



香港潛水總會主辦  
Organized by  
Hong Kong Underwater  
Association

康樂及文化事務署資助  
Subvented by  
Leisure and Cultural  
Services Department



## 2019 香港潛水總會 CMAS 盃蹼泳賽 比賽章程

(Revision 07, 21-Feb-2019 1130)

### 1 比賽資料

日期：二零一九年三月十日(星期日)  
時間：上午十一時至晚上七時三十分時  
地點：中山紀念公園游泳池  
報名費用：首個項目港幣 70 元正，隨後每個項目港幣 25 元正  
截止日期：二零一九年三月一日(星期五)中午十二時正

### 2 參賽資格

- 2.1 參賽者必須為 2018/19 年度香港潛水總會會員。
- 2.2 由香港潛水總會註冊蹼泳屬會及本年度(2018/19)註冊蹼泳教練推薦。
- 2.3 所有參加資格需經由總會作審核；如發現提交申請出現紕漏，該申請將不獲接受。
- 2.4 所有運動員、教練及屬會須嚴格遵守本章程內的規則及安全事項。
- 2.5 受處分或正接受調查的屬會或教練，該屬會及其會員並無資格報名參加比賽，而該屬會及教練則無權加簽或推薦會員比賽。如個別會員欲參加比賽，可個別提出申請及書面陳述，在截止報名前以書面提出予競賽委員會，作出個別考慮。
- 2.6 本會保留權利拒絕任何人報名，而不作任何解釋。

### 3 報名方法

- 3.1 填妥比賽報名表格，比賽報名表格可於本會網頁 (<http://www.hkua.org.hk>) 下載，亦可親臨或致電本會傳真索取(報名表格可自行影印)。
- 3.2 所有報名需由合資格註冊屬會教練提交，本會不接受個人報名。
- 3.3 填妥的報名表格，須連同報名費用，以現金親身遞交到總會，或以劃線支票方式，寄回<香港潛水總會>；請勿郵寄現金。
- 3.4 郵寄地址：銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號奧運大樓 1012 室<香港潛水總會>
- 3.5 支票抬頭<香港潛水總會有限公司> 或<Hong Kong Underwater Association Limited>。
- 3.6 未經填妥的報名表格，本會有權拒絕其報名而不另行通知。
- 3.7 報名一經接納後，所繳費用概不發還。
- 3.8 參賽者於三月一日至三月五日作出任何報名項目的更改(在技術會議協商同意更改之項目除外)，每人每個項目的更改費用為港幣 50 元正；直至比賽當日不得更改任何報名項目。
- 3.9 合資格註冊蹼泳屬會必須填寫團體報名表格，報名方法及報名表格由競賽秘書以電郵通知註冊屬會教練；屬會必需依照要求填好團體報名表格，並在截止日期(三月一日中午十二時正或之前)以電郵交回競賽秘書；團體報名同樣需經總會審核其參加資格及蹼泳競賽部確認其報名項目有效後，合資格註冊蹼泳屬會需依據其項目在三月六日或之前向總會繳交報名費及其所有運動員實體報名表。

### 4 比賽項目報名規則

- 4.1 運動員年齡組別，以比賽年分減去運動員出生年分的歲數計算。
- 4.2 運動員須跟據其年齡，報名參加其年齡組別項目。
- 4.3 任何比賽項目報名人數少於六人，該項目將會被取消。
- 4.4 接力(RELAY)項目如報名人數少於四組，該項目將會被取消。
- 4.5 先進(MASTER) 及新秀(NOVICE) 項目如報名人數少於四人，該項目將會被取消。
- 4.6 先進(MASTER)組別運動員可參加競賽組別項目。
- 4.7 新秀(NOVICE)運動員必須為本年度潛水總會會員；並在以前未參加過潛水總會所舉辦的蹼泳比賽，或參加了本



