

# 目 錄

一、競賽場地及總日程表	1
二、各鄉鎮市隊本部職員名單	4
三、各項比賽裁判名單、隊職員名單、比賽秩序表及分組表	
(一)球類：籃球(2001) 手球(2012) 羽球(2018) 排球(2030)	
桌球(2036) 網球(2048) 棒球(2055) 高爾夫球(2066)	
足球(2071) 橄欖球(2078) 保齡球(2083)	
撞球(2090) 慢速壘球(2096) 軟式網球(2103)	
(二)技擊：自由車(3001) 射擊(3014) 角力(3026) 跆拳道(3038)	
柔道(3049) 體操(3059) 空手道(3065) 武術(3072)	
圍棋(3088) 滑輪溜冰(3106) 民俗體育(3125)	
劍道(3121) 鐵人三項(3130)	
(三)水上：游泳(401) 輕艇競速激流標竿(421) 帆船(439)	
划船(447) 游泳水球(458)	
四、競賽事項申訴書	528
五、運動員資格申訴書	529
六、各項錦標成績總表	531





一  
一〇  
年  
宜  
蘭  
縣  
運  
動  
會

# 一一〇年宜蘭縣運動會

## 競賽項目、日期及場地編配表(一)

編號	項 目	日 期	地 點	縣體育會承辦單位
1	田 徑	3月27-28日	宜蘭運動公園田徑場	縣運籌備會 田徑委員會
2	籃 球	2月27日- 3月1日	國立宜蘭高級中學	籃球委員會
3	手 球	2月27日	中山國小操場	手球委員會
4	羽 球	3月6-7日	羅東鎮立體育館	羽球委員會
5	排 球	3月6日	礁溪國中體育館	排球委員會
6	桌 球	2/20-21日	宜蘭運動公園體育館	桌球委員會
7	網 球	3月20-21日	宜蘭運動公園網球場	網球委員會
8	棒 球	2月20-21日 (遇雨順延 至2月27-28)	羅東運動公園棒球場	棒球委員會
9	高爾夫球	3月13日	礁溪高爾夫球場	高爾夫會 委員會
10	足 球	2月20-21日 2月27-28	宜蘭高中足球場	足球委員會
11	橄欖球	2月21日	羅東運動公園橄欖球場	橄欖球會 委員會
12	保齡球	3月13-14日 3月20-21日	歐洲保齡球館	保齡球會 委員會
13	撞 球	5月1-2日	宜蘭市球匠撞球運動館	撞球委員會



# 一一〇年宜蘭縣運動會

## 競賽項目、日期及場地編配表(二)

編號	項 目	日 期	地 點	縣體育會承辦單位
14	慢速壘球	4月24-25日	羅東鎮立慢速壘球場	慢速壘球委員會
15	軟式網球	3月6-7日	羅東鎮立網球場	軟式網球委員會
16	自由車	4月10-11日	宜蘭運動公園內環道(場地賽) 三星長埤湖→牛鬥(公路計時賽) 宜蘭三星培訓隊土坡場地(越野賽)	自由車會 自委 員會
17	射 擊	5月1-2日	四 方 林 靶 場	射擊委員會
18	射 箭	4月10日	南 澳 高 中 射 箭 場	射箭委員會
19	角 力	5月1日	中 山 國 小 技 擊 館	角力委員會
20	拳 擊	5月8日	宜蘭運動公園體育館	拳擊委員會
21	跆拳道	4月24日	中 華 國 中 體 育 館	跆拳道委員會
22	柔 道	5月8日	中 山 國 小 技 擊 館	柔道委員會
23	體 操	5月1日	宜蘭縣立體操館 (羅東國中校園內)	體操委員會
24	空手道	5月1日	宜蘭縣立武術館 (羅東國中校園內)	空手道委員會
25	武 術	5月8日	宜蘭縣立武術館 (羅東國中校園內)	武術委員會



## 一一〇 年宜蘭縣運動會 競賽項目、日期及場地編配表(三)

編號	項目	日期	地點	縣體育會承辦單位
26	圍棋	4月18日	宜蘭縣立東光國民中學體育館	圍棋委員會
27	滑輪溜冰	5月8-9日	五結溪濱公園溜冰場	滑輪溜冰委員會
28	民俗體育	4月11日	順安國小	民俗體育委員會
29	劍道	4月18日	羅東鎮立體育館	劍道委員會
30	鐵人三項	4月17-18日	羅東運動公園(游泳池及周邊道路)	鐵人三項委員會
31	韻律體操	5月8日	力行國小	韻律體操委員會
32	卡巴迪	4月24日	中興國小體育館	卡巴迪委員會
33	游泳	5月8日	羅東運動公園游泳池	游泳委員會
34	輕艇-競速	4月30日至 5月1日	龍潭湖	輕艇委員會
	輕艇-激流	5月8-9日	三星安農溪雙賢2號橋	
35	帆船	4月24-25日	冬山河親水公園水域(司令臺前碼頭)	帆船委員會
36	划船	5月2日	冬山河水上競技場	划船委員會
37	游泳水球	4月24日	羅東運動公園游泳池	游泳水球委員會



# 各鄉鎮市隊本部職員名冊

## 一、三星鄉

△總領隊：李志鏞      總管理：莊淑惠      管理：張裕豪  
副領隊：江淳銘    曾茂照    溫慶華    黃添樺  
指導：吳承修    李健陽

## 二、大同鄉

△總領隊：何勝立      副領隊：陳成功  
總幹事：杜傳賓      總管理：史麗娜

## 三、五結鄉

△總領隊：沈德茂      副總領隊：廖啟賢    陳長義  
總指導：許志銘      副總指導：沈信雄  
總管理：游帝慶      管理：周家銘    賴敏娟    薛淑柔    游憶如

## 四、冬山鄉

△總領隊：林峻輔      副總領隊：黃強呈    陳鏗芳  
總幹事：吳美齡      副總幹事：陳君豪  
總管理：陳活冠      副總管理：游文藝

## 五、壯圍鄉

△總領隊：沈清山      副總領隊：張家豪  
總幹事：簡秀娥      副總幹事：林朝棟  
總管理：朱重諺      副總管理：蔡明蓉    楊佳淇  
幹事：李羿德    張靜卿    沈錫輝    詹斯涵    胡以暄    黃志鴻





## 六、宜蘭市

△總領隊：江聰淵      副總領隊：林智勇 王阿水 楊秀川  
 總管理：張翊軍      管理：羅秀芬 何淑遠      指導：陳清風

## 七、南澳鄉

△總領隊：李勝雄      副總領隊：游吉祥  
 總幹事：蘇哲堯      副總幹事：葉雅昊

## 八、員山鄉

△總領隊：張宜樺      副總領隊：許芳明  
 總管理：朱進郎      副總管理：陳茱榮 于學剛 游美雲  
 幹事：王佳儀

## 九、頭城鎮

△總領隊：曹乾舜      副總領隊：陳國義  
 總指導：賴國璋      副總指導：陳建川  
 總管理：陳舜梁      副總管理：邱莊昌      管理：鍾怡芬

## 十、礁溪鄉

△總領隊：張永德      副總領隊：游見璋 陳俊銘  
 總幹事：高國坤      副總幹事：莊漢銘 黃彥霖  
 總管理：藍信惠      張素雲 吳志文 林森枝 林漢民 簡阿忠  
                  吳政展      張景程 李竹村 林太銘 賴正立 蔡志祥  
                  林靜瑩      葉建河  
 幹 事：游佳璇      胡正偉 李淑莉 朱虔慧 童芳婷 林玫瑩  
                  吳莉芸      鍾伊婷

## 十一、羅東鎮

△總領隊：吳秋齡

總指導：李錫欽

領隊：朱昭安

副總領導：蔡宜潔

副總指導：邱文生

## 十二、蘇澳鎮

△總領隊：李明哲

總管理：石乙君

總指揮：張重洋

副總管理：柯盈秀

副總指揮：崔明嵩









一  
一〇  
年  
宜  
蘭  
縣  
運  
動  
會

# 籃球

比賽時間：110年2月27—3月1日

比賽地點：國立宜蘭高級中學

## 籃球委員會

主任委員	沈信雄					
副主任委員	林清鋒	蔣家鈴				
委員	林贊呈	林川棋	林錫銘	吳和信	張振源	
	陳永祥	陳廷綸	賴國珍			
技術顧問	李鴻棋	林秋棟	吳良民	謝基煌		
總幹事	林幹偉					
副總幹事	沈顯丞					
財務組	沈顯丞(兼)					
競賽組	陳國堂	朱建華	楊竣強			
裁判組	黃俊仁	陳照明	蘇宇燕			
場地組	唐正昌	陳建嘉				
訓練組	高天麟					
紀錄組	石沛楷					

## 籃球審判委員會

召集人	沈信雄			副召集人：沈顯丞		
委員	李鴻棋	林秋棟	吳良民			
裁判長	黃俊仁					
副裁判長	陳照明 蘇宇燕					
裁判	藍偉雄	黃俊仁	蘇宇燕	張宏誌	毛文元	楊明翰
	陳照明	徐御誠	吳慶寧	張允恆	鄭轅緒	呂伊涵
	陳國堂	謝基煌	陳裕智	林恩世	張智豪	黃至良
	王靖翔	林安迪	王程	魏浚罡	朱恆毅	范姜毅
	張哲榕	林益連				



# 籃球競賽規程

一、比賽日期：110年2月27至3月1日。

二、比賽場地：國立宜蘭高級中學。

三、競賽分組：(一)男子組、(二)女子組

第一條、報名參賽資格及隊數：

(一)需以鄉鎮市為單位組隊參加，且年齡須年滿14足歲始得參加  
(年齡計算以報名截止日為基準日)。

(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)。

(三)每各鄉鎮市報名各組以一隊為限，每一隊選手註冊以12名為  
限。凡經報名後，不得更換名單。

(四)每隊職員最多5人含領隊、教練、助理教練、管理、運動傷  
害防護員(依競賽規程總則為準)等球員12人(包括隊長)  
。

第二條、競賽制度：

(一)預賽一分組循環賽制。預賽一分組循環賽制。

(二)決賽一淘汰賽制。

第三條、領隊及抽籤會議：由宜蘭縣運動會籌備處統一辦理。

第四條、比賽規則：採用中華民國籃球協會審定之最新國際籃球規  
則。

第五條、獎勵：依競賽規程總則第七條規定辦理。

第六條、懲戒：

(一)球隊違規





- 1.各場比賽開賽前，雙方球隊所有登錄球員均須持身份證正本核查供驗。開賽時，需有教練或球隊職員到場方可比賽；若逾規則第二十條第一款之規定15分鐘仍未到或不足5人出賽者，則沒收該場比賽，不得異議。
- 2.若參賽球隊被沒收比賽兩次，取消其未賽之賽程，如在循環賽中已賽之結果不予計算，相關球隊得失分亦一併不予計算。
- 3.球隊一經報名，除因天然災害或不可抗拒因素外，不得無故不出賽；違反前項規定時，次年該鄉鎮市球隊於本賽事禁賽一年。
- 4.球隊如有完成報名手續而未登錄該場比賽之球員出賽時，一經發現即登錄該隊教練技術犯規一次，並須辦理補登錄作業，且由對隊指定球員罰球一次後繼續比賽。
- 5.各隊球衣顏色、樣式均須統一且須有明顯之鄉鎮市字樣，違反前項規定時，則沒收該場比賽，不得異議。

