

臺北市 109 學年度教育盃中等學校舉重錦標賽競賽規程

- 一、依據：依據教育局 109 年 9 月 4 日北市教體字第 1093080602 號函辦理。
- 二、目的：積極推動臺北市學校舉重運動，提升舉重運動技術及水準。培養舉重運動人才，促進舉重運動向下紮根普及開展並奠定基礎。
- 三、主辦單位：臺北市政府教育局。
- 四、承辦單位：臺北市萬芳高級中學。
- 五、協辦單位：臺北市體育總會舉重協會。
- 六、比賽日期：中華民國 110 年 1 月 2 日（星期六）。
- 七、比賽地點：臺北市萬芳高中-忠孝樓地下室舉重場（臺北市文山區興隆路三段 115 巷 1 號）。
- 八、報名資格：須兼具以下二點

（一）學籍規定

1. 參加比賽之選手，以各校 109 學年度第 1 學期開學日，即在代表學校就學設有學籍，現仍在學者為限。
2. 在國、高中修業 3 年以上者不得報名參加國、高中組。
3. 轉學生或重考生參加比賽者，108 學年度第 2 學期開學日即在代表學校就學設有學籍，現仍在學者為限；如原就讀之學校於 108 學年度係因諭令停招或解散之學生則不受此限，惟需檢附相關證明。
4. 開學日之認定：高級中等學校以教育部核定之學年開學日為基準，國民中學以所屬各縣市政府公佈核定之學年開學日為基準。

（二）年齡規定：（全中運選拔種類配合全中運參賽年齡）

1. 國中組：限 93 年 9 月 1 日(含)以後出生者。
2. 高中組：限 90 年 9 月 1 日(含)以後出生者。

九、參賽資格

1. 參賽運動員無跨競賽種類限制，但如遇賽程衝突時，由運動員自行決定參賽項目不得以任何理由要求變更賽程，未依規定時間出場比賽，以自動棄權論。
2. 每一位運動員以參加一量級為限。
3. 參加競賽名單依據經競賽規程第 10 條規定辦理。
 1. 競賽分組：
 - (1)高中職男生組（簡稱高男組）。
 - (2)高中職女生組（簡稱高女組）。
 - (3)國中男生組（簡稱國男組）。
 - (4)國中女生組（簡稱國女組）。

十、比賽組別

量級	高中男子組	高中女子組	國中男子組	國中女子組
1	55公斤級	45公斤級	49公斤級	40公斤級
2	61公斤級	49公斤級	55公斤級	45公斤級
3	67公斤級	55公斤級	61公斤級	49公斤級
4	73公斤級	59公斤級	67公斤級	55公斤級
5	81公斤級	64公斤級	73公斤級	59公斤級
6	89公斤級	71公斤級	81公斤級	64公斤級
7	96公斤級	76公斤級	89公斤級	71公斤級
8	102公斤級	81公斤級	96公斤級	76公斤級
9	109公斤級	87公斤級	102公斤級	81公斤級
10	+109公斤級	+87公斤級	+102公斤級	+81公斤級

十一、 報名日期：即日起至 109 年 12 月 9 日(星期三)截止（郵寄以郵戳為憑，聯絡箱或親自送達以截止日為限）。

十二、 報名方式：

(一)請至臺北市立萬芳高級中學網站：<http://www.wfsh.tp.edu.tw> 下載報名表，報名資料繕打輸入後請 mail 至 esitkimo@yahoo.com.tw 以便製作秩序冊，各單位聯絡事項與賽程通知將以各校 mail 之電子信箱聯絡人為主。

(二)將輸入完畢之報名表格列印下來核章完畢，為避免遺失請以限掛方式寄出，郵寄地址：116 臺北市文山區興隆路三段 115 巷 1 號體育組收或教育局聯絡箱遞送；確認電話：22309585#121，舉重教練呂育如。

