

# 112 年臺南市市長盃有氧體操錦標賽暨邀請賽 競賽規程

一、依據文號：臺南市政府 112 年 4 月 17 日南市體競字第 11204065531 字號辦理。

二、活動目的：推展有氧體操運動，進行全臺各地選手之技術交流，進而提昇本市選手技術水準，增廣見聞。

三、主辦單位：臺南市政府、社團法人臺南市體育總會

四、承辦單位：臺南市體育總會體操委員會

五、協辦單位：臺南市東區復興國民小學、臺南市立復興國民中學、臺南市私立長榮高級中學

六、比賽時間及地點：

(一) 時間：民國 112 年 8 月 5 日至 6 日（星期六～日），共計二天。

(二) 地點：臺南市立復興國民中學—復興館（臺南市東區裕文路 62 號）

七、報名辦法：

(一) 報名時間與方式：即日起至 112 年 7 月 21 日（星期五）下午 5 時止，採線上報名，如有疑問請洽郭筑菱老師 0911-620873。

(二) 參賽資格：

1. 代表學校參賽之運動員，以各校正式核准 112 學年度學籍之在學學生為主，惟每名選手僅能代表一單位、一組別（團體項目報名時，請在單位名稱後加上英文編號，以利區分）。幼兒園（含）以下選手均報名國小低年級組。
2. 參賽選手若為在學學生，報到時須繳交在學證明書（附照片，加註出生年月日）或學生證正反面影本；尚未入學者，須提交戶口名簿或健保卡影本證明，以便備查。
3. 各組個人項目及團體項目可兼報，惟不得跨組報名。
4. 代表縣、市體育（總）會或委員（協）會，或非以學校單位報名之選手，應報名高中以上組。
5. 有氧舞蹈、有氧階梯（年齡不限）：以學校單位報名之選手，須為同校在學學生，不限年級/年齡。以縣、市體育（總）會或委員（協）會，或非以學校單位報名之選手，不限同校/年級/年齡。
6. 若逾期報名，則延遲一天每名選手加收 300 元，延遲二天每名選手加收 500 元，延遲三天以上，每名選手加收 800 元並列為表演賽，不列入參賽成績。

(三) 保險：於比賽期間，大會已進行活動場地保險，各單位亦可自行保險。

(四) 報名費：請於單位報到時繳交，否則視同未報名論。

1. 個人競賽：每人新台幣 500 元。
2. 團體競賽：混雙每組新台幣 600 元，三人每組新台幣 900 元，五人每組新台幣 1200 元，有氧舞蹈每組 1500 元，有氧階梯每組 1500 元。

(五) 報名人/組數及參賽項目限制：

1. 高中社會組：個人競賽—男單、女單。
2. 國中組：個人競賽—男單、女單。  
團體競賽—混雙組、三人組、五人組。
3. 國小高年級組：個人競賽—男單、女單。  
團體競賽—混雙組、三人組、五人組。
4. 國小中年級組：個人競賽—男單、女單。  
團體競賽—混雙組（可二男或二女）、三人組、五人組。
5. 國小低年級組：個人競賽—男單、女單。  
團體競賽—混雙組（可二男或二女）、三人組、五人組。
6. 一般組（年齡不限）：團體競賽—有氧舞蹈（可 6-8 人）、有氧階梯（可 6-8 人）。
7. 其他：外縣市參賽選手，每單位各組別各項目限報 2 人/組。

(六) 隊職員人數：

1. 領隊：各單位至多一人。
2. 管理：各組各單位至多一人。
3. 教練：各組各單位至多兩人。

(七) 抽籤：各組出場序於 112 年 7 月 22 日（星期六）下午 3 時，假臺南市東區復興國民小學，由大會統一抽籤決定之，不得有異議。

八、比賽規則：採用 2022 至 2024 年 FIG 之有氧體操評分規則評分。

(一) 組別及項目：外縣市參賽選手，每單位各組別各項目限報 2 人/組。

組別	個人競賽項目	團體競賽項目	規則依據
高中社會組	男單、女單	—	FIG 2022 ~ 2024 成人組比賽規定
國中組	男單、女單	混雙組、三人組、五人組	FIG 2022 ~ 2024 年齡組 (12 ~ 14 歲組) 比賽規定
國小高年級組	男單、女單	混雙組、三人組、五人組	
國小中年級組	男單、女單	混雙組 (可二男或二女) 三人組、五人組	FIG 2022 ~ 2024 國家預備組 (9 ~ 11 歲組) 比賽規定
國小低年級組	男單、女單	混雙組 (可二男或二女) 三人組、五人組	
一般組 (年齡不限)	—	有氧舞蹈	FIG 2022 ~ 2024 有氧舞蹈比賽規定 每組 6-8 人 (男子/女子/男女混合) 成套時間：1 分 10 秒至 1 分 30 秒
		有氧階梯	FIG 2022 ~ 2024 有氧階梯比賽規定 每組 6-8 人 (男子/女子/男女混合) 成套時間：1 分 25 秒 ± 5 秒

(二) 有氧舞蹈特殊規定：

組別	一般組 (年齡不限)
成套時間	1 分 10 秒至 1 分 30 秒
技巧連結	成套中最多出現 3 次
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 單個技巧動作的數量不限制。</li> <li>2. 一串技巧連結最多 2 個技巧動作，且必須同時展示相同或不同的技巧連結。</li> <li>3. 若依次或不同時間展示相同或不同的技巧連結，則將計為 2 次技巧連結或更多。</li> <li>4. 例如： <ul style="list-style-type: none"> <li>● 側翻內轉 + 後手翻 + 空翻 = 扣分</li> <li>● 側翻內轉 + 空翻 = 不扣分</li> </ul> </li> </ol>
舞蹈內容	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 舞蹈操化動作有別於一般操化單元，呈現應該更加自由，就像舞蹈動作一樣可以運用整個身體、頭部。這些動作不能做的像機器人的運動。</li> <li>2. 成套中，必須展現至少 6 個舞蹈操化單元 (不含第二風格)。</li> </ol>
第二風格	成套動作中，須包含 32-64 拍的第二風格 (允許任何風格的舞蹈) 動作，該部分動作必須要區別於其他的創編內容。
動力性協作	成套動作中至少出現 3 次
違例動作	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 不可以高於 2 個人站立時垂直高度的疊加。</li> <li>2. 2022-2024 有氧體操評分規則中列舉的違例動作。</li> </ol>

(三) 有氧階梯特殊規定：

組別	一般組（年齡不限）
成套時間	1 分 25 秒（±5 秒）
階梯內容	1. 所有運動員須 <u>同時</u> 在踏板上（移動/不移動）完成 8 拍，才能算一個階梯操化單元。 2. 成套中，所有運動員須 <u>同時</u> 在踏板上（不移動/不變換踏板），完成連續 3 個 8 拍的階梯操化。 3. 成套中，必須展現至少 9 個階梯操化單元（含連續 3 個 8 拍的階梯操化）。
動力性協作	成套動作中 <u>最多</u> 出現 3 次
違例動作	1. 除了最後的造型以外，在成套動作中堆疊踏板。 2. 拋接踏板（扔至空中）。 3. 粗暴處理踏板（踢/扔向隊友/空中）。 4. 出現任何難度動作/技巧動作。 5. 從一個踏板跳向另一個踏板 6. 不可以高於 2 個人站立時垂直高度的疊加。 7. 2022-2024 有氧體操評分規則中列舉的違例動作。

九、名次評定與獎勵：

(一) 個人競賽：各組各單位最多錄取兩名，各組選手各項目之得分最高者為第一名，次之者為第二名，餘依此類推。各組錄取前八名，頒發獎狀，前三名並頒發獎牌。

(二) 團體競賽：各組各單位最多錄取兩名，各組選手各項目之得分最高者為第一名，次之者為第二名，餘依此類推。各組錄取前八名，頒發獎狀，前三名並頒發獎牌。

(三) 個人（男單、女單）及團體（混雙組、三人組、五人組、有氧舞蹈、有氧階梯）獎，依實際參賽人（隊）數，按下列名額錄取頒發獎項：

1. 參賽隊（人）數 3 個：各組錄取前 1 名。
2. 參賽隊（人）數 4 個：各組錄取前 2 名。
3. 參賽隊（人）數 5 個：各組錄取前 3 名。
4. 參賽隊（人）數 6 個：各組錄取前 4 名。
5. 參賽隊（人）數 7 個：各組錄取前 5 名。
6. 參賽隊（人）數 8 個：各組錄取前 6 名。
7. 參賽隊（人）數 9 個：各組錄取前 7 名。
8. 參賽隊（人）數 10 個以上：各組錄取前 8 名。
9. 實際參賽隊（人）數僅 1 至 2 個者，不辦理該項比賽或列為表演賽。

(四) 得分相同時，依次參照以下標準進行排名：

1. 執行最高分
2. 藝術最高分
3. 難度最高分

如果分數依然相同，則名次並列。

#### 十、單位報到與技術、裁判會議

(一) 報到：民國 112 年 8 月 5 日(星期六)下午 2 點至 3 點，於臺南市立復興國民中學—復興館辦理報到，同時繳交報名費、在學證明或學生證影本、音樂電子檔。

(請自行設定音樂檔名為【出場序-參賽組別-單位-姓名-項目】)

(二) 技術會議：民國 112 年 8 月 5 日(星期六)下午 3 點，於臺南市立復興國民中學—復興館舉行。

(三) 裁判會議：民國 112 年 8 月 5 日(星期六)下午 4 點，於臺南市立復興國民中學—復興館舉行。

(四) 技術會議後，不得更改選手名單，否則取消該名選手比賽資格。

十一、本競賽規程依據中華民國 112 年 4 月 17 日南市體競字第 11204065531 字號函核備後實施，修正時亦同。