

114 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：臺南市政府中華民國 114 年 1 月 22 日南市體競字第 1132587747 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 114 年 8 月 22 日至 24 日（星期五～日），共計三天。

（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 114 年 8 月 6 日（星期三）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 114 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. 除一般組外，各組別各項目可兼報，惟不得跨組報名。
4. 有氧舞蹈、有氧階梯：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。
5. 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。

項目	男子單人 女子單人	混雙組	三人組	五人組	有氧舞蹈 有氧階梯	Flight Dance
報名費 (新台幣)	600 元／人	800 元／組	1200 元／組	1600 元／組	2000 元／組	300 元／人

◎報名截止後未參賽者，須繳交行政作業費用，每人／每組 500 元。

八、組別及項目：

組別		高中社會組	國中組	國小高年級組	國小中年級組	國小低年級組
規則依據 項目		FIG 2025~2028 成人組規則	FIG 2025~2028 少年組規則	FIG 2025~2028 少年組規則	FIG 2025~2028 國家預備組規則	FIG 2025~2028 國家預備組規則
有 氧 體 操 競 賽	男子單人	○	○	○	○	○
	女子單人	○	○	○	○	○
	混雙組	○	○	○	○*	○*
	三人組		○	○	○	○
	五人組		○	○	○	○
	有氧舞蹈	○*	○*	合併為國小組，使用 FIG 2025~2028 少年組規則 ○*		
	有氧階梯	○*	○*			

組別		社會男子組 社會女子組	高中男子組 高中女子組	國中男子組 國中女子組	國小高年級組男子組 國小高年級組女子組	國小中年級組男子組 國小中年級組女子組	國小低年級組男子組 國小低年級組女子組
規則依據 項目		自訂規則	自訂規則	自訂規則	自訂規則	自訂規則	自訂規則
FL 競 賽	Flight Dance	○	○	○	○	○	○

(一) 參賽人數及比賽項目限制：

1. *混雙項目：每組須為一男和一女混和搭配，僅國小中年級組及國小低年級組，可二男／二女／男女搭配。
2. *有氧舞蹈項目：每組 6-8 人（男子／女子／男女混合），依據 FIG 2025~2028 有氧舞蹈規則。
3. *有氧階梯項目：每組 6-8 人（男子／女子／男女混合），依據 FIG 2025~2028 有氧階梯規則。
4. 報名截止後，不得更改選手參賽項目。

(二) 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。

(三) 抽籤：各組出場序於 114 年 8 月 8 日（星期五）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。

(四) 規則：

1. 有氧體操競賽：依據 2025 至 2028 年最新國際體操總會有氧體操評分規則。
(包含分齡組規則、有氧舞蹈規則、有氧階梯規則、Newsletter)

2. FL 競賽：

組別	1. 社會男子組 2. 社會女子組 3. 高中男子組 4. 高中女子組 5. 國中男子組 6. 國中女子組 7. 國小高年級男子組 8. 國小高年級女子組 9. 國小中年級男子組 10. 國小中年級女子組 11. 國小低年級男子組 12. 國小低年級女子組	
成套時間	約 5 分鐘	
成套音樂	大會指定音樂	
成套內容	依據 114 年 Flight Dance 規定套路	
妝髮	社會男子組	淡妝，俐落髮型（頭髮不可晃動）。
	社會女子組	淡妝，包包頭／短馬尾。
	其餘組別	男生：淡妝，俐落髮型（頭髮不可晃動）。 女生：淡妝，包包頭（乾淨整齊無瀏海）。
比賽服裝	社會男子組 社會女子組	紅色合身運動服（短袖／無袖）、深色運動短褲及白襪。
	其餘組別	FIG 規定有氧體操比賽服。
	全部組別	1. 禁止配戴髮箍、髮帶等鬆散的飾品。 2. 禁止配戴手錶、領巾等多餘的配飾。 3. 禁止配戴耳環、項鍊、手環／手鍊、腳環／腳鍊等珠寶首飾。 4. 僅允許使用膚色繃帶。

比賽鞋子	FIG 規定白色有氧鞋，或乾淨白色運動鞋。
------	-----------------------

九、名次評定與獎勵：

（一）有氧體操競賽：

1. 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。
2. 各項目（男子單人、女子單人、混雙組、三人組、五人組、有氧舞蹈、有氧階梯）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。
3. 如遇得分相同情形，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
 - （4.） 如果分數依然相同，則採名次並列計算。

（二）FL 競賽：為第一屆試辦項目，故頒發臺南市體育總會體操委員會主任委員獎狀，以資鼓勵。

1. 各組別各項目得分最高者為第一名，次之者為第二名，餘依此類推。各組頒發獎狀，前三名並頒發獎牌。
2. 如遇得分相同情形，依次參照以下標準進行排名：
 - （1.） 技術最高分
 - （2.） 活力最高分
 - （3.） 體力最高分

(4.) 如果分數依然相同，則採名次並列計算。

十、單位報到與技術、裁判會議：

(一) 報到：民國 114 年 8 月 22 日（星期五）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 114 年 8 月 22 日（星期五）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 114 年 8 月 22 日（星期五）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 114 年 1 月 22 日南市體競字第 1132587747 字號函核備後實施，修正時亦同。