



## 第 69 屆體育節 - 水底運動同樂日 自由潛水比賽 - 比賽章程

### 1. 比賽資料

- 日期：二零二六年六月二十八日(星期日)
- 時間：上午九時正至上午十二時正
- 地點：大環山標準泳池
- 報名費用：免費
- 參賽人數：上限十五人
- 比賽組別：本地組 - 男子 / 女子
- 比賽項目：

**DYN - Dynamic Apnea With Bi-Fins** 閉氣平潛 (雙蹼)

**DNF - Dynamic Apnea Without Fins** 閉氣平潛 (無蹼)

### 2. 參賽資格

- 2.1 運動員必須為年滿 **18** 歲。
- 2.2 本地組別參加者，必須為香港永久居民並出示香港永久居民身分證。

### 3 報名方法

- 3.1 填妥比賽報名表格
- 3.3 運動員亦可以透過中國香港潛水總會處理閣下申請。
- 3.4 未經填妥的報名表，其報名將不獲受理。
- 3.5 報名一經接納後，所繳費用概不發還。



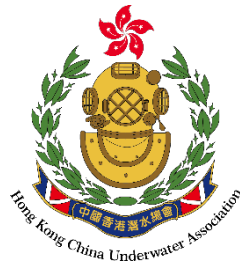
## 第 69 屆體育節 - 水底運動同樂日 自由潛水比賽 - 比賽章程

### 4. 比賽規則

- 4.1 比賽採用 (CMAS HK) 最新修訂屏氣潛水比賽規則。
- 4.2 如發現其證件有冒名取替，本會將立即取消其比賽資格，總會保留採取相應行動的權利。
- 4.3 所有已報名之運動員，請於比賽當日預定開始時間 (OT) 前最少 60 分鐘到達場地報到。否則將會被取消參賽資格。
- 4.4 運動員在賽事期間出現喪失意識 - 黑視症 (BO)，將被取消比賽資格並停止目前及其餘賽事。

### 5. 比賽制度

- 5.1 比賽使用的面鏡或泳鏡的鏡片必需完全透明，要讓裁判能夠看到眼睛。
- 5.2 如發現運動員於比賽前使用氧氣，本會將立即取消其比賽資格，及終止當日任何比賽項目。
- 5.3 運動員可於其預定開始時間前 30 分鐘到達熱身區並告知熱身區裁判，在此之前不能進入泳池範圍。
- 5.4 運動員須在預定開始時間 (OT) 3 分鐘前在比賽位置，否則被取消資
- 5.5 裁判按如下順序提醒“開始時間”：
  - 最後 3 分鐘/2 分鐘/1.5 分鐘/1 分鐘/30 秒/20 秒/10 秒/5、4、3、2、1/TopTime/ +10 秒/+20 秒/+25、26、27、28、29、30。
  - 運動員可以從“Top Time”到之後的30秒之內的任意時間開始。如果在此 30秒後時間範圍內呼吸道沒有沒入水中，則取消比賽資格。



## 第 69 屆體育節 - 水底運動同樂日 自由潛水比賽 - 比賽章程

5.6 運動員完成賽事返回水面，請即自行抓緊線道/出發點或轉折點牆邊，於任何呼吸氣道出水面後計 20 秒內，必須面部朝向裁判做出清楚 OK 手號 (即單手將大拇指和食指組成一個圓環，其他 3 根手指向上豎起。)

- 其間運動員的呼吸氣道及整個頭部必須在水面以上，及不可以主動觸碰或被其他人觸碰，否則比賽成績將被宣判無效。運動員需自行離開水面。

5.7. 如果實際比賽成績少於賽前預報成績，其最終比賽成績將被扣取兩者差距及一般處罰；閉氣橫潛:[實際距離 (預報距離 - 實際距離) “一般處罰” 3 米]

