

## 103 年員林鎮運動大會趣味競賽項目及規則

- 比賽場地有選手競賽準備區，請參賽選手依裁判指示就定位，以利活動順利進行。
- 各隊該組比賽結束後，各單位即應迅速由領隊或教練帶離比賽場地，以免妨礙比賽。
- 年齡限制：參賽每位選手皆須年滿 18 歲（民國 85 年 6 月 7 日前出生）。
- 每單位限參加一隊，每項每隊參加人數 10（男 5 女 5，女可替補男），新式拔河為八人。

### 一、一分耕耘一分收穫：

- 1、起點至折返點相距二十公尺，中間置放飛盤三個。
- 2、比賽開始，每隊第一位拿起放 3 罐飲料罐之菜籃，由起跑線至第一標誌圈（飛盤）放下一飲料罐（需立於飛盤中），然後至下一個，依此類推，最後提著空菜籃繞過折返點，再沿路收回飲料罐至菜籃中，回至起點交給第二人，依此進行至最後一位，以時間先後判定名次。採計時決賽。
- 3、飲料罐需豎立在圓圈（飛盤）中，違者每個加 20 秒。
- 4、凡少放或收一個飲料罐，每個加 20 秒。
- 5、超越接力線或沒繞過折返點，違者每位加 20 秒。

### 二、滾籠球大賽：

- 1、起點至折返點相距二十公尺，設 A、B 兩點。
- 2、第一位立於 A 點面向折返點，（其餘選手立於接力區外），起跑槍聲響後，第一位用手推籠球繞過折返點，將球推回起點交由第二位，依前動作完成後，交由下一位，並依序傳遞，以最後一位跑回 A 點後結束。
- 3、犯規：未從 A 點起跑或未從 B 點繞過者，罰加 20 秒，多次得連罰。
- 4、採計時賽。

### 三、2 人 3 腳競跑：每隊二人為一組，計五組。

- 1、起點至折返點相距二十公尺，每隊依序各組競跑計時成績排名。
- 2、抵達終點時，以最後一人通過終點線，來認定完成比賽。
- 3、犯規：不得越線交棒，違者罰加 20 秒
- 4、中途跌倒或綁腳器材脫落（以大會提供魔術黏帶為比賽器材），須在該停滯位置重新固定後再出發。

### 四、土地公、土地婆（擲杯）：

- 1、距離：20 公尺設 A（起點）、B（折返點）兩點。
- 2、選手由起點 A 出發至 B 點將拖鞋拿起，往上拋擲落地後，拖鞋需為一正一

反一次即可折返，回到起點後接下一位隊員。以此類推，第 10 人完成回到起點，則計時停止。

- 3、犯規：選手上拋後不可用手翻動拖鞋，且不得越線交棒，違者罰加 20 秒
- 4、採計時賽，費時少者為勝，多次得連罰。

#### 五、九宮格棒球擲準賽：

- 1、每人投 12 球以擊落九宮格面板個數為積分，以該隊隊員 10 人獲得之總分來判定名次，如多隊同分以同隊 10 人投擲所耗時間加總，統計總和時間，時間少者為優勝（各隊 10 人合計皆得練習 12 球）。
- 2、比賽用球，採用大會提供之軟式棒球。
- 3、比賽場地規畫，投球線至九宮格立架，不分組別皆固定距離為 15 公尺，需一腳於線上。九宮格板 30 公分長×25 公分寬，架高：腳 60+長 90（30×3）寬 75（25×3）公分。
- 4、團體獎：錄取前四名，發給獎盃、團體獎狀。  
個人獎：另從所有團體賽中遴選個人最佳「金投獎」8 人（多人同分，則依個人比賽投擲時間，時間少者為優勝）發給獎牌及獎狀。

#### 六、新式八人拔河：

\*\*\* 560 公斤男女混合組，候補 4 名 \*\*\*

- 1、各隊報名隊員需於比賽當天 08：20～09：30，於比賽場地由裁判過磅，最輕 8 人，加總不得超過 560 公斤（即下場比賽之八名男女選手體重總和）如過磅超重，依規則得於過磅時間終止前做第二次過磅，如還是無法通過則取消該隊比賽資格。
- 2、各隊於比賽前 10 分鐘參加檢錄，由裁判核算 8 人總體重限制 560 公斤，未參加檢錄之選手不得參加比賽（依報名表填寫名單候補 4 名共計 12 名，每次下場比賽選手 8 名，換邊可換人，選手不可戴手套）
- 3、比賽規則由裁判於比賽前說明：拔河場地劃中線，左右各二公尺處劃一決勝線，裁判員作出”舉繩”動作時（雙手平舉，雙手握拳），二隊需將繩子握緊，兩隊第一人立於拔河繩第一位位置上（藍色標誌），裁判做出”拉緊”動作（雙手上舉，掌心相向），但不得拉動，如需調整位置則依裁判手勢調整中心點（紅色標示），當調整好時裁判掌心朝外，”開始”時雙手向下壓，兩隊隊員即可合力拉繩，將對方決勝線（白線標示）拉至己方決勝線者為勝，無時間限制，如確定勝負，裁判即鳴笛結束比賽並將手臂指向勝隊。（選手於裁判宣布比賽終了時，不得放繩，以免造成對隊受傷，如因放繩而令對手受傷，裁判可奪權判定放繩者輸，如為輸隊則可判定取消資格）
- 4、各隊除教練外，其餘隊員不可進入比賽場地加油或協助，更不得接觸到比賽之隊員。
- 5、每場比賽採三局二勝，每局比賽完需互換場地，如為第三場則猜拳選之。
- 6、運動員不得穿有鞋釘、粗粒、裝設之運動鞋或皮鞋，如釘鞋、足球鞋。為了安全起見亦不可沒穿鞋子赤腳參賽。

- 7、繩子只能向後拉，不得左右搖擺或放鬆。
- 8、點名入場後，該局未比賽完畢前不得中途換人，但換局可換人。
- 9、運動員不得借其它物件助力，拉動繩子。
- 10、後衛依規定需用背帶並戴安全帽，以防受傷。
- 11、參賽選手過磅時需帶識別證及過磅單，未帶者禁止過磅及參賽。
- 12、每場比賽檢錄時，皆需帶識別證、出賽單及過磅單，以便核對，違者取消參賽資格。