 初賽第一套動作中以"*"顯示的兩個難度動作不可在初賽第二套動作中重覆使用，否則該動作的難度分將不會被計算在第二套動作的演出分內。
2. 運動員需依照比賽卡上所填寫的動作進行比賽，如運動員所做動作與比賽卡上動作有任何次序改變之處，每位演出裁判員將對已改變的動作套路扣減 **0.2分**。
3. 如運動員演出時所做動作未能合符該組別的難度要求，每位演出裁判員將對所缺漏的難度要求每個扣減 **1分**。

就以上**動作要求**的規則，技術委員會嘗試作出四項舉例說明。

「*」代表所選擇的兩個難度動作

◀指示出現改動的位置

例一(男子丙組)

<p>初賽第一套動作</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Front drop (*) 2. To feet (*) 3. Tuck Jump 4. 1/2 twist to Seat Drop 5. 1/2 twist to Seat Drop 6. 1/2 twist to Feet 7. 1/2 twist 8. Piked Straddle Jump 9. Piked Jump 10. Full Twist 	<p>初賽第一套動作</p> <ol style="list-style-type: none"> 0.1 0.1 0 0.1 0.1 0.1 0.1 0 0 0.2 	<p>完全符合男子丙組比賽要求:</p> <p>初賽第一套動作包含六彈每個難度0.1或以上的動作</p> <p>(首兩個動作難度將計算在初賽第一套動作總分內)</p>
<p>初賽第二套動作</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Back Drop 2. To feet 3. Tuck Jump 4. 1/2 twist to Seat Drop 5. 1/2 twist to Seat Drop 6. 1/2 twist to Feet 7. 1/2 twist 8. Piked Straddle Jump 9. Piked Jump 10. Full Twist 	<p>初賽第二套動作</p> <ol style="list-style-type: none"> 0.1 0.1 0 0.1 0.1 0.1 0.1 0 0 0.2 	<p>初賽第二套動作包含六彈每個難度 0.1 或以上的動作</p> <p>(所有動作難度將計算在初賽第二套動作總分內)</p>

例二(男子丙組)

<p>初賽第一套動作</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Front drop (*) 2. To feet (*) 3. Tuck Jump 4. 1/2 twist to Seat Drop 5. 1/2 twist to Seat Drop 6. 1/2 twist to Feet 7. 1/2 twist 8. Piked Straddle Jump 9. Piked Jump 10. Full Twist 	<p>初賽第一套動作</p> <ol style="list-style-type: none"> 0.1 0.1 0 0.1 0.1 0.1 0.1 0 0 0.2 	<p>初賽第一套動作完全符合男子丙組比賽要求:</p> <p>初賽第一套動作包含六彈每個難度0.1或以上的動作</p> <p>(首兩個動作難度將計算在初賽第一套動作總分內)</p>
<p>初賽第二套動作</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 1/2 Twist to Front Drop 2. To feet 3. Tuck Jump 4. 1/2 twist to Seat Drop 5. 1/2 twist to Seat Drop 6. 1/2 twist to Feet 7. 1/2 twist 8. Piked Straddle Jump 9. Piked Jump 10. Full Twist 	<p>初賽第二套動作</p> <ol style="list-style-type: none"> 0.2 0.1 0 0.1 0.1 0.1 0.1 0 0 0.2 	<p>初賽第二套動作未能完全符合男子丙組比賽要求:</p> <p>初賽第二套動作包含六彈每個難度 0.1 或以上的動作，但第二彈動作與第一套動作的第二彈相同，所以：</p> <p>(第一彈、第三彈至第十彈的動作難度方可計算在初賽第二套動作總分內)</p>

例三(男子丙組)

<p>填寫動作 初賽第一套動作</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Front drop (*) 2. To feet (*) 3. Tuck Jump 4. 1/2 twist to Seat Drop 5. 1/2 twist to Seat Drop 6. 1/2 twist to Feet 7. 1/2 twist 8. Piked Straddle Jump 9. Piked Jump 10. Full Twist 	<p>實際演出動作 初賽第一套動作</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Front drop (*) 2. To feet (*) 3. Tuck Jump 4. 1/2 twist 5. 1/2 twist to Seat Drop 6. 1/2 twist to Seat Drop 7. 1/2 twist to Feet 8. Piked Straddle Jump 9. Piked Jump 10. Full Twist 	<p>初賽第一套動作完全符合男子丙組比賽要求：</p> <p>初賽第一套動作包含六彈每個難度0.1或以上的動作</p> <p>(首兩個動作難度將計算在初賽第一套動作總分內)</p> <p>但因為初賽第一套動作須比賽動作卡上所填寫動作完全相同，所以：</p> <p>*每位演出裁判員將對已改變的動作套路由扣減0.2分</p>
--	--	---