香港潛水總會主辦  
Organized by  
Hong Kong Underwater  
Association

康樂及文化事務署資助  
Subvented by  
Leisure and Cultural  
Services Department



年度的蹼泳推廣班。

- 4.8 新秀(NOVICE)運動員需要由屬會推薦，如發現運動員不乎合新秀資格，總會保留追究該推薦屬會的權利。
- 4.9 新秀(NOVICE)項目最少四人報名，而新秀運動員亦可參加其他常規比賽項目。
- 4.10 如發現有運動員冒名頂替作賽，本會將立即取消其比賽資格，本會並保留追究違規行為的權利。
- 4.11 所有運動員須在比賽當日提供香港身分證，供比賽人員核實其身分及年齡。
- 4.12 分齡接力項目，可以由教練協議組隊，隊員可來自不同屬會；隊員年齡必須乎合該項目的年齡資格。此規定不適用於學校接力。
- 4.13 學校接力比賽必須由總會正式通知學校，並得學校同意參賽。各屬會必須通知潛水總會：學校中英文全名，學校地址，聯繫老師姓名及電郵，在截止報名前電郵總會秘書處，由總會正式發出邀請函到學校。
- 4.14 運動員如參加非其年齡組別之項目，必須在技術會議內提出，並得到參加該項目所有屬會同意及蹼泳競賽部批准。
- 4.15 本會保留權利即場取消出席人數少於四人之項目。

## 5 比賽規則

- 5.1 沿用本會比賽章程，亦以世界潛水總會（CMAS）最新修訂的蹼泳比賽規則作為參考。
- 5.2 所有賽事均採用直接決賽制，時間最快的三名獲頒發獎牌。
- 5.3 香港潛水總會有權更改或重新編定賽制而不另行通知。

## 6 比賽器具

- 6.1 單蹼腳蹼：不可大於 760 毫米 x 760 毫米，和高於 150 毫米；
- 6.2 16 歲及以下參加者單蹼腳蹼，只可使用纖維板單片蹼，並沒有大包膠邊輔助擾流；其闊度不可大於 600 毫米，長度不可大於 500 毫米，高度不可大於 150 毫米；



參加任何組別，以上所列單蹼腳蹼 16 歲及以下參加者皆不可使用

- 6.3 雙蹼腳蹼：長度不可大於 670 毫米，闊度不可大於 225 毫米；不可使用纖維板；所有刷新雙蹼紀錄之成績，必須使用 CMAS 指定雙蹼，以 CMAS 最新雙蹼規定為準
- 6.4 面罩（或泳鏡）；
- 6.5 呼吸管不可安裝導流裝置，全長不小於 430 毫米及不大於 480 毫米，內徑不小於 15 毫米及不大於 23 毫米；
- 6.6 保護腳裸的腳套長度不可超過腳眼，或包裹腳跟的位置。

## 7 比賽項目要求

### 7.1 水面蹼泳（單蹼或雙蹼比賽）

- 7.1.1 水面蹼泳 (SF) 游泳姿式不限；雙蹼比賽 (BF) 須採用捷泳泳姿。
- 7.1.2 16 歲及以下組別的水面蹼泳(SF)，可以使用合規格雙蹼腳蹼，並必須以豚泳(DOLPHIN KICK)完成。
- 7.1.3 比賽器具包括腳蹼（單片腳蹼或雙蹼腳蹼）、面罩（或泳鏡）和呼吸管；參賽者需自備器具。
- 7.1.4 參賽者必須穿腳蹼、面罩（或泳鏡）和呼吸管游畢全程。
- 7.1.5 在任何距離的水面蹼泳比賽，參賽者都必須使用呼吸管呼吸；如參加新秀組賽事，或首年(首四次)參與蹼泳比賽，可選擇不用呼吸管作賽。
- 7.1.6 參賽者可以在出發的首 15 米和每次轉身後 15 米進行一次潛泳；呼吸管管口必須在 15 米線前露出水面。
- 7.1.7 除出發和轉身後的 15 米內進行一次潛泳，其餘時間必須保持呼吸管管口或身體任何一部分露出水面上。