### 6. 閉氣橫潛 ( DYNB/DNF )

- 6.1. 比賽時運動員可站立池內開始位置進行入水開始比賽。禁止以跳入、助跑方式開始比賽。
- 6.2. 在開始比賽時，必須以任何身體部位或器具觸碰泳池壁出發，在離開牆壁之前閉氣階段開始，否則運動員將被取消資格。
- 6.3. 在每次轉身時，運動員需以任何身體部位或器具觸碰泳池壁，否則將被取消比賽成績。
- 6.4. 運動員開始及結束比賽的泳道需一致，如果全個身體離開自己賽道上，則會受到一般處罰。
- 6.5. 運動員准許除呼吸道以外的身體或裝備露出水面。
- 6.6. 實際比賽成績以運動員的鼻腔或口腔任一離開水面位置裁定。若運動員離開水面完成比賽位置在泳池兩側，測量位置將從呼吸氣道出水的地方計算。
- 6.7. 不得在水面採取類似爬泳劃臂(自由式)的游進，否則將受到一般處罰。
- 6.8. 比賽中，運動員須在自己的泳道內行進，允許身體局部、但非全身越過泳道，否則受一般處罰 ( 包含從臨道出水 )。如果偏離賽道對臨道競賽中運動員造成成績的影響，或主裁判 ( 或主裁判授權安全員自行決定 )



## 第 69 屆體育節 - 水底運動同樂日 自由潛水比賽 - 比賽章程

預判其將要影響其他競賽中運動員而指令安全員潛入水下將其托出水面，則取消比賽資格。

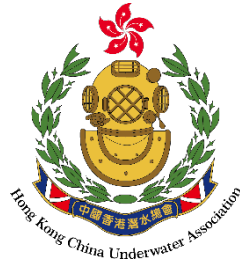
- 6.9. 比賽期間領隊、教練或者隊員不可在比賽範圍及跟隨運動員，裁判有權取消運動員資格

### 7. 結束/出水程序

- 7.1. 運動員準備出水時，可借助（推離）泳池底部返回水面。
- 7.2. 當運動員呼吸道出水時，20秒倒計時即刻開始。且必須在 20秒內向位於泳池邊的競賽區裁判做出“OK”手勢（類似傳統潛水活動的“OK”手勢，即單手將大拇指和食指組成一個圓環，其他 3 根手指向上豎起。）
- 7.3. 運動員必須保持漂浮狀態，不可通過抓握或扶住泳池池壁（靜態閉氣除外）獲得輔助；但可在沒有其他外在協助的情況下，**通過抓握水線的方式保持漂浮。**
- 7.4. 如果出現意外碰觸情況（並非扶住），最終由技術代表或總裁判裁決。
- 7.5. 運動員必須將頭部保持在水面以上。**包括呼吸道以及耳部（耳部的中間位置）到後腦的連線以上部位保持在水面以上否則判定為暈厥。**
- 7.6. 執行出水程序時，運動員呼吸道不可再觸水，且**頭部（上述位置）不可通過接觸水線或身體任何部位（如手、胳膊等）以獲得幫助。**如果出現以上情況，則裁判將判定運動員為暈厥，並指令安全員扶住或協助運動員。
- 7.7. 運動員在執行出水程序時，周圍人員和觀眾必須保持安靜，如有違反，總裁判可將比賽區域內的人員/隊/隊員驅逐。
- 7.8. 如果運動員的領隊、教練或者隊員喊叫或協助運動員則將導致此運動員比賽資格取消。

### 8. 安全及注意事項

- 8.1. 任何人士未得主辦單位批准，不可自行落水熱身。
- 8.2. 除工作人員、運動員或得到主辦單位批准，其他人士不可進入池面。



## 第 69 屆體育節 - 水底運動同樂日 自由潛水比賽 - 比賽章程

- 8.3. 凡進入池面的工作人員、運動員及家長等，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權拒絕未更換適當拖鞋或穿上鞋套者進入池面區。
- 8.4. 任何人士不可在池面區奔跑，以免發生危險。
- 8.5. 除了在比賽泳道或跳台側 (等候比賽或熱身時)，所有運動員不應穿上蛙鞋在池面走動。
- 8.6. 比賽進行途中，嚴禁騷擾或妨礙工作人員。總裁判可驅逐違反人士離場，並有權取消與該人士有關的運動員及隊伍的參賽資格和當日所有的比賽成績。
- 8.7. 如運動員的領隊、教練、隊員或其親友，在比賽其間對工作人員作出不禮貌行為，該會將被警告及處分。嚴重者總會將取消其當天的比賽資格。