十三、 比賽規則：

- (一) 依據中華民國舉重協會審定最新國際舉重規則辦理。
- (二) 選手應穿著標準參賽服或學校運動服裝。(舉重鞋、舉重衣)。
- (三) 參加比賽人員應於比賽前 30 分鐘到達舉重場報到，俾便完成裝備檢查，並出示學生證以利審查。
- (四) 選手試舉之抓舉項目無成績者，則其挺舉項目不得再參賽。
- (五) 服裝規定：依國際總會規定不得穿著牛仔褲、迷彩服等觀感不當的衣服，頒獎時必須依規定穿著代表隊服裝。
- (六) 比賽成績如有異議，可在成績公佈後 10 分鐘內，由領隊提出，經裁判團判決後，不得再做申訴，如申訴成立，退還所繳申訴費。
- (七) 選手請依過磅規定徑行繳交個人證件查驗，未繳驗不符合資格者不得參賽。
- (八) 各項目報名人數若為達 7 人時，則合併量級，領隊會議時公佈。
- (九) 本辦法如有未盡事宜，得於比賽前隨時補充修正之。

十四、 比賽流程：

- (一) 109 年 12 月 31 日（星期四）場地佈置。
- (二) 110 年 01 月 02 日（星期六）
 - 1. 上午賽程：09：00～10：00(國、高中女生組)
10：00～12：10（國、高中女生組）
 - 2. 下午賽程：12：50～14：00（國、高中男生組）
14：00～16：00(國、高中男生組)
 - 3. 頒獎典禮：16：30

十五、 領隊會議：

- (一)領隊會議：110 年 1 月 2 日（星期六）比賽當日上午 8 時於臺北市萬芳高中舉重場。
- (二)參加會議者，如非領隊本人或有授權代理委託書之教練，則不得提出各相關問題之異議，在會議中，每單位只限 1 人有發言權與表決權。
- (三)如對某隊參賽者資格發現疑問時，可在會議中提出，交由承辦單位處理。
- (四)領隊會議無權做出有違「競賽規程」之決議，否則其決議視同無效。
- (五)主辦單位可視選手實力調整參賽組別。

十六、獎 勵：

(一) 學生組參賽及獲勝隊伍比例如下：

1. 參賽隊（人）數為 16 個以上者，獲得最優級組前 8 名。
2. 參賽隊（人）數為 14 個或 15 個者，獲得最優級組前 7 名。
3. 參賽隊（人）數為 12 個或 13 個者，獲得最優級組前 6 名。
4. 參賽隊（人）數為 10 個或 11 個者，獲得最優級組前 5 名。
5. 參賽隊（人）數為 8 個或 9 個者，獲得最優級組前 4 名。
6. 參賽隊（人）數為 6 個或 7 個者，獲得最優級組前 3 名。
7. 參賽隊（人）數為 4 個或 5 個者，獲得最優級組前 2 名。
8. 參賽隊（人）數為 1 個至 3 個者，獲得最優級組第 1 名。

(二) 學生組參賽，優勝隊伍之學校隊職員敘獎額度：榮獲第 1 名者，指導教師或教練嘉獎 2 次 1 人、領隊、管理各嘉獎 1 次；第 2 名，領隊、管理、指導或教練各嘉獎 1 次；第 3 名，指導或教練嘉獎 1 次 1 人。

(三) 比賽各組參賽隊伍未滿四隊者，酌予降低敘獎額度，其原則如下：三隊參賽者冠軍比照第二名、亞軍比照第三名；兩隊參賽者，冠軍比照第三名。

(四) 為鼓勵各校積極組隊參與比賽，凡各報名參賽且實際出賽學生隊伍之指導教師或教練，擬核予嘉獎 1 次 1 人。

(五) 優勝學校敘獎由承辦學校統一將成績函報教育局，由教育局發函各優勝學校依競賽規程辦理敘獎，優勝學校校長敘獎由教育局另案發布。

(六) 承辦學校敘獎額度：

1. 承辦學校：校長記功 1 次，其他有功人員記功 1 次 1 人、嘉獎 2 次 2 人及嘉獎 1 次 3 人。
2. 教職員部分請各校依上列額度自行辦理，承辦、協辦學校校長敘獎由教育局另案發布。

十七、成績公告：大會活動結束後一週內，承辦學校應於網站公告各項比賽成績（含各組團體賽優勝學校），並將各項比賽成績（含附件）發函至教育局，由教育局轉知各校，各校得逕依競賽程敘獎額度辦理敘獎。

