中華民國 115 年花蓮縣全縣暨社區全民聯合運動會五人制拔河技術手冊

壹、拔河運動運動組織：

一、中華民國拔河運動協會：

理事長：葉政彥

秘書長：卓耀鵬

電　話：02-87711436

傳　真：02-27783297

會　址：台北市中山區朱崙街20號708室

二、花蓮縣體育會拔河運動委員會：

代理主委：蘇學育

代理副主委：葉元豪

代理總幹事：陳建勳

代理副總幹事：剛翠雪

電　話：03-8235119#15、0900-632525

傳　真：03-8236771

連絡地址：花蓮縣花蓮市港口路25號

貳、競賽資訊：

一、競賽日期：115 年 11 月 21 日（星期六）計 1 天。

二、競賽地點：明義國小活動中心。

三、 競賽分組：依競賽規程第七條辦理。

	甲組（競技組）： 穿拔河鞋（亞瑟士 109、亞瑟士 110、汎信等平底專用拔河鞋）	乙組(公開組)： 本組穿一般運動鞋
1、社會高中男子組	【五人 450 公斤(含)以下】	【五人 450 公斤(含)以下】
2、社會高中女子組	【五人 400 公斤(含)以下】	【五人 400 公斤(含)以下】
3、國中男子組	【五人 325 公斤(含)以下】	【五人不限重，不需過磅】 (僅限以班級或年級為單位組隊)
4、國中女子組	【五人 275 公斤(含)以下】	【五人不限重，不需過磅】 (僅限以班級或年級為單位組隊)
5、國中混合組 （單一性別至少 2 人）	【五人 320 公斤(含)以下】	【五人不限重，不需過磅】 (僅限以班級或年級為單位組隊)
6、國小男子組	【五人 250 公斤(含)以下】	【五人 250 公斤(含)以下】
7、國小女子組	【五人 250 公斤(含)以下】	【五人 250 公斤(含)以下】
8、國小混合組 （單一性別至少 2 人）	【五人 250 公斤(含)以下】	【五人 250 公斤(含)以下】

四、參賽資格：依競賽規程第八條辦理。

五、參賽資格：依競賽規程第八條及第九條辦理，各組每單位限報 2 隊。

六、報名人數：註冊選手每隊上限 7 人，下限 6 人(上場出賽人數為 5 名選手)。

七、比賽規則：採用中華民國拔河運動協會審定公佈之最新拔河規則。

八、比賽制度：視報名隊數多寡而定（以循環賽為主，若超過五隊，則採分組循環)。

九、比賽細則：

（一）每人限報一組，女生得跨組報名參加男生組、男生不得跨組報名參加女生組。

（二）雙方勝負之判定：以每隊繩子的白色標誌，被拉到對方的 2 公尺處，即繩子移動 4 公尺即為勝負之判定。

（三）如有一隊因犯規而被「注意」兩次後，再被「警告」兩次，如有第三次的「警告」則要被判失格。

（四）拔河比賽 10 個犯規動作：坐姿犯規、划繩犯規、爬繩犯規、觸地犯規、夾持犯規、鎖繩犯規、違反握繩法犯規、越線犯規、滯留蹲姿犯規、後位姿勢犯規。請教練指導選手不要故意有犯規意圖或動作。

（五）採分組循環或循環比賽制，每場比賽採三局二勝制，每勝一局得一分，連勝兩局得三分；如 2 隊積分相同時，則依 2 隊對戰勝負為勝負；如 3 隊(或 3 隊以上)積分相同，則以 3 隊(或 3 隊以上)相關賽程之體重總和比較，輕者為勝。如仍無法分出勝負，則依抽籤決定賽程，再加賽 1 局。

（六）選手不能戴手套或防滑用具，惟手受傷包紮後經裁判認可使得下場比賽。

（七）比賽用繩：採用中華民國拔河運動協會審定合格之拔河繩。

（八）比賽服裝：為避免手臂及頸部擦傷，選手請儘量穿著有領長袖運動衫，並力求整齊，因縣運為本縣最高等級比賽，本次比賽將鋪設拔河道，上場比賽之選手得穿著正式拔河鞋，惟不得打赤腳或穿著釘鞋及上場比賽（其中穿著或鞋子有否違規，由各拔河道裁判組長判定，若有不服，則交由審判委員會會議裁定，如未與規則不符，對裁定結果不得異議）。

（九）比賽中選手應注意事項：

1. 選手須經檢錄核對身分無誤方可下場比賽。
2. 選手可站在繩子的左邊或右邊。
3. 每一隊的第一位選手得緊握繩子藍色記號區外側。
4. 選手空手，雙手掌向上緊握繩子。
5. 繩子必須由軀幹與上臂之間通過。
6. 比賽中必須兩腳在膝前伸直，且必須握住繩子，不可有鬆繩或放繩及滑繩動作。
7. 後位握繩法：繩子必須通過右腋下，由背斜上至前方再經左腋下而將多餘的繩子置於左外側，且兩手必須緊握住繩子。

（十）本次縣運賽事列入本會選拔全國賽事縣代表隊選手，優勝隊伍得由委員會推舉參加全國級賽事。

（十一）　未盡事宜得於賽前領隊會議中提出，並由會議決議後實施。

參、管理資訊：

一、競賽管理：在本縣縣運籌備委員會指導下，由花蓮縣體育會拔河運動委員會負責拔

河運動競賽各項技術工作。

二、技術人員：

（一）裁判人員：裁判長及裁判員由本縣體育會拔河運動委員會商請聘請及聘任。

（二）審判委員：審判委員共5人，召集人及審判委員由本縣體育會拔河運動委員會遴派。

三、獎勵：依據競賽規程總則第十一條之規定辦理。

四、申訴：依據競賽規程總則第十四條之規定辦理。

五、罰則：依據競賽規程總則第十六條之規定辦理。