

## 110 年宜蘭縣運動會 33-游泳技術手冊

一、比賽日期：110 年 5 月 8 日星期六(開始比賽時間：8 時 30 分)

二、比賽場地：羅東運動公園游泳池

第一條 游泳競賽項目：

(一)男子：

1. 自由式：50 公尺、100 公尺、200 公尺、400 公尺、1500 公尺
2. 蛙 式：50 公尺、100 公尺、200 公尺
3. 仰 式：50 公尺、100 公尺、200 公尺
4. 蝶 式：50 公尺、100 公尺、200 公尺
5. 混合式：200 公尺、400 公尺
6. 自由式接力：4 x 100 公尺、4 x 200 公尺
7. 混合式接力：4 x 100 公尺

(二)女子：

1. 自由式：50 公尺、100 公尺、200 公尺、400 公尺、800 公尺
2. 蛙 式：50 公尺、100 公尺、200 公尺
3. 仰 式：50 公尺、100 公尺、200 公尺
4. 蝶 式：50 公尺、100 公尺、200 公尺
5. 混合式：200 公尺、400 公尺
6. 自由式接力：4 x 100 公尺、4 x 200 公尺
7. 混合式接力：4 x 100 公尺

第二條 選手參賽資格：

(一)年滿十歲以上(民國 100 年 5 月 7 日以前出生)

(二)戶籍規定：凡中華民國國民，在其代表單位之行政區域內，設籍連續滿(含)半年以上(即民國 109 年 9 月 1 日含以前設籍者，且至報名該競賽種類賽事完成前，無遷進或遷出戶籍等異動情形)。

第三條 報名人數規定：

(一)每單位每項比賽，至多可報四人。

(二)接力每單位以參加一隊為限，註冊該項隊員均可參加。

(三)選手個人參賽項目不得超過 3 項。

(四)單項比賽選手未超過三人，不列入比賽。

第四條 成績計算方式：

(一)績優個人成績：依實際參賽隊(人)數按下列名額錄取：

1. 3 隊(人)錄取 1 名。
2. 4 隊(人)錄取 2 名。

3. 5 隊(人)錄取 3 名。
4. 6 隊(人)錄取 4 名。
5. 7 隊(人)錄取 5 名。
6. 8 隊(人)錄取 6 名。
7. 9 隊(人)錄取 7 名。
8. 10 隊(人)以上錄取 8 名。

第五條 競賽秩序：

- (一)各單位參加比賽，不論團體或個人項目，凡經註冊務須出場，不得任意棄權。
- (二)選手參加比賽時應攜帶身份證明文件（身份證及其他附照片之證件）（正本），否則不得參加比賽。
- (三)大會於部份單項設限時間，因必須節約比賽時間，超時之選手得由裁判終止其於該項次繼續比賽。男子 1500 公尺自由式(限 24 分內完賽)女子 800 公尺(限 15 分內完賽)男女子組混合 400 公尺(限 8 分內完賽)

第六條 比賽規則：採用中華民國體育運動總會最新審定出版之國際游泳規則。

第七條 本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。