十八、防疫注意事項：

- (一) 據中央流行疫情指揮中心指示於 109 年 12 月 1 日起，強制要求民眾進入「醫療照護、大眾運輸、生活消費、教育學習、觀展觀賽、休閒娛樂、宗教祭祀、洽公」等八大類場所應佩戴口罩，未依規定佩戴口罩，經勸導不聽者，將依違反傳染病防治法第 37 條第 1 項第 6 款規定，由地方政府裁罰新臺幣 3 千元以上 1 萬 5 千元以下罰鍰。為配合學校相關防疫規定，參賽學校於進入校園及比賽場館，落實

實名制，除正在進行比賽之選手、隊職員外，其餘尚未進行比賽人員須全程佩戴口罩。

(二) 根據菸害防制法規定校園內及運動場地內全面禁菸，若有前來加油的家長於校內或運動場地內吸菸時，請各校老師及教練協助勸導，避免造成借用學校的困擾。

(三) 本賽事依「中央流行疫情指揮中心」活動辦理指引，所有符合居家檢疫、居家隔離以及自主健康管理未解除者，一律不得進入競賽場。

(四) 為各參賽學校建立安全的賽事環境，惠請各校共同配合辦理。

(五) 本賽事進行中將隨時遵照中央流行疫情指揮中心指示配合相關防疫規定。

十九、 參賽人員注意事項：

(一) 大會不提供午餐、飲水，請各單位自行處理。

(二) 報名選手請攜帶學生證，並於大會規定時間內報到及檢錄。

(三) 選手須穿著符合國際標準之服裝裝備，不符合規定者，一律取消資格。

(四) 比賽結束後該項目於當天頒獎。

(五) 比賽期間將由主辦單位辦理保險。

二十、 申 訴：

(一) 有關競賽上所發生之問題，應依據規則及相關規定辦理。

(二) 各項競賽申述時間統一訂為 30 分鐘，申訴之保險金統一為新臺幣 5,000 元整，如有特殊情況請提出說明。

(三) 依據中華民國舉重協會審定最新國際舉重規則之比賽進行中。

二十一、 附 則：

(一) 參賽學生之身體狀況請家長協助評估，認可能參加劇烈運動競賽者，簽具選手個人切結書留存學校備查，方可報名參賽。

(二) 選手在比賽前 30 分鐘至舉重場報到並繳交蓋有該學期註冊章之學生證；開賽時必須要有註冊內之教練或隊職員到場方可參加比賽，逾規定之比賽時間 10 分鐘仍未出場比賽視同棄權。

(三) 違規場外指導或干擾比賽，經勸阻不聽者，若係隊職員得由裁判依規定處理；其餘人士得由承辦學校會同當地警察機關處理，並由承辦學校函報教育局。

(四) 基於防疫以及健康考量，請參賽學校及其他陪同者進入比賽會場前自行體溫測量，凡體溫超過 38 度 C 或確診病例未痊癒者不得參加比賽。

(五) 本校因場地維護關係，將實施管制。比賽期間請搭乘大眾交通運輸工具、自行開車者請依規定停放停車格。

(六) 參賽學校若於競賽場上違反運動精神情事，當場第一次以警告方式處理，第二次再犯則中止比賽，並將此事件報告提交審判委員會及教育局當日完成議處。

二十二、 本競賽規程報請教育局核准後公布實施，修訂時亦同。

選手個人切結書

本人自願參加臺北市 109 學年度教育盃中等學校舉重錦標賽，並已經由家長協助評估可參加劇烈運動競賽。比賽期間遵照比賽規範，所附報名資料、證件等完全屬實、正確，亦未隱瞞相關運動傷害，如因個人未遵照大會規範、教練指示或因不恰當、不安全行為造成任何傷害，本人願意自行負責，及遵照大會有關規定給予的保險之權益。

參賽單位：

參加選手簽名：

家長或監護人簽名：

所屬教練簽名：

中 華 民 國 年 月 日

臺北市〇〇國民、〇〇高級中學參加

「臺北市 109 學年度教育盃中學舉重錦標賽」隊職員及選手實名登名冊

比賽日期：			進場時間：上午、下午 時		
分					
序號	職稱	姓名	是否於 109 年 12 月 11 日後曾 前往中央流行疫情指揮中心 所公告之第三級「警告 (Warning)」國家或地區	量測體溫登 記	備註
1	選手 教練 領隊 管理				
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					