### 9. 報到及熱身

- 9.1. 大會在比賽日前將為運動員本人登記及核對身份，以及公佈熱身及比賽預定時間 (OT) 表，大會會之前將向運動員簡報比賽注意事項。
- 9.2. 在當日登記後，運動員可選擇在自己的預定開始時間(OT) 60 分鐘前到達，或在大會開始時間到達會場報到。
- 9.3. 最後登記時間運動員本人必須在比賽當日的大會時間前 30 分鐘到達會場做登記，以核對身份及報到。
- 9.4. 運動員留意自己熱身時間及熱身區位置，到達自己熱身時間才可以進入熱身區。其餘時間，請在休息區位置休息等候。
- 9.5. 運動員留意自己預定開始時間 (OT) 及比賽區位置，自己的預定開始時間 (OT) 5 分鐘前可到達比賽區等候，或前一位比賽者離開泳道後可進入比賽位置準備，必須在預定開始時間(OT) 3 分鐘前在比賽位置。
- 9.6. 請自行留意大會當日通告及安排。如有問題，可向大會查詢。



## 第 69 屆體育節 - 水底運動同樂日 自由潛水比賽 - 比賽章程

### 10. 本會建議

- 10.1. 本會建議運動員及其家長自行安排足夠的個人保險。
- 10.2. 為免影響運動員，非指定攝影師不得在水中進行攝錄及攝影。

### 11. 比賽獎項

- 11.1. 各組別將提供成績名單及參與獎狀乙張。
- 11.2. 成績將於中國香港潛水總會網頁內發佈。

### 12. 上訴

- 12.1. 當日完成所有比賽項目後，大會將設置上訴區，運動員如對賽果有任何不滿，可在大會設定上訴時間內提出，須由運動員本人以書面形式提出，連同上訴費用現金港幣 500 元正，上訴表格可向大會索取。總裁判對賽果有最終判決權。總裁判對賽果有最終的判決權。
- 12.2. 已繳的上訴費用概不發還。

### 13. 惡劣天氣下的比賽安排

- 13.1. 如天文台在比賽當日上午八時或之後，發出或宣佈將會發出八號或更高颱風訊號，當日的比賽將會取消。
- 13.2. 如天文台在比賽當日上午八時或之後，發出或宣佈將會發出黑色暴雨警告，當日的比賽將會取消。
- 13.3. 比賽開始後，本會會因應當時天氣情況，隨時中止比賽。

### 14. 章程

- 14.1. 本會有權隨時增加或修改，而不作另行通告。
- 14.2. 中國香港潛水總會保留最終更改權利，運動員須遵循本會最終安排及決定。
- 14.3. 所有運動員需同意嚴格遵守本章程內的規則及安全事項。



## 第 69 屆體育節 - 水底運動同樂日 自由潛水比賽 - 比賽章程

### 程序表 Rundown

時間 Time	項目 Event
08:30 – 11:00	運動員登記，核對身份及報到
09:00	Warm up start
09:30 – 10:30	閉氣橫潛 (雙蹼) Dynamic Apnea Competition (with Bi-Fins)
10:45 – 11:45	閉氣橫潛 (無蹼) Dynamic Apnea Competition (without Fins)
11:50 – 12:00	公佈成績 Announce Results
12:00	工作人員清場

### 比賽專有名詞

STA：靜態閉氣 Static Apnea

DYN：動態平潛有蛙鞋 (單蹼) Dynamic Apnea with Fins

DYNB：動態平潛有蛙鞋 (雙蹼) Dynamic Apnea with Bi-fins

DNF：動態平潛無蛙鞋 (無蹼) Dynamic Apnea without Fins

OT：Official Top，選手比賽開始的官方時間

AP：Announced Performance，選手宣告成績

RP：Realized Performance，選手實際成績

DQ：Disqualify，失去資格



# 第 69 屆體育節 - 水底運動同樂日

## 自由潛水比賽 - 比賽章程