例四(男子公開組)

<p>填寫動作</p> <p>初賽第一套動作</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 1/2 out triffis(<) (*) 2. 1/2 in 1/2 out fliffis(<) (*) 3. 1/2 out fliffis(<) 4. Double back(o) 5. Randy 6. Double Full 7. Barani(/) 8. Full 9. 1 3/4 Front somi (<) 10. Rudy ball out (/) <p>初賽第二套動作</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 1/2 out triffis(o) 2. 1/2 in 1/2 out fliffis(o) 3. 1/2 out fliffis(<) 4. Double back(o) 5. Randy 6. Double Full 7. Barani(/) 8. Full 9. 1 3/4 Front somi (<) 10. Rudy ball out (/) 	<p>實際演出動作</p> <p>初賽第一套動作</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 1/2 out triffis(<) 2. 1/2 in 1/2 out fliffis(<) 3. 1/2 out fliffis(<) 4. Double back(o) 5. Randy 6. Double Full 7. Barani(/) 8. Full 9. 1 3/4 Front somi (<) 10. Rudy ball out (/) <p>初賽第二套動作</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 1/2 out triffis(o) 2. 1/2 in 1/2 out fliffis(o) 3. 1/2 out fliffis(<) 4. Piked jump 5. Randy 6. Double Full 7. Barani(/) 8. Tuck 9. 1 3/4 Front somi (<) 10. Rudy ball out (/) 	<p>初賽第一套動作完全符合男子公開組比賽要求：</p> <p>初賽第一套動作包含十彈每個難度0.2或以上的動作</p> <p>(首兩個動作難度將計算在初賽第一套動作總分內)</p> <p>動作卡上，初賽第二套動作須完全符合男子公開組比賽要求：</p> <p>但初賽第二套實際演出時第四彈及第八彈未能完全符合男子公開組比賽要求(即十彈每個難度0.2或以上的動作)，</p> <p>所以：</p> <p>*每位演出裁判員將對已改變的動作各扣減 1 分 (共 2 分)</p> <p>**如是項錯誤發生在初賽的第一套動作中，因動作與比賽動作卡不相符，將再加扣 0.2 分</p>
--	--	--



中國香港體操總會 主辦 康樂及文化事務署 資助
二零零九年度全港彈網公開賽

年齡申報

(請依據報名表次序貼上有關副本)

*男/女 公開/乙/丙

在此貼上身份證副本

運動員、家長或監護人聲明

運動員姓名：_____

我聲明：_____（參加者姓名）的健康及體能良好，適宜參加上述活動，如申請人因他/她的疏忽或體能欠佳，而引致於參加這個活動時傷亡，主辦機構 無須負責。如 *本人/ 小兒/小女在活動發生任何意外，本人授權主辦機構全權決定是否送 *本人/ 小兒/ 小女到醫院接受治療。主辦機構或教練無需就 *本人/ 小兒/ 小女 的人身傷害及其他一切損失負上任何責任。本人亦已細閱會章程並願意遵守，明白如有違規或虛報，申請將被取消，已繳費用，概不發還。

運動員簽署：_____

家長簽署：_____

家長姓名：_____

日期：_____

註：1. 如有需要可自行影印。

2. 報名時，如未能遞交年齡及健康申報表，本會將禁止該運動員出賽。

*請刪去不適用



中國香港體操總會 主辦 康樂及文化事務署 資助
二零零九年度全港彈網公開賽

領隊申報及報名費總表

本人謹授權下列教練/領隊，代表本人帶領運動員參加二零零九年度全港彈網公開賽，除負責處理一切比賽及運動員與支持者行為紀律問題外，並願意遵守大會所訂下之章則。

注意事項

- *每名參賽運動員最多只能派兩位領隊帶領；領隊必須戴上領隊証方能進入比賽場地。
- *請填妥以下申請表格，連同相片及貼上領隊証，連同報名表格寄回本會辦理，逾期恕不辦理，敬請合作。領隊証將於比賽當日派發。

領隊証申請表

比賽日委派之領隊姓名：_____ 聯絡電話：_____

負責之運動員姓名：

運動員姓名及參賽組別 (括號內)	運動員姓名及參賽組別 (括號內)
1. ()	6. ()
2. ()	7. ()
3. ()	8. ()
4. ()	9. ()
5. ()	10. ()

二零零九年度全港彈網公開賽
領隊証

領隊姓名：_____

相片

報名費總表：

個人	\$50	x	_____	人	=	\$ _____
雙人同步	\$100	x	_____	隊	=	\$ _____
隊際	\$250	x	_____	隊	=	\$ _____
保險	\$10	x	_____	人	=	\$ _____
總數					=	\$ _____

現金 / 支票：_____ 銀行：_____

註：如有需要可自行影印