### 7.2 屏氣潛泳



香港潛水總會主辦  
Organized by  
Hong Kong Underwater  
Association

康樂及文化事務署資助  
Subvented by  
Leisure and Cultural  
Services Department



7.2.1 游泳姿式不限。

7.2.2 比賽器具包括腳蹼（單片腳蹼或雙蹼腳蹼）、面罩（或泳鏡），參賽者必須穿腳蹼游畢全程；參賽者需自備器具。

7.2.3 整個過程中，參賽者之面部不可露出水面。

7.2.4 所有參賽者不可以用儀器輔助呼吸，只能靠一口氣完成整個賽程比賽。

### 7.3 水面蹼泳接力（單蹼或雙蹼比賽）

7.3.1 與水面蹼泳（單蹼或雙蹼比賽）6.1 相同。

7.3.2 比賽形式：從第一個隊員於起跳台或於池邊出發，當身體任何一部份觸及池邊時，另一隊員即可出發；全隊四人游畢全程及最後接力隊員觸及池邊即完成賽事。

## 8 安全及注意事項

8.1 本會建議運動員及其家長自行安排足夠的個人保險。

8.2 所有運動員及觀眾所攜帶的物品，須自行看管。如有任何遺失，本會概不負責。

8.3 所有十一歲或以下的運動員，大會有關安全理由，即時取消其比賽資格。

8.4 任何人士未得工作人員批准，不可自行落水熱身。

8.5 除工作人員、參賽者或得到主辦單位批准，其他人士不可進入池面區。

8.6 凡進入池面的工作人員、參賽者及家長等，需更換自備的拖鞋或穿上鞋套。大會工作人員及泳池負責人有關拒絕未更換適當拖鞋或穿上鞋套者進入池面區。

8.7 所有 9 歲或以下比賽項目，主辦單位考慮容許 1 名家長陪同往召集處及進入池面區協助參賽者。家長可自備毛巾，在起點區協助選手下水，並在比賽開始後步行至終點區。

8.8 任何人士不可在池面區奔跑，以免發生危險。

8.9 除了在比賽泳道或跳台側（等候比賽或熱身時），所有參賽者禁止穿上蛙鞋在池面走動。

## 9 報到及熱身

9.1 比賽當日不設報到處。所有已報名之運動員，請於比賽當日上午十時三十分到達場地。

9.2 全部運動員須準時到達會場熱身，並自行留意大會通告及安排，如有問題，須經屬會領隊或教練向大會查詢。

## 10 比賽進程序

10.1 全部賽事均採用一次起跳(One-Start-Rule)，如有運動員犯規，將於賽事完成後被取消資格。

10.2 運動員須在檢錄區待命，戴好泳鏡、泳帽、準備好所有比賽器具。

10.3 運動員進入檢錄區待命後，不可再離開檢錄區。如有運動員違反規定，經檢錄長核實後，總裁判可取消其比賽資格。

10.4 所有參賽者不可放置任何物件在起跳臺上。

10.5 運動員必須從起跳臺起跳。

10.6 雙蹼比賽的參賽者，雙腳必須並排在起跳臺上。

10.7 如運動員提出請求，可依據其年紀或安全理由，並得到發令員及總裁判批准，手握池邊準備。

10.8 比賽開始前，發令員以**連續短促哨聲**示意參賽者脫下外衣及準備，其間參賽者有一分三十秒的時間穿戴腳蹼。

10.9 **一聲長哨**之後，參賽者在起跳臺上就位。參賽者聽到發令員的一聲長哨後需於起跳臺上站立(在此之前站上亦可)。

10.10 發令員發出**"各就位"或"TAKE YOUR MARK"**的口令，參賽者必須立即做好起跳姿勢並站穩，待所有參賽者站穩後，發令員會發出起跳信號。如參賽者在發令員發出起跳信號前起跳或移動身體，將會被取消資格。除發令員另有明確指示，否則比賽將會繼續進行直至完成為止。

10.11 發令員或總裁判對偷步作出的判決是最終及不可更改的。

10.12 教練和其他陪同人員不得在池邊隨意走動，影響比賽進行；總裁判可驅逐任何騷擾比賽進行的人士離場。

10.13 比賽結果及名次將以電子計時板顯示為準，或總裁判認為合理而準確的計時標準，如半自動或手動計時。

## 11 運動員注意事項

11.1 嚴禁在泳道、計時板或跳台邊離開游泳池。所有運動員須由泳池兩邊水梯離開游泳池。



香港潛水總會主辦  
Organized by  
Hong Kong Underwater  
Association

康樂及文化事務署資助  
Subvented by  
Leisure and Cultural  
Services Department



11.2 比賽進行期間，運動員需留在自己泳道內，待工作人員或裁判指示下，方依指示離開。

## 12 比賽獎項

- 12.1 各組之冠、亞、季軍均可獲得精美獎章及證書；證書會在比賽結束 30 個工作天後由總會發出。
- 12.2 如有任何原因需要補發證書，每張補發證書收費為港幣 30 元正。
- 12.3 因人手所限，如要求特快證書，需報名時提出及說明原因。比賽當日結果公佈後，屬會教練須以書面提出，並附有回郵信封，當天提交總會核對，如無技術及其他問題，總會約於比賽後七個工作天後寄出。

## 13 賽果上訴

- 13.1 如對賽果有任何問題，須於該項目成績公佈後六十分鐘內，以書面形連同證據提出。
- 13.2 上訴申請書須由負責領隊或教練提交。本會不接受任何形式個人上訴。
- 13.3 上訴申請書須連同上訴費用港幣 200 元遞交予總裁判。
- 13.4 總裁判對上訴及賽果有最終的判決權。
- 13.5 若上訴被駁回，已繳費用概不發還。

## 14 惡劣天氣下的比賽安排

- 14.1 如天文台在比賽當日上午 9 時或之後，發出或宣佈將會發出三號、八號或更高颱風訊號，當日的比賽將會取消。
- 14.2 如天文台在比賽當日上午 9 時或之後，發出或宣佈將會發出紅色、黑色暴雨警告，當日的比賽將會取消。
- 14.3 比賽開始後，本會會因應當時天氣情況，隨時中止比賽。

## 15 比賽安排會議

- 15.1 參照世界潛水總會 (CMAS) 最新修訂的蹼泳比賽規則，本會在比賽前舉行技術會議 (TECHNICAL MEETING)，商討比賽安排及規定事項。
- 15.2 各參賽屬會須安排一位合資格註冊蹼泳教練，代表屬會參加會議。
- 15.3 如屬會無參加會議，則被視為接受本會所作出之比賽安排及事項。
- 15.4 本會並不會另發任何會議紀錄或文件。

## 16 行為要求及紀律守則

- 16.1 參賽的運動員、教練、領隊、陪同人員或家長，均不可穿著其他體育總會的制服。總裁判可取消不合資格的選手或隊伍的參賽資格及其比賽成績。
- 16.2 比賽進行途中，嚴禁搗亂或行為不檢/侮辱' 騷擾或妨礙工作人員。總裁判可驅逐違反人士離場，並取消與該人士有關的運動員及屬會的參賽資格，以及當日所有的比賽成績。
- 16.3 若有任何會員 / 參賽者 / 教練 (包括其家長或其親友) 在賽事籌備, 賽事進行期間或賽事結束後以任何形式對義工 / 工作人員 / 裁判挑釁生事, 或作出不禮貌行為, 賽事紀律委員會會將滋事者紀錄在案。滋事者和其屬會可被警告及處分。如一年內被警告二次, 滋事者和其屬會會被罰停賽最少半年或以上, 其時間長度會由賽事紀律委員會依其嚴重程度決定。
- 16.4 若有屬會未能合理解釋, 及出示合理證明, 其運動員缺席出賽之理由, 而該屬會缺席人次達到該屬會報項總數目 30% 或以上, 本會有權考慮取消該教練或屬會當日之所有比賽成績。本會並會紀錄在案, 作為日後接受其報名參賽的考慮。
- 16.5 比賽總裁判對比賽當日之執行程序、運動員比賽資格、比賽結果、對比賽結果上訴之判決有最後決定權。
- 16.6 本會不會回覆或處理任何匿名 / 冒名 / 拒絕提供合理有效資料之投訴。本會保留懲罰滋事者及報警處理之權利。
- 16.7 本會保留所有權利, 追究違犯比賽規則及規定之運動員、教練及屬會之賽果及責任, 其時間為五年。
- 16.8 賽事紀律委員會由本會運動及競賽委員會委派三位人員組成, 成員可為三級裁判或三級教練。

## 17 更改及修訂

- 17.1 香港潛水總會保留最終更改及修訂本規程之權利，而不作另行通告。
- 17.2 本會有權隨時增加或修改，而不作另行通告。



香港潛水總會主辦  
**Organized by**  
**Hong Kong Underwater**  
**Association**

康樂及文化事務署資助  
**Subvented by**  
**Leisure and Cultural**  
**Services Department**



17.3 所有參賽者需同意嚴格遵守本章程內的規則及安全事項。

## 18 查詢

香港潛水總會

電 話：2504 8154

傳 真：2577 5601

網 頁：<http://www.hkua.org.hk> 電子郵箱：[enquiry@hkua.org.hk](mailto:enquiry@hkua.org.hk)