#### (二)隊員違規

- 1.各隊球員如有發生冒名頂替情事者，該球隊教練、冒名頂替者、被冒名頂替者均立即取消比賽資格並於次年本賽事禁賽一年。如若在兩人以上，則沒收該場比賽，不得異議。
- 2.各隊球員如有干擾比賽，或因競賽活動而對相關之他人，發生言語或肢體之暴力行為，除依規則規定處理外，並視情節輕重，予以警告或處一年以下禁賽；如再次違反時，則處二年禁賽；如屬聚眾之行為時，則處三年禁賽。以上禁賽均指本賽事。

#### (三)職員違規一同上目辦理

### 第七條、申訴

- (一)有關球員資格問題，應於賽前或事實發生時提出；有關競賽上所發生之問題，應依據規則及相關規定辦理。
- (二)若規則無明文規定者，則應於該場比賽結束後三十分鐘內，以書面由領隊或教練簽章併同保證金新臺幣三仟元整，向審判委員會提出；不得以口頭提出，未依規定提出時，不予受理。如理由未成立時，得沒收其保證金，充做賽事經費。
- (三)若有關競賽爭議或違規等事項，以審判委員會之決議為最終判決。

#### 第八條、附則：

- (一)各比賽球隊應於表訂開賽時間前二十分鐘到場，並向記錄台辦妥出賽手續。
- (二)賽程表中隊名居前者穿淺色球衣坐記錄台左側球隊席，隊名居後者穿深色球衣，坐記錄台右側球隊席。若球衣顏色無法依上述規定穿著，應先通知承辦單位，並告知球衣顏色，以便事先協調。
- (三)參加比賽球員，如果比賽球衣不符規定時，不得上場比賽。
- (四)比賽時非本隊已報名之隊職員不得進入球隊席區。
- (五)審判委員有權處理比賽中之所有技術問題。
- (六)比賽進行中嚴禁各球隊啦啦隊使用擴音器、鑼鼓及汽笛，以避免影響比賽進行，加油棒則不受此限。
- (七)比賽用球；採用中華籃協審定合格之品牌（男子7號、女子6號）。

#### 第九條：

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。



# 籃球比賽場次時間表

比賽場地：宜蘭高中

日期	場次	時間	組別	比賽隊伍	比數	勝隊	場地
二月廿七日	(1)	08:00	男預	五結－南澳	:		
	(2)	09:00	男預	蘇澳－羅東	:		
	(3)	10:00	男預	員山－壯圍	:		
	(4)	11:00	男預	礁溪－大同	:		
	(5)	12:00	男預	冬山－宜蘭	:		
	(6)	13:00	男預	蘇澳－五結	:		
	(7)	14:00	男預	南澳－羅東	:		
	(8)	15:00	男預	礁溪－員山	:		
	(9)	16:00	男預	壯圍－大同	:		
	(10)	17:00	女決	南澳－大同	:		
	(11)	18:00	女決	宜蘭－員山	:		
	(12)	19:00	男預	宜蘭－頭城	:		
二月廿八日	(13)	09:00	男預	羅東－五結	:		
	(14)	10:00	男預	南澳－蘇澳	;		
	(15)	11:00	男預	大同－員山	;		
	(16)	12:00	男預	壯圍－礁溪	;		
	(17)	13:00	男預	頭城－冬山	;		
	(18)	14:00	女決	員山－南澳	;		
	(19)	15:00	女決	大同－宜蘭	;		
	(20)	16:00	男決	A1－B3	;		
	(21)	17:00	男決	C1－B2	;		
	(22)	18:00	男決	C2－A2	;		
	(23)	19:00	男決	A3－B1	:		

(一)  
籃球



三月一日 (週一)	(24)	08:00	男決	20敗—21敗	:		
	(25)	09:00	男決	22敗—23敗	:		
	(26)	10:00	男決	20勝—21勝	:		
	(27)	11:00	男決	22勝—23勝	:		
	(28)	12:00	女決	員山—大同	:		
	(29)	13:00	女決	南澳—宜蘭	:		
	(30)	14:00	男決	24勝—25勝	:		
	(31)	15:00	男決	26敗—27敗	:		
	(32)	16:00	男決	26勝—27勝	:		

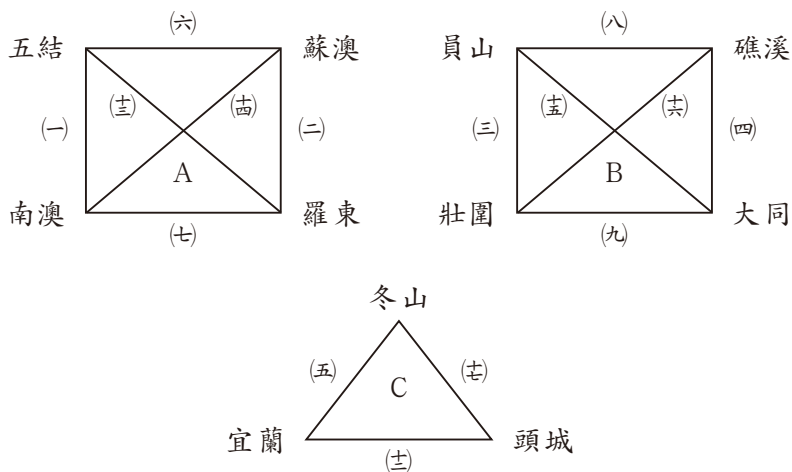




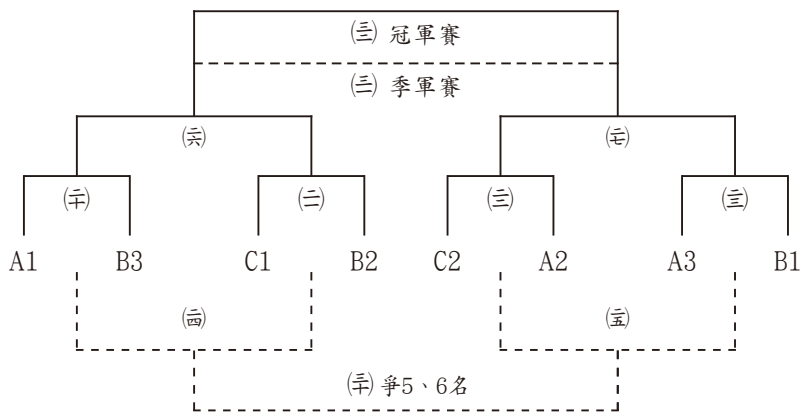
# 籃球比賽賽程表

一、男子組：共11隊 取8名(108年前三名抽1、5、9籤)  
 南澳、五結、羅東、冬山、礁溪、頭城、壯圍、員山、蘇澳、大  
 同、宜市

△預賽：分組單循環，四角組別取三隊、三角組別取二隊



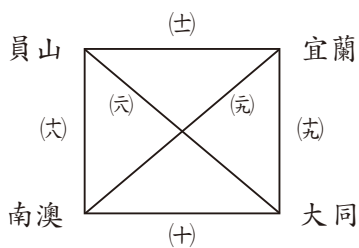
△決賽：敗部第一輪負隊並列第七



## 二、女子組：共4隊

宜市、大同、員山、南澳

△決賽：單循環



# 各單位參加籃球比賽職、隊員名單

## 一、大同鄉

△領隊：林喬璽 趙博文 教練：陳愛佳 沈家豪

管理：吳盈蓊 諾幹斗烈

男隊員：沈思安 柯睿宗 邱瑞奇 許偉傑 許偉倫 卓孟涵

李子麒 洪硯璋 張俊儀 蘇震宇 陳龍 林天賜

女隊員：余蕙如 簡紫君 陳嵐芝 賴欣雨 韋瑞琪 張羽心

涂雅慧 余若綺 陳好涵 徐詩涵 阿慕依·給降

徐詩潔

## 二、五結鄉

△教練：林幹偉

男隊員：高天俊 李梓豪 張哲明 蘇孝庭 張紋誌 林奕辰

簡自豪 張哲銜 林耀信 林泊霆 雷欣哲 林錫銘

## 三、冬山鄉

△管理：謝邱育 教練：陳國維

男隊員：陳奕丞 周旻賢 林戊堃 伍呈恩 黃桐嶼 吳祐維

張家榮 徐子恆 孫鎮寧 陳飛 張君豪 鄭紹謙

## 四、壯圍鄉

△教練：潘政翰 領隊：林建智 管理：陳正芳

男隊員：賴鴻維 王男桂 戴子健 林奇翰 林奕霖 許嘉哲

林煒淳 廖修濤 黃郅銘 潘澤銘 許嘉軒 葉佳叡

## 五、宜蘭市



△領隊：阮子修 陳美玲 教練兼管理：石沛楷  
 教練：高世杰 周俊雄 管理：林德齊 游智凱  
 男隊員：林健威 游旻哲 林承億 梁震宇 盧佑任 溫祐陞  
 賴林豪 高僕辰 黃彥博 郭垣里 林哲霆 郭振復  
 女隊員：徐婉婷 游芷瑜 林奕瑄 林祖兒 李苾郡 周郁庭  
 周筱穎 丁羽 游宛穎 鄭莉萱 張聿嵐 陳鈺茹

## 六、南澳鄉

△男子組領隊：黃誠福 男子組管理：江子文  
 男子組教練：鄔誠民  
 男隊員：薩俊瑋 鄔學之 游家喆 薩俊男 吳柏倫 宋龍恩  
 豐正凱 方浩瑋 高嘉文 游凱弦 韋浩誠 黃誼軒  
 △女子組領隊：石玉鳳 女子組管理：羅沛綺  
 女子組教練：孔小莉  
 女隊員：孔小莉 黎夢蘋 簡桑兒 白詩琴 黎姿 田湘茹  
 田麗芳 張雪琳 池孟樺 張心慧 宋子菱 張語健

## 七、員山鄉

△領隊：陳鴻銘 教練：林燕麟 管理：廖志峯  
 教練兼管理：唐正昌 指導：游忠憲  
 男隊員：賴胤瑋 王文杰 鄭于右 吳文逸 張家榮 俞世豪  
 游育倫 陳仕堯 陳翰霆 潘哲敬 游子毅 郭丞洋  
 △領隊：嚴子明 教練：陳建嘉 管理：羅念吾  
 女隊員：張雅雯 鄭亦軒 陳鈺雯 藍心怡 謝欣庭 謝欣融  
 賴思好 謝孟希 陳鈺珊 葉吟瑄 張閔淑 鄭亦筑

## 八、頭城鎮

△領隊：李照明 教練：吳志男  
 男隊員：陳建嘉 周祈良 李宏仁 吳志鎮 林俊廷 林明致



林亮廷 江尚恩 林嘉旺 陳柏榮 林辰諭 方振宸

## 九、礁溪鄉

△領隊：游淑鳳 教練：林智傑 管理：藍玉萍

隊長：游文長

男隊員：游文長 許欽詠 賴聖文 林東龍 林青 林冠宇  
李劭騰 王耀賢 張國禎 賴錦永 溫晉祥 石政傑

## 十、羅東鎮

△領隊：陳廷綸 管理：張鉅強 教練：吳柏毅

指導：李治皚 隊長：林子豪

男隊員：陳韋綸 陶正顛 游鈞皓 張峻豪 李烜德 劉長昇  
徐君維 黃閔凱 龐語謙 黃啓瑞 游誌恒 陳儒嶙

## 十一、蘇澳鎮

△領隊：陳永祥 教練：陳明炎 助理教練：陳志杰

男隊員：陳志杰 莊佳融 李哲宇 林佑澄 黃晨皓 陳昕  
林弘軒 林蔚 林志昌 陳柏均 張承軒 黃乾銘



# 手 球

比賽時間：110年2月27日

比賽地點：中山國小操場

## 手球委員會

主任委員：戴暉恩

委員：賴文富 林文虎 陳金山 郭俊吟 曹永聰 游煌斌

顧問：林世民 陳正仁 曹啟勝 藍登勝 李瑞南 張彩文

吳秋齡

總幹事：李榮順

副總幹事：曹少樺 林智偉

行政組長：石賢明 楊玉蓉

裁判組長：曾治緯 陳仁智

競賽組長：高天俊 劉惠玉

器材組長：林閔裕 陳秀蘭

資訊組長：游文玲 林苡婷

財務組長：葉聰哲 陳秀琪

公關組長：吳慧慧

## 手球審判委員會

主任委員：戴暉恩

委員：陳正仁 曹啟勝 林世民 藍登勝

裁判長：戴暉恩

裁判：葉聰哲 石賢明 李榮順 孫瑋俊 曾治緯 張彩文

高天俊 黃健助 吳朝春 林閔裕 游文玲 郭俊吟

吳宗翰



# 手球競賽規程

一、比賽日期：110年2月27日（星期六）

二、比賽場地：宜蘭市中山國小操場

第一條 手球競賽項目：

(一)男子手球。

(二)女子手球。

第二條 選手參賽年齡：

(一)年滿十四歲以上（民國96年2月27日以前出生）。

(二)戶籍規定：凡中華民國，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：

每單位限參加男女各一隊，註冊運動員各以十六人為限。

第四條 比賽制度：

視報名隊數多寡而定。

第五條 比賽規則：

採用中華民國手球協會最新編訂出版之國際手球規則。

第六條 比賽用球：

採用國際手球總會或中華民國手球協會審定合格之比賽用球。

第七條 獎勵：

依競賽規程總則第七條規定辦理。

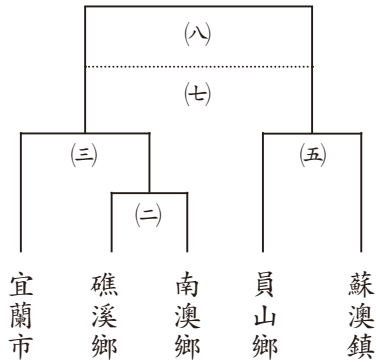
第八條：

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。



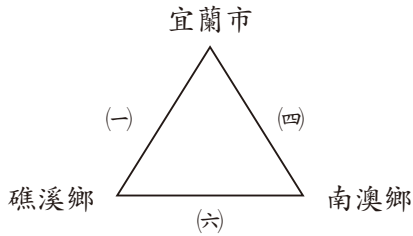
# 手球比賽賽程表

一、男子組：共5組，取3名



① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_

二、女子組：共3隊，取1名



① \_\_\_\_\_





日期	場次	組別	時間	比賽隊伍	比數
110 年 2 月 27 日	(一)	女	08:30	宜蘭市—礁溪鄉	:
	(二)	男	09:20	礁溪鄉—南澳鄉	:
	(三)	男	10:10	員山鄉—蘇澳鎮	:
	(四)	女	11:00	宜蘭市—南澳鄉	:
	(五)	男	11:50	宜蘭市—(二)勝	:
	(六)	女	12:40	礁溪鄉—南澳鄉	:
	(七)	男	13:30	(三)敗—(五)敗	:
	(八)	男	14:20	(三)勝—(五)勝	:
			15:10	頒獎	



# 各單位參加手球比賽職、隊員名單

## 一、宜蘭市

△男子領隊：李月霞      男子管理：謝依涵

男子教練：嚴子明

男隊員：曹少樺   李文揚   李榮順   賴至誠   曹少宇   嚴元宗  
黃煜傑   張承宇   石賢明   葉聰哲   李星鋒   李彥憲  
曾凱揚   江宇倫   嚴子昀   曹新熙

△女子領隊：吳佳秦      女子管理：陳盈汝

女子教練：周俊雄

女隊員：石晏禎   陳雅廷   林庭靜   藍宜婕   楊巧聿   林詩鎧  
黃奕淳   周佳柔   林菁菁   許紫華   楊芷瑄   呂軍霆  
林以恩   林子伶   陳俐蓉   周佳妍

## 二、南澳鄉

△男子教練：林瑞忠      女子教練：何建鴻

男隊員：江俊弘   江俊安   胡岳尊   陳博霖   羅銘文   古富貴  
羅   威   沈朝朕   曾耀威   羅文軒   羅凱哲   方傑米  
葛天寶   賴書宇   彭林煒   李   靖

女隊員：邱承心   宋可芸   林   妤   呂芷瑄   謝   羽  
雅布恩·伯亞   曹萱寧   劉佳宇   林婷語   游潔琳  
白詩琴   葉淑婷   陳心慧   許芷琳   黃佳琪

## 三、員山鄉

△領隊：陳鴻銘      教練：林燕麟      管理：廖志

男隊員：賴胤瑋   王文杰   鄭于右   吳文逸   張家榮   俞世豪  
游育倫   陳仕堯   陳翰霆   潘哲敬   游子毅   郭丞洋



唐正昌 邱淙鉅 邱聖竹 游忠憲

#### 四、礁溪鄉

△領隊：曹啟勝 游雪梅 教練：陳秀琪 曹永聰  
管理：楊耀東 李芷萱 隊長：簡于恬 王耀賢  
男隊員：王耀賢 沈柏宏 陳學儒 林志哲 林榮星 吳冠樺  
賴易政 林東龍 李宗諺 林祐嘉 李明晟 高胤傑  
林青 陳劭軒 阮宗諺 蔡季仲  
女隊員：簡于恬 游文燕 林以辰 莊子嫻 莊子瑩 吳易珊  
袁薪嵐 林子毓 高梓慈 陳韻如 李雨涵 黃尹薇  
曹書瑜 曹芸瑄 蔡函頻 林妤璇

#### 五、蘇澳鎮

△領隊：簡啟仲 教練：游清福  
男隊員：謝俊明 林宜忠 呂文偉 柯建成 游文欽 陳宇晟  
葉彥良 林佑儒 林彥均 林郁哲 施俊宏 施俊彥  
藍旺蒼 呂文宏



# 羽 球

比賽時間：110年3月6－7日08：00起

比賽地點：羅東鎮立體體育館

## 羽球委員會

主任委員：楊文芳

副主任委員：黃秋銘 郭其海

委員：林士雄 盧聰賢 林義涵 李棟成 李明杰 張麗娜  
鄭貞財

總幹事：黃嘉鴻

副總幹事：游朝棟

財務：鄭正宏

## 羽球審判委員會

召集人：黃嘉鴻

審判委員：游景騰 邱文斌 張麗娜 廖俊斌

裁判長：游景騰

裁判：邱文斌 廖俊斌 江文田 方漢璋 孫羅晏 鄭貞財

陳仁傑 徐尉桎 游綠槐 張麗娜 呂碧霞 吳美鸞

陳相達 簡倩文 簡伶芳 高建民

競賽組：朱祥燕 官義德



# 羽球競賽規程

一、比賽日期：110年3月6日至7日

（6日團體賽，7日個人賽比賽，開始時間：8時30分）

二、比賽場地：羅東鎮立體育館

第一條、競賽項目：

(一)男子組—單打、雙打、團體。

(二)女子組—單打、雙打、團體。

(三)混合雙打。

第二條、選手參賽資格：

(一)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）。

(二)年滿12歲以上（民國97年12月18日以前出生）。

(三)參賽證明：選手請攜帶身分證、學生證、駕照或有照片之身分證明等證件參賽。

(四)參賽選手應由參賽單位遴選，取得參賽資格，並應經公私立綜合醫院檢查，由參賽單位認可參加劇烈運動競賽者，由該選手親自填妥本賽會選手保證書，未滿18歲之選手，保證書務必由家長或監護人同意簽章。

第三條、報名人數規定：

每單位限參加男女各一隊，團體賽註冊選手以10人為限。單、雙打可報二人（組）、團體限報一隊。個人賽每人最多可報名2項。

六、比賽規則

(一)視報名隊數多寡而定。





- (二)團體採 5 點之勝制，出場順序為單打、單打、雙打、雙打、單打。選手不可兼點。
- (三)每場比賽採三局二勝制，單、雙打均以 21 分計算（採用『世界羽聯』最新規則）。
- (四)若有空點現象時，依下列方式處理：
  - 1. 出賽時，雙方選手必須全體列隊，核對各點出賽選手身份無誤後，開始進行比賽。比賽結束前，若出賽選手有人、證不符之情況得再次要求核對選手身份。
  - 2. 若出賽選手不足時，應於排點前向大會申明，並告知對方後，只可將選手排在前面各點，中間不得有空點，後面未排之各點均判為對方之勝點（若未告知時，則該場比賽對方有權重新排點。唯選手不足之一方無權重新排點）。
  - 3. 比賽期間若因某隊選手受傷而人數不足，空點只可排於最後順位，空點過半即喪失參賽資格。
  - 4. 出賽時，若有資格不符之選手，不得填入出賽名單中。
- (五)選手逾比賽時間 5 分鐘不出場者，以棄權論（依球場掛鐘為準）。
- (六)如連場則給予 10 分鐘休息（請選手事先告知競賽組）。
- (七)大會有權調整比賽時間與場地，選手隊員不得異議。

#### 第五條、抽籤原則：

個人賽同單位之參賽選手以第一輪錯開為原則，但單項比賽少於 4 組時不錯開。

#### 第六條、名次判定方式：

男女組名次為各項取前四名，以五、三、二、一計分，團體加倍計分，分數相同，以團體名次優先，雙打名次，以此推。（混合雙打不列入男子或女子組）

#### 第七條、比賽用球：

採用中華民國羽球協會指定認可之比賽用球。

第八條：

各單位參加競賽，不論團體或個人項目，凡經註冊務須出場，不應任意棄權。

第九條：

各單位選手參加比賽，下場必須穿著配有各單位字樣或標誌之規定服裝，否則不准參加比賽。

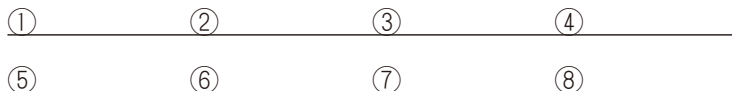
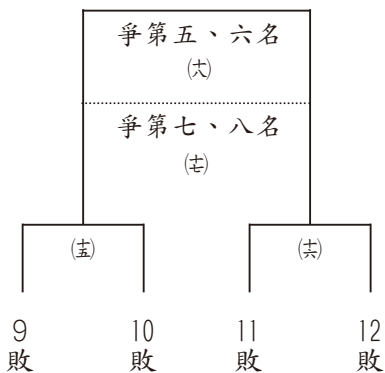
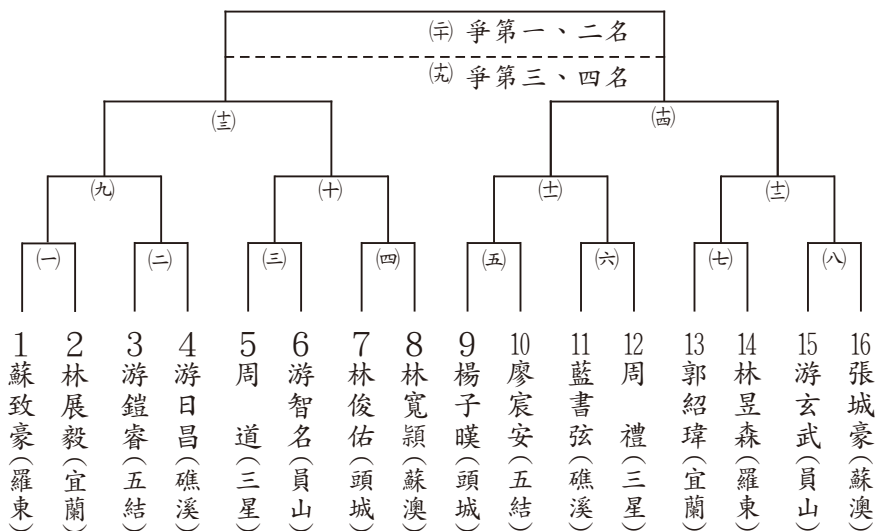
第十條：

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。



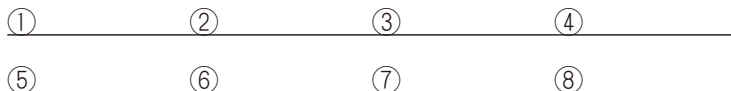
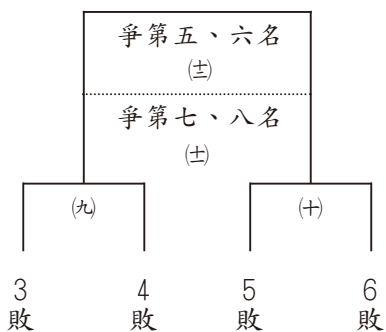
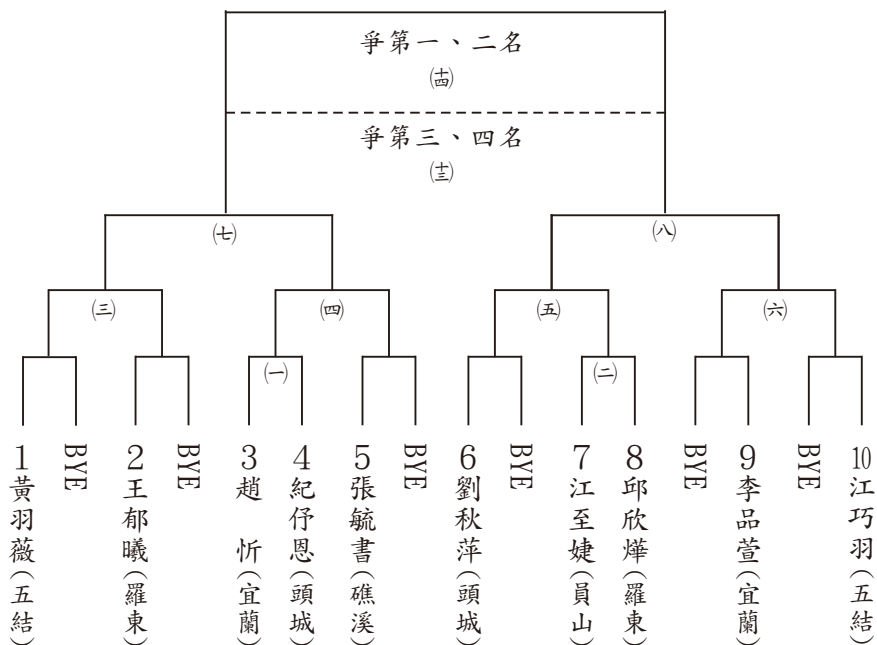
# 羽球比賽賽程表

一、男子單打：共16人，取8名

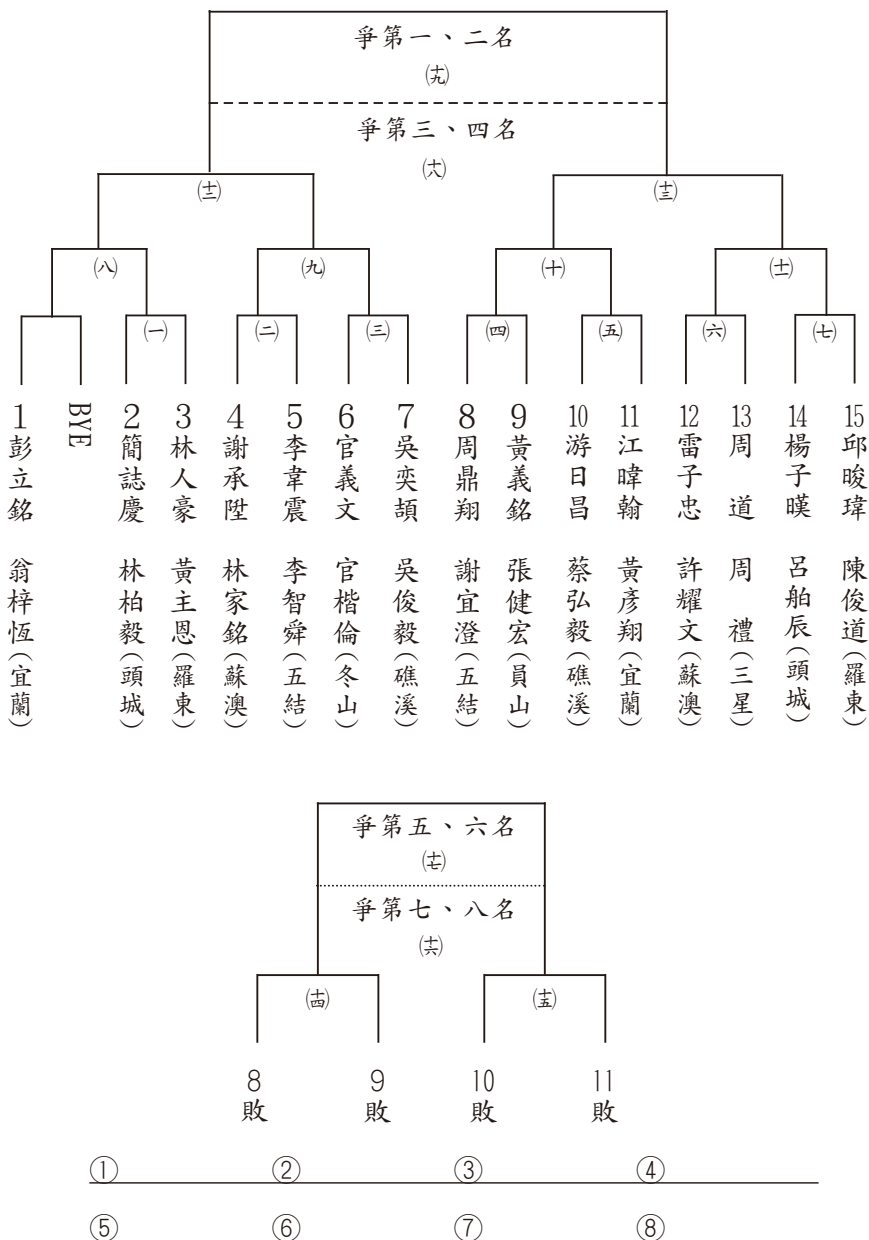




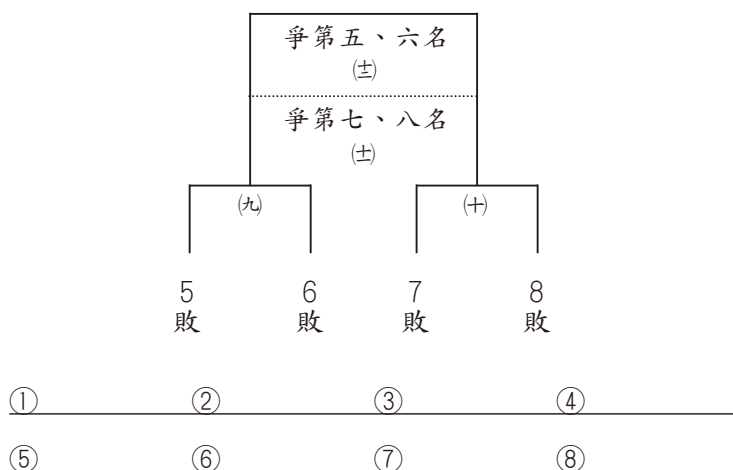
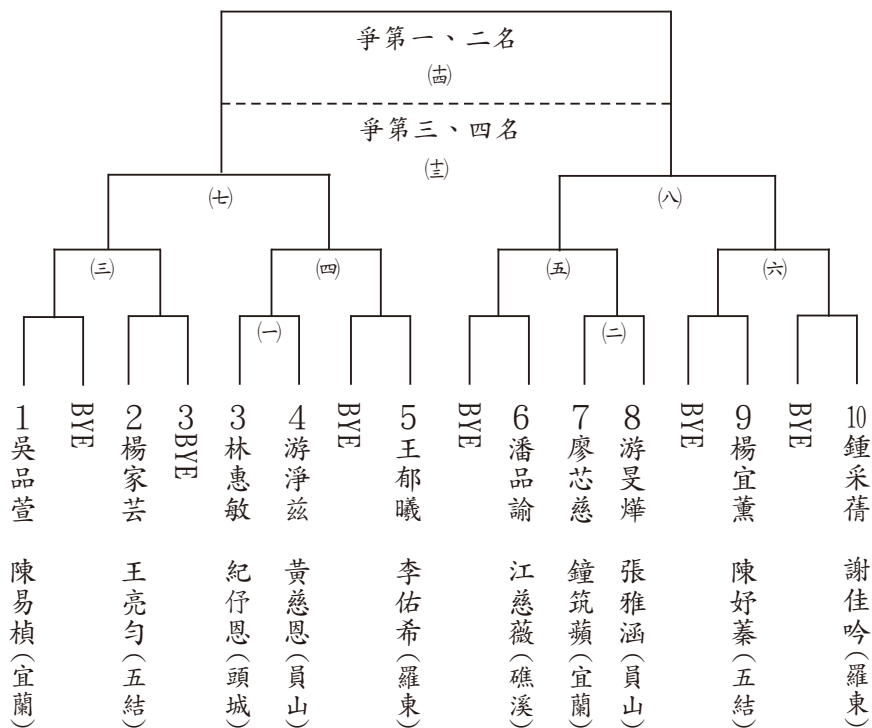
二、女子單打：共10人，取8名



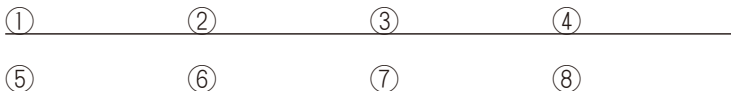
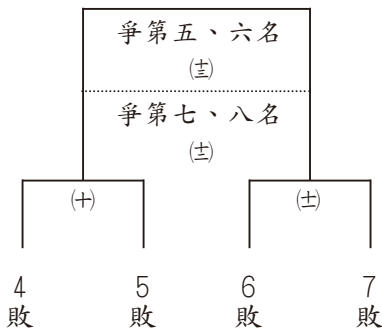
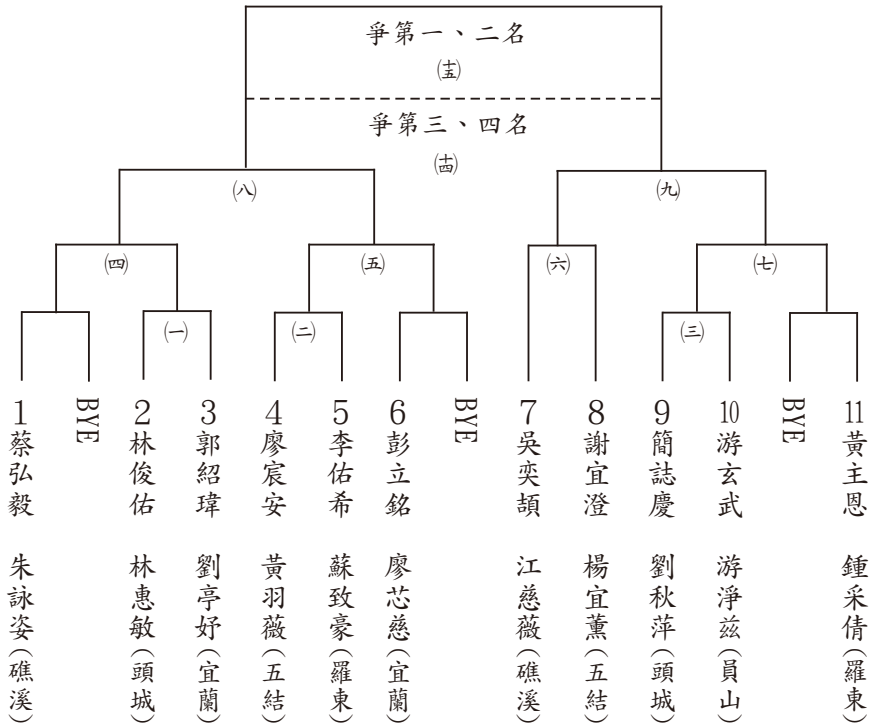
### 三、男子雙打：共15組，取8名



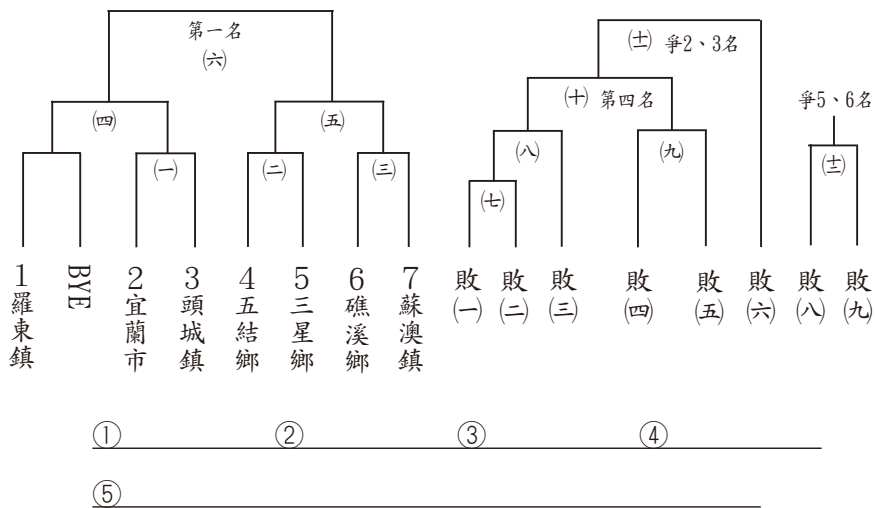
四、女子雙打：共10組，取8名



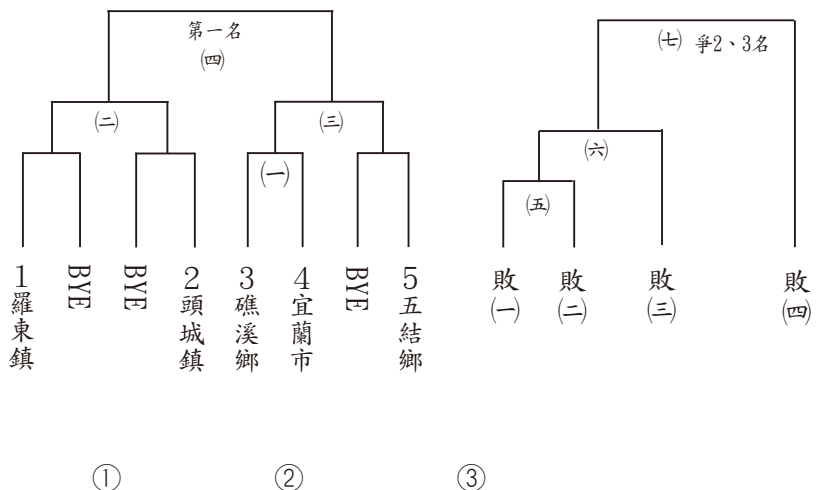
五、混合雙打：共11組，取8名



六、男子團體：共7隊，取5名



七、女子團體：共5隊，取3名



# 各單位參加羽球比賽職、隊員名單

## 一、三星鄉

△教練：曾繁來 領隊：張金鳳  
男隊員：李建民 李嘉豪 林政緯 吳承修 楊峻華 周道  
周禮 鄭丁憲 吳明峯 曾祥銘

## 二、五結鄉

△領隊：陸資陶 教練：黃士嘉 趙椿根 管理：陳珮儀  
男隊員：賴哲宏 許朝政 江瑋銘 李韋震 李智舜 廖宸安  
周鼎翔 游鎧睿 謝宜澄 謝宜恩  
女隊員：邱家倩 江巧羽 楊宜薰 王亮勻 黃羽薇 陳好蓁  
楊家芸

## 三、冬山鄉

△領隊：陳昱枚  
男隊員：官義文 官楷倫

## 四、宜蘭市

△領隊：游晴卉 教練：池定緯 翁名緯 管理：林子淵  
男隊員：彭立銘 林展毅 郭紹瑋 翁梓恆 江暉翰 黃彥翔  
林聿翔 彭立銓 王昱程 吳毓哲  
女隊員：鐘筑蘋 吳品萱 陳易楨 馮小容 廖芯慈 吳慧蕎  
趙忻 李品萱 劉亭好

## 五、員山鄉

△領隊：孫羅晏 黃東碧 教練：游博盛 鄭吉鐘  
管理：方芸 李裕豐



男隊員：黃義銘 游智名 張健宏 游玄武  
女隊員：游淨茲 黃慈恩 游旻燁 張雅涵 江至婕

## 六、頭城鎮

△領隊：林庭煌 教練：林妙玲 吳家仁  
男隊員：林建興 簡誌慶 楊子曠 楊子寬 林俊佑 林柏毅  
呂舶辰 鍾嘉育 吳焄仲 鍾宥賢  
女隊員：劉月華 尤立佳 林惠敏 溫偉君 林宛瑩 劉秋萍  
紀仔恩 劉芷好

## 七、礁溪鄉

△領隊：蔡德松 蔡汶峻 教練：蔡弘毅 蔡陳素蓮  
隊長：游日昌 張芳慈  
男隊員：游日昌 蔡弘毅 吳俊毅 吳俊祥 吳奕頡 藍義傑  
藍書弦 賴建成 蔡晉煌 黃鈺哲  
女隊員：張芳慈 潘品諭 江慈薇 張毓書

## 八、羅東鎮

△領隊：黃嘉鴻 教練：黃秋銘 管理：戴文宜  
男隊員：蘇致豪 林昱森 黃主恩 林人豪 邱峻瑋 陳俊道  
魏嘉谷 蕭順 武禪觀  
女隊員：王郁曦 邱欣燁 鍾采蒨 謝佳吟 李祐希 黃云璟  
林秋吟 馬靖

## 九、蘇澳鎮

△領隊：沈柏宗 教練：林彥慶  
男隊員：李赫丞 袁尚德 張城豪 林寬穎 雷子忠 許耀文  
林家銘 謝承陞 張家銘



# 排 球

比賽時間：110年 3 月 6 日 07：30

比賽地點：礁溪國中體育館

## 排球委員會

主任委員：蕭錫鑫

副主任委員：李尚任 吳秋齡 吳陳月英

榮譽顧問：劉信聰

顧問：許榮源 費嘉騏 黃志平

委員：林清鴻 林稹甫 朱國銓 王方民 陳輝

黃游秋華 何俊衡 何明蒼 張基垣 林顯丞

吳錫傳 謝耀賢 林月霞 游清武 潘光騰 林映慈

陳明欽 黃健倫

總幹事：陳志達

副總幹事：林光志 林正傑 陳昶輔

訓練組：陳昱鋒 競賽組：莊弘明

財務組：黃素娟 裁判組：曹永聰

場地組：簡啓仲 行政組：黃信章

公關組：吳進財 醫護組：施耀萍

## 排球審判委員會

召集人：蕭錫鑫

裁判長：陳亮瑄

裁判：吳冠樺 莊弘明 方漢章 周昱誌 朱獻德 陳昱鋒

李佩君 謝耀賢 林光志 黃健倫 李映儒 陳志達





# 排球競賽規程

一、比賽日期：110年3月6日（比賽開始時間：7：30時）

二、比賽場地：宜蘭縣立礁溪國中

第一條、競賽項目：室內排球男子組、室內排球女子組

第二條、參賽資格：

(一)年滿15歲者（民國95年3月6日前出生）皆可向各鄉鎮市公所報名參加，每人限報名一隊。

(二)有戶籍規定：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、比賽用球：MIKASA 五號皮質彩色球。

第四條、比賽制度：

採用中華民國排球協會審定之最新室內排球規則，並以三局二勝定勝負，第三局決勝局採15分制。

第五條、獎勵辦法：前三名頒發每人獎牌一面。

第六條、選拔：

比賽中聘請專業人士數人，進行110年全國運動會室內排球代表隊選拔（因故無法報名參加比賽者，如代表隊執行教練需要時，由宜蘭縣體育會排球委員會進行徵招參賽）。

第七條、申訴：

(一)爭議事項中規則未有明文規定者，以裁判之判決為終決。

(二)有關球員資格問題之申訴，應於該場正式比賽前提出，否則不予受理。

九、附則：

(一)遇有比賽時，須依規定時間前15分鐘到場。凡超過比賽時間未出賽者，則沒收該場比賽。



(二)比賽時間如有更動，則以大會公告時間為準。

(三)球員服裝顏色樣式應統一，需有號碼。

(四)各隊球員如有冒名頂替，經查屬實，沒收該局比賽；如屬球員資格不符者，則沒收該球員已出賽之局。

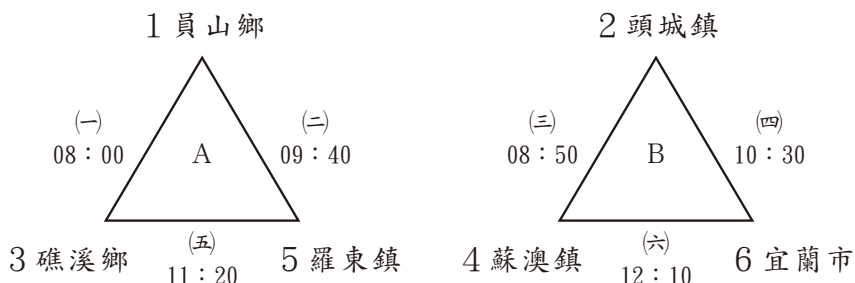
(五)如有未盡事宜，則以大會決議為主。

(六)聯絡人：陳志達 電話：0919-817121

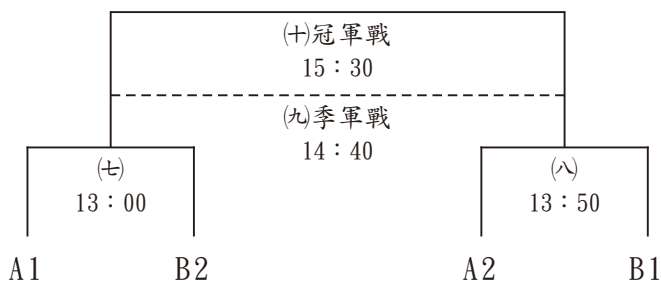
第九條 本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。

## 排球比賽賽程表

△預賽：共計6隊，分成2組，每組取2隊



△決賽：



## 排球比賽時間表：

場次	組別	時間	比賽隊伍	比數
(一)	A 組	08：00	員山鄉－礁溪鄉	：
(二)	B 組	08：50	頭城鎮－蘇澳鎮	：
(三)	A 組	09：40	員山鄉－羅東鎮	：
(四)	B 組	10：30	頭城鎮－宜蘭市	：
(五)	A 組	11：20	礁溪鄉－羅東鎮	：
(六)	B 組	12：10	蘇澳鎮－宜蘭市	：
(七)		13：00	A 1－B 2	：
(八)		13：50	B 1－A 2	：
(九)		14：40	七敗－八敗	：
(十)		15：30	七勝－八勝	：



# 各單位參加排球比賽職、隊員名單

## 一、宜蘭市

△領隊：林家漢      管理：陳盈穎  
男隊員：游皓麟    徐智偉    徐子軒    廖展文    李政諺    康楷柱  
              康景皓    林彥佐    林祐瑞    葉昫辰    李育均    張智翔

## 二、員山鄉

△教練：楊政儒  
男隊員：楊政儒    何俊霖    何建益    何建賢    陳逸峻    陳瑞福  
              張彰宇    賴志遠

## 三、頭城鎮

△領隊：陳雅平      教練：黃信章  
男隊員：江承哲    李俊民    林楷翔    陳凱迪    林昶諭    林昱劭  
              郭亦偉    陳啟宏    林嘉偉    吳承諺    林楨貴    陳柏勳

## 四、礁溪鄉

△領隊：蕭錫鑫      教練：陳昶輔  
男隊員：陳昶輔    陳昭銘    陳昱鋒    劉佳昌    黃士展    黃柏叡  
              郭家銘    陳玠廷    施宗諭    李汶翰    張煥詮    龍俊廷

## 五、羅東鎮

△領隊：林正傑      教練：沈志強      管理：鄭年欣  
男隊員：張至勇    賴奕辰    許文達    戴伯翰    陳科均    陳威宗  
              陳聖文    沈志強    沈延俊    沈柏峯  
女隊員：鄭年欣    陳科伊    阮棹婷    曾巧綾    黃詩芸    游子函



## 六、蘇澳鎮

△領隊：簡啟仲      教練：林智傑

男隊員：謝俊明   林宜忠   呂文偉   柯建成   游文欽   陳宇晟  
          葉彥良   林佑儒   林彥均   林郁哲   施俊宏   呂文宏



# 桌 球

比賽時間：110年2月20-21日08:00起

比賽地點：宜蘭縣立運動公園體育館

## 桌球委員會

主任委員：陳煥章

副主任委員：林素丹 賴國隆

委員：張國陽 官盛雄 簡美珠 何純清 黃正義 林錦柱  
吳兩興 林文金 張梅君 張春玲 林姪瑱 王富麗  
黃桂英 梁以石 游昭一 張政儀 柳煌榮 吳志男  
呂炎鴻 劉清山 簡仲慧 林松輝

總幹事：陳怡青

副總幹事：陳榮勝 楊健 王文婷 李建隆

幹事：陳錦源 施淳文 徐達

## 桌球審判委員會

裁判長：陳煥章

副裁判長：吳麗禎

裁判：簡美珠 官盛雄 李致宏 梁梁成 莊振德 洪來福  
林錦柱 張春玲 于亞怡 游雯菱 廖婕妤 林精一  
張政儀 林明河 郭峰志 陳映真 林全聖 石秋燕  
呂清標 何純清 張國陽 林憶歆 施淳文 林松輝  
黃正義 廖俊斌 謝鳳嬌 王信仁 徐達 吳光輝  
李賢雄 林志文

電腦組長：郭方鈞

競賽組長：蔡耀南

競賽組員：吳兩興 林姪瑱

紀錄組長：吳兩興

紀錄組員：黃淑靜 杜鈴玉

場地組：張柏榕 楊錫福 鄔建政 林然婷



# 桌球競賽規程

一、比賽日期：110年2月20日（星期六）－21日（星期日）  
（比賽開始時間：8時）

二、比賽場地：宜蘭運動公園體育館

## 第一條 桌球競賽項目

- (一)男子組－單打、雙打、團體。
- (二)女子組－單打、雙打、團體。
- (三)混合雙打。

## 第二條 選手參賽年齡

- (一)年滿十一歲以上（民國99年2月20日以前出生）。
- (二)有戶籍規定：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)男女團體賽每單位限各參加一隊，單打、雙打以報名二人（組）為限。
- (二)團體賽每隊選手最多以報名八人為限。
- (三)
  - 1.報名團體賽選手可單打、雙打、混合雙打再擇報一項。
  - ※若擇報二項以上，大會主動刪除只剩一項，各隊不得異議。
  - 2.沒參加團體賽選手可擇單打或雙打或混合雙打，而只限報名二項。



※若擇報名三項，大會主動刪除只剩二項，各隊不得異議。

#### 第四條 比賽制度

- (一)視報名隊數多寡決定。
- (二)團體賽採五場三勝制，出場順序為單、單、單、單、雙。單、雙不可重覆。
- (三)每場比賽採五局三勝，每局11分制。

#### 第五條、獎勵：

依競賽規程總則第七條規定辦理。

#### 第六條、比賽規則：

採用中華民國桌球協會編訂之最新規則。

#### 第七條、比賽用球：

採用中華民國桌球協會指定認可之比賽用球。

#### 第八條：

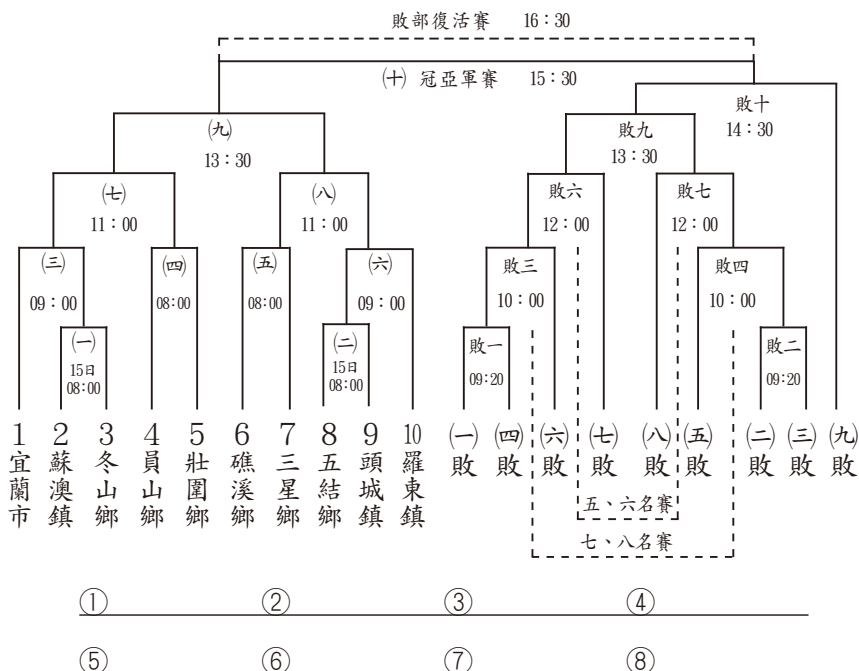
本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。





# 桌球比賽賽程表

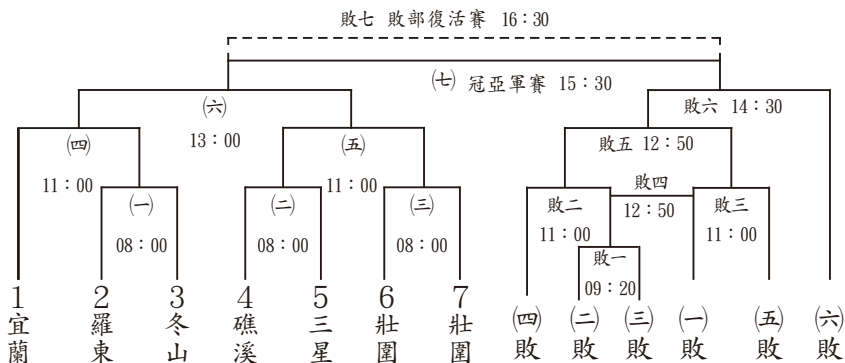
一、男子團體：共10隊，取8名



(二) 桌球

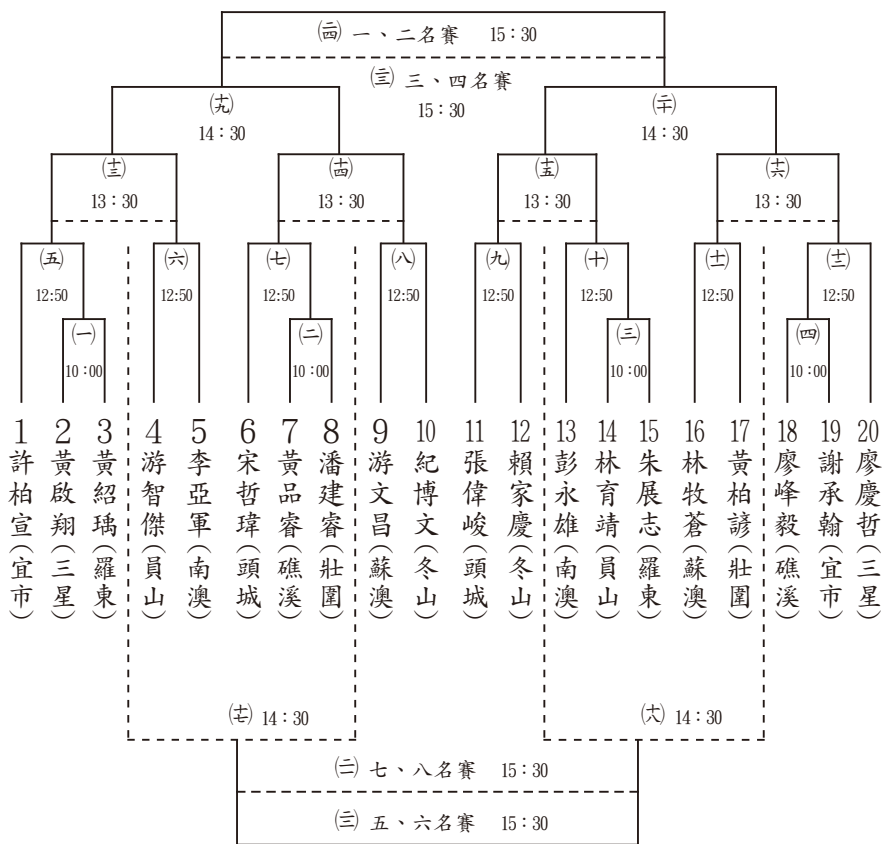


二、女子團體：共7隊，取5名



- ① \_\_\_\_\_
- ② \_\_\_\_\_
- ③ \_\_\_\_\_
- ④ \_\_\_\_\_
- ⑤ \_\_\_\_\_

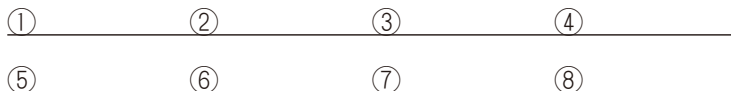
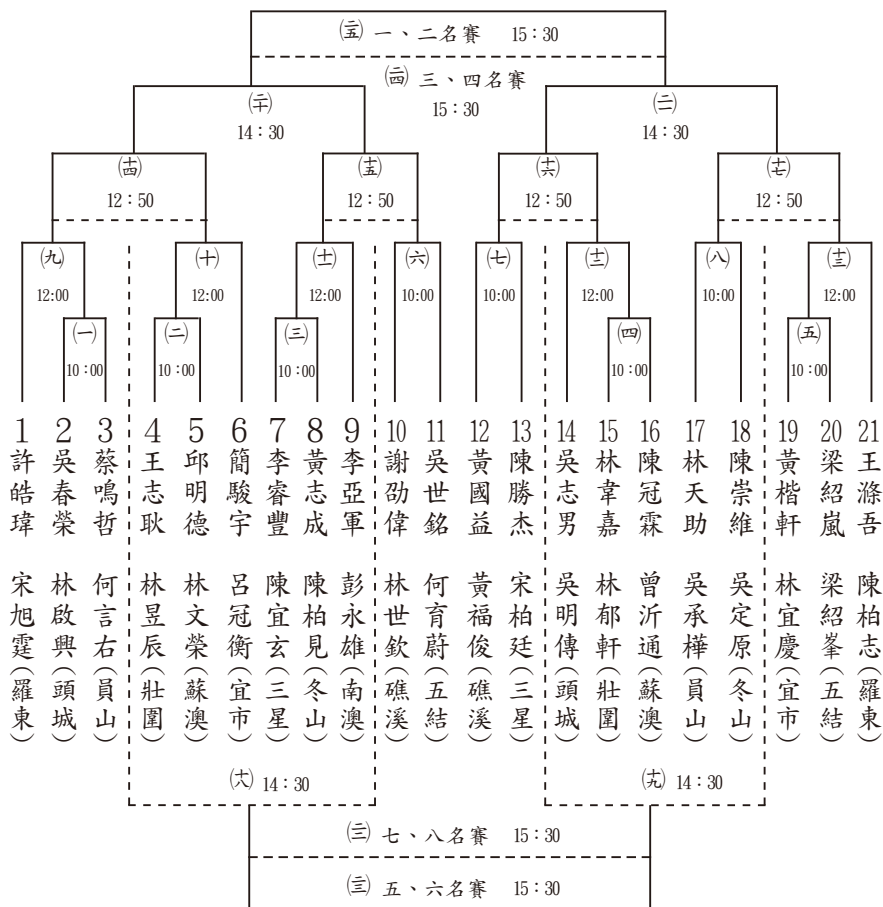
### 三、男子單打決賽：共20人，取8名



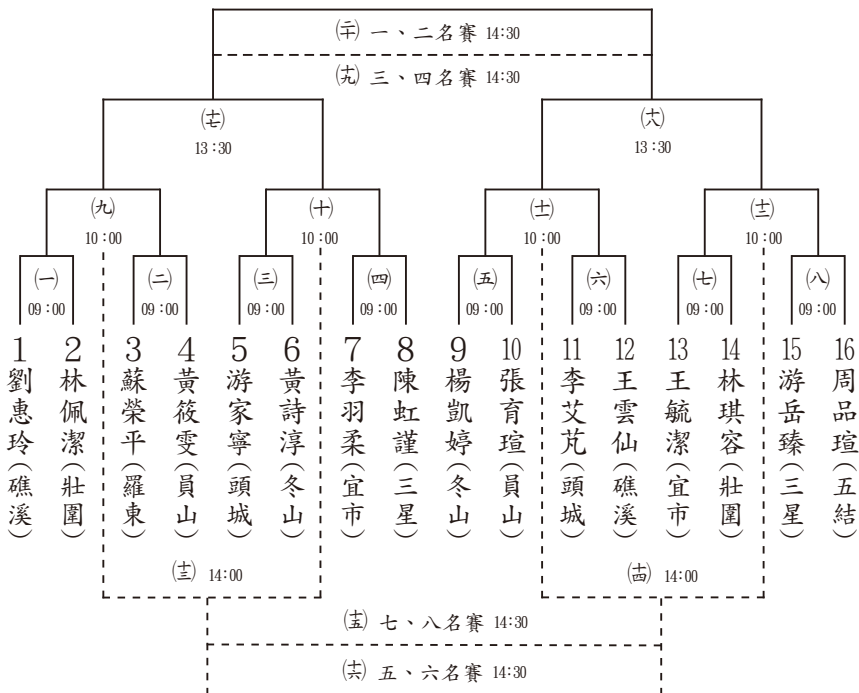
- ① \_\_\_\_\_
- ② \_\_\_\_\_
- ③ \_\_\_\_\_
- ④ \_\_\_\_\_
- ⑤ \_\_\_\_\_
- ⑥ \_\_\_\_\_
- ⑦ \_\_\_\_\_
- ⑧ \_\_\_\_\_



四、男子雙打決賽：共21組，取8名



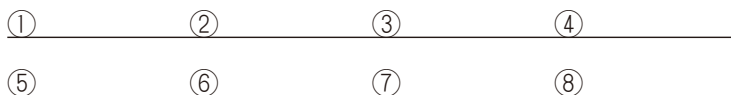
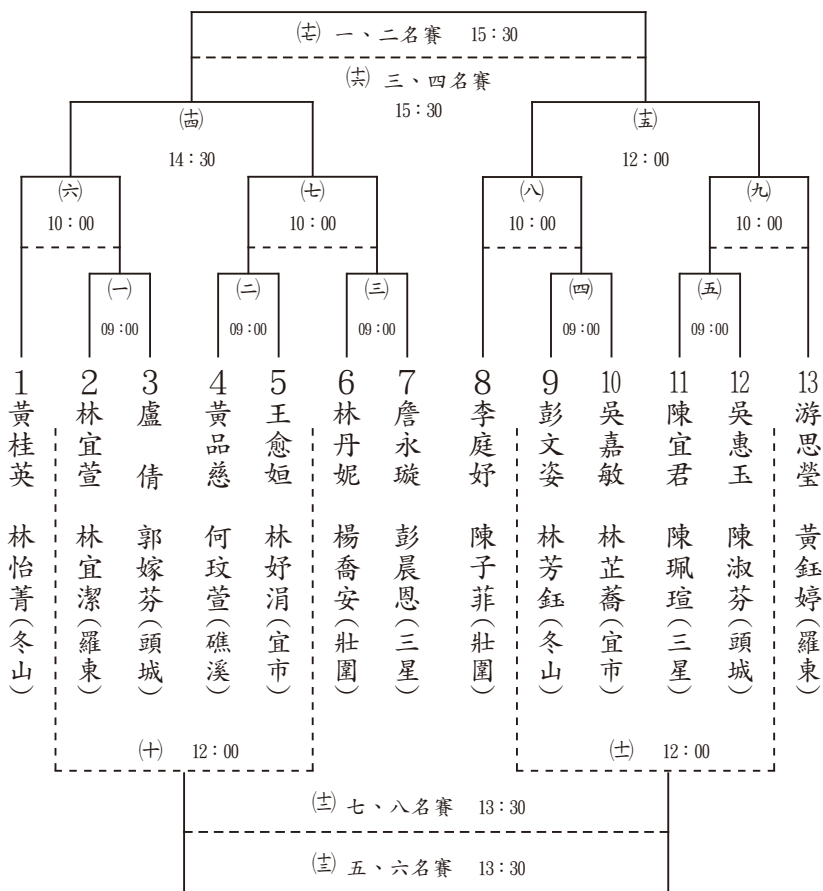
五、女子單打決賽：共16人，取8名



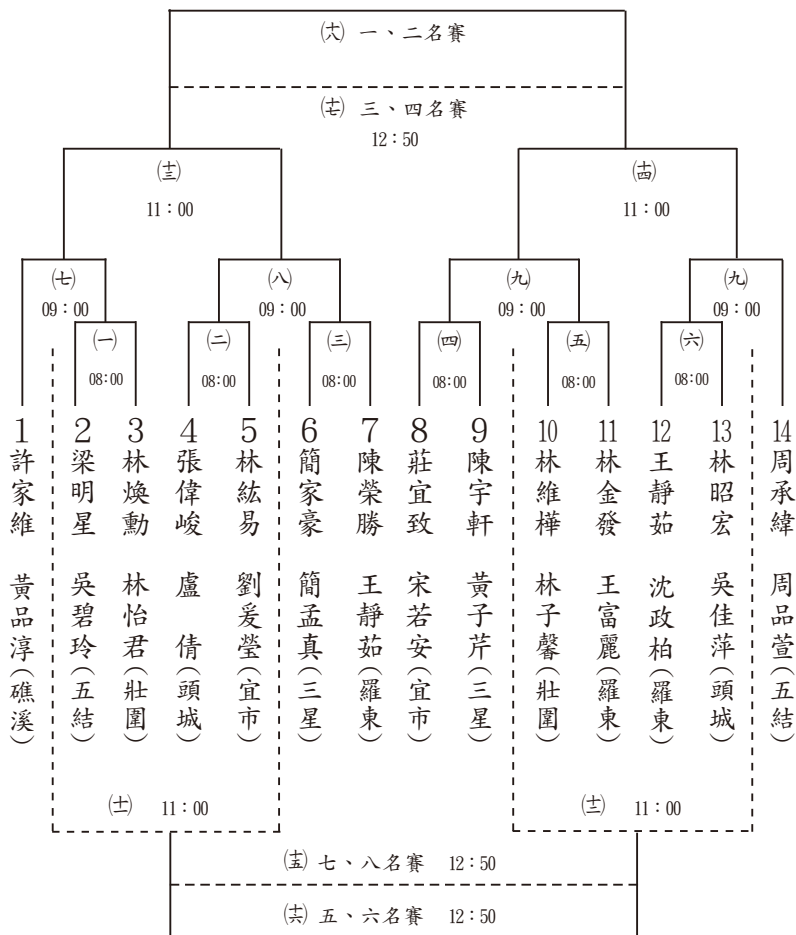
- ① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_
- ⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_



六、女子雙打：共13組，取8名



七、混合雙打：共14組，取8名



- ① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_
- ⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_



# 各單位參加桌球比賽職、隊員名單

## 一、三星鄉

△領隊：李健揚 教練：李汎欽 李昱杰

管理：黃聿欣 盧遜鴻

男隊員：	廖慶哲	羅主文	黃啟翔	陳伯杰	李睿豐	陳宜玄
	陳勝杰	簡家豪	陳宇軒	宋柏廷	陳鴻德	林杰
女隊員：	游岳臻	簡孟真	呂濰瑄	黃子芹	陳虹謹	謝婉吟
	黃婕茹	詹永璇	彭晨恩	陳宜君	陳珮瑄	

## 二、五結鄉

△教練：宋永祥

男隊員：	邱耀慶	梁明星	梁紹嵐	梁紹峯	吳世銘	宋永祥
	周承緯	何育蔚	何勝勇			

女隊員：吳碧玲 周品萱

## 三、冬山鄉

△領隊：簡玄翔 教練：孫秋明 游政忠

男隊員：	紀博文	鍾子郁	陳崇維	賴家慶	吳定原	黃志成
	陳柏見	沈政柏				

女隊員：黃桂英 林怡菁 彭文姿 林芳鈺 黃詩淳 楊凱婷

## 四、壯圍鄉

△領隊：黃英軒 管理：林志文 莊琇雯

教練：謝美政 陳玉緣

男隊員：	黃柏諺	林維樺	林韋嘉	王志耿	林昱辰	林郁軒
	潘建睿	林煥勳				

女隊員：陳子菲 林子馨 林怡君 林丹妮 楊喬安 林琪容



李庭好 林佩潔

## 五、宜蘭市

△教練：邱正儒 諶伯維 管理：賴瑞雄 朱士全  
男隊員：黃楷軒 簡駿宇 許柏宣 謝承翰 林宜慶 林紘易  
呂冠衡 莊宜致  
女隊員：宋若安 王俞姮 劉爰瑩 王毓潔 吳嘉敏 李羽柔  
林好涓 林芷蕎

## 六、南澳鄉

△領隊：楊雯瑛  
男隊員：李亞軍 彭永雄

## 七、員山鄉

△領隊：張正義 教練：吳位三 管理：許紋珠  
男隊員：蔡鳴哲 林育靖 游智傑 何言右 林天助 吳承樺  
女隊員：張育瑄 黃筱雯

## 八、頭城鎮

△領隊：王萬兆 吳李秀鳳 教練：柳煌榮 林錦華  
男隊員：吳志男 連明偉 余昌恒 張偉峻 宋哲璋 吳明傳  
劉逸忠 吳承翰 吳春榮 胡文政 林啟興 王國榮  
李漢溪  
女隊員：吳惠玉 陳淑芬 游家寧 黃淑玲 劉嘉惠 李艾芄  
郭嫁芬 盧倩

## 九、礁溪鄉

△領隊：黃次雄 管理：柯凱 林碧瑩 教練：黃泰峯  
男隊員：吳任恩 許家維 謝劭偉 林昭宏 黃品睿 黃福俊





黃國益	吳溪圳	林世欽	廖峰毅		
女隊員：王雲仙	劉惠玲	吳佳萍	黃品慈	林貞瑩	黃品淳
何玫萱					

## 十、羅東鎮

△領隊：林源順	教練：楊達維	管理：石施淮			
男隊員：宋昶霆	朱展志	王滌吾	陳榮勝	陳柏志	許皓瑋
黃紹瑤	林金發	林士祺			
女隊員：林佳柔	林宜萱	林宜潔	游思瑩	黃鈺婷	蘇容平
王富麗	王靜茹	康喻淳			

## 十一、蘇澳鎮

△教練：曾吉弘					
男隊員：李仁德	林明坤	陳宏明	游文昌	徐洪銘	邱明德
林文榮	林牧蒼	范冠兆	曾沂通	陳冠霖	



# 網 球

比賽時間：110年3月20-21日08:30起

比賽地點：宜蘭運動公園網球場

## 網球委員會

主任委員：盧岳秀

副主任委員：游萬寶 陳乾隆

委員：吳高清 柳順發 林志峰 楊弘逸 潘文欽 黃志欽  
邱鄭斌

總幹事：游世民

會務組：余斯逸

競賽組：楊瑞耀

裁判組：游萬寶

財務組：楊仁豪

## 網球審判委員會

召集人：盧岳秀

審判委員：陳乾隆 吳高清 林志峰 楊弘逸 潘文欽

裁判長：游萬寶

裁判：周豐隆 林暉章 黃清權 黃春榮 毛文元 劉振輝  
蕭智仁 蔡建民 官毅明 練雲龍 邱逸揚 邱仁祥  
簡偉全 游弘廷 莊逸程 林春豪 蘇智雄 李宏仁  
謝文勇 吳進祥 余年華 吳明華 戴大評 楊瑞耀

# 網球競賽規程

一、比賽日期：110年3月20－21日（開始比賽時間：8時30分）

二、比賽場地：宜蘭運動公園網球場

## 第一條 網球競賽項目

(一)男子組－單打、雙打、混合雙打、團體。

(二)女子組－單打、雙打、混合雙打、團體。

## 第二條 選手參賽年齡

(一)年滿十三歲以上（民國97年3月19日以前出生）。

(二)有戶籍規定：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

每單位只可男女各參加一隊，個人單、雙打及混合雙打得報二人（組）為限，團體以報名一隊為限得報6人；每位選手除團體賽外可報個人賽一項。

## 第四條 比賽制度

(一)採循環、雙敗淘汰或單淘汰制（視報名隊數決定），每點（團體項目）或每場（個人項目）採一盤制，六平時採決勝局制。

(二)團體項目（男、女）採三點二勝制，其出場順序為單、雙、單（單雙不得兼），前兩點不得排空點，否則視同全隊失格，即停止本項之比賽。所有賽完之成績不予計算。



(三)個人雙打、混合雙打及團體雙打每局均採用No-Ad制。

#### 第五條 名次判定方式

男女組名次為各項取前四名，以五、三、二、一計分，團體加倍計分，分數相同，以團體名次優先，雙打名次以此類推。

#### 第六條 比賽規則

採用中華民國網球協會編審之最新網球規則及球員準則。

#### 第七條 比賽用球

採用中華民國網球協會指定認可之比賽用球。

#### 第八條

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。

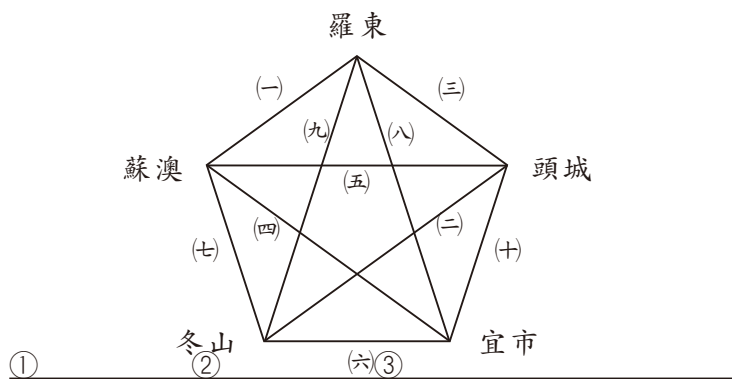


# 網球比賽賽程表

## 一、男網團體賽

△決賽：共5隊，取3名

3月20日上午08：30



(二)  
桌球

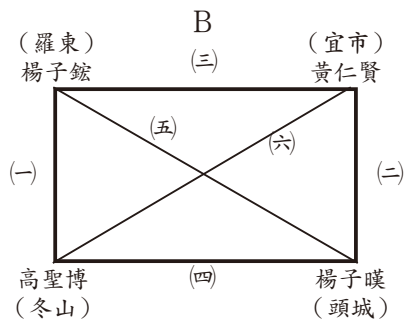
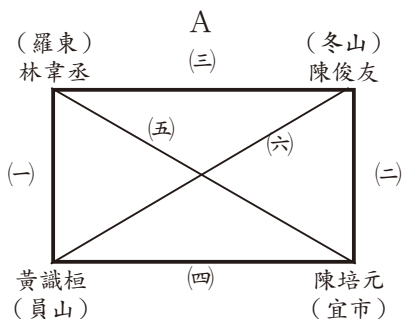


## 二、男子個人單打

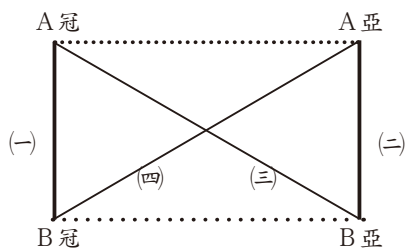
3月21日上午08:30

預賽採分組循環；A、B組取前3名，進決賽，預賽成績保留

(預賽)



(決賽) 預賽成績保留



(五、六名)

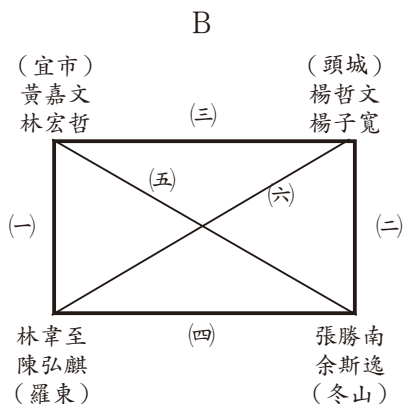
