

# 臺南市 109 年全民趣味運動嘉年華-長青組趣味競賽辦法

## 壹、飛鏢擲準

- 一、比賽地點：臺南市新營田徑場(公教趣味競賽場地)。
- 二、比賽日期：109 年 11 月 8 日(星期日)上午 10 時 10 分
- 三、比賽組別：長青組。
- 四、比賽制度：採計分制，全隊累計分數最多者為第一名，其餘依此類推。
- 五、每單位各組限報名一隊，報名隊數未達 3 隊，不舉行比賽。
- 六、比賽使用器材：飛鏢、飛鏢架、背板(由大會提供)。
- 七、比賽距離：5 公尺處設準備區，250 公分處設投擲區(投擲距離 250 公分)。
- 八、飛鏢擲準競賽規定如下：
  - (一) 比賽運動員 12 人(男、女各 6 人)，註冊 14 人(男、女各 7 人)。
  - (二) 比賽方式：
    1. 每隊 12 人成 1 縱隊(6 女在前，6 男在後順序)，每人投擲 5 支飛鏢；依所投擲區域計算分數，若投擲在交接線，由裁判判定較低的分數。
    2. 每人投擲完畢，回隊伍後面，待裁判計分完畢後，次 1 位迅速就位接續投擲，以此類推。
    3. 鏢盤大圓下緣離地面 130 公分，鏢盤直徑 42 公分，其他各分數欄為：得分 2 分區直徑 37 公分、得分 3 分區直徑 32.5 公分、得分 4 分區直徑 28 公分、得分 5 分區直徑 23.5 公分、得分 6 分區直徑 17 公分、得分 7 分區直徑 15 公分、得分 8 分區直徑 10.5 公分、得分 9 分區直徑 6 公分、得分 10 分紅點區直徑 1 公分(各鏢盤有誤差，以大會鏢盤為主)。
    4. 本比賽集結區設在聖火台前，然後由裁判帶到比賽區比賽
    5. 勝負判定：以計分方式排定名次，同分數時以得高分較多者為勝(依此類推)，若再同分無法判定勝隊時，則以抽籤決定。



上圖為鏢盤



上圖為飛鏢

## 貳、飛盤擲準

- 一、比賽地點：臺南市新營田徑場(勞資趣味競賽場地)。
- 二、比賽日期：109 年 11 月 8 日(星期日)上午 11 時 10 分。
- 三、比賽組別：長青組。
- 四、比賽制度：採計分賽，全隊累計分數最多者為第一名，其餘依此類推。
- 五、每單位各組限報名一隊，報名隊數未達 3 隊，不舉行比賽。
- 六、比賽使用器材：飛盤(由大會提供)。
- 七、比賽距離：15 公尺處設目標處，5 公尺處投擲區(投擲距離 5 公尺)。
- 八、飛盤擲準比賽規定如下：
  - (一)比賽運動員 12 人(男、女各 6 人)，註冊 14 人(男、女各 7 人)。
  - (二)比賽方式：
    1. 每隊 10 人成 1 縱隊，女 6 人在前，男 6 人在後，每人投擲 4 個飛盤；飛盤每進入小框 1 個 5 分，進入大框 1 個 3 分，打板未進 1 個 1 分，未打板不計分。
    2. 每人投擲完畢，跑回隊伍後面，次 1 位迅速就位接續投擲，依此類推至最後 1 人。
    3. 靶位以離地面 50 公分放置，靶架為夾板(長 240 公分×寬 120 公分×內徑 50 公分)之靶洞。
    4. 每隊須在 6 分鐘內完成，每超過 30 秒扣 2 分；積分相同，以高分多者為勝。
    5. 勝負判定：以計分方式排定名次。

## 參、一桿進洞

- 一、比賽地點：臺南市新營田徑場(公教趣味競賽場地)。
- 二、比賽日期：109 年 11 月 8 日(星期日)下午 13 時 20 分。
- 三、比賽組別：長青組。
- 四、比賽制度：採計分賽，全隊累計時間最少者為第一名，其餘依此類推。
- 五、每單位各組限報名一隊，報名隊數未達 3 隊，不舉行比賽。
- 六、比賽器材：槌球、槌球桿、門型球門(由大會提供)。
- 七、比賽距離：10 公尺處設目標處，4 公尺處推擲區(推擲距離 4 公尺)。
- 八、一竿進洞比賽規定如下：
  - (一)比賽運動員 12 人(男、女各 6 人)，註冊 14 人(男、女各 7 人)。
  - (二)比賽方式：
    1. 男女兩人為一組，推球、撿球男女先後不限，一人手持球棍，另一人提小水桶(內裝 3 個球)，跑到前方 6 公尺推擲區，一人先將槌球推進前方 4 公尺處的門型球門內，另一人提空桶至前方 4 公尺門型球門處檢

球，三球擊完後兩人互換再做一次。完成後帶回球棍及小水桶(內裝 3 個球)交給下一組，依此類推。

(門型球門:高 20 公分，兩柱間 22 公分)

2. 每人推 3 個球，每進一球得一分。

3. 勝負判定：以計分成績判定名次，同分者以計時較少者為勝。

## 肆、眼明手快

一、比賽地點：臺南市新營田徑場(公教趣味競賽場地)。

二、比賽日期：109 年 11 月 8 日(星期日)下午 13 時 40 分。

三、比賽組別：長青組。

四、比賽制度：採計時賽，全隊累計時間最少者為第一名，其餘依此類推。

五、每單位各組限報名一隊，報名隊數未達 3 隊，不舉行比賽。

六、比賽器材：帶殼花生、筷子、塑膠盒、接力棒(由大會提供)。

七、比賽距離：10 公尺處設目標處，5 公尺預備區，5 公尺夾豆處。

八、眼明手快比賽規定如下：

(一) 比賽運動員 12 人(男、女各 6 人)，註冊 14 人(男、女各 7 人)。

(二) 比賽方式：

1. 女 6 人在前，男 6 人在後，每人手持接力棒前進至目標點，另一手拿筷子將塑膠盒內花生莢夾到另一個塑膠盒(下一位再由另一塑膠盒夾回來)。

2. 每人夾完 5 顆花生莢後筷子放回原處，然後返回預備區將接力棒交給下一位，依此類推。

3. 勝負判定：以計時成績判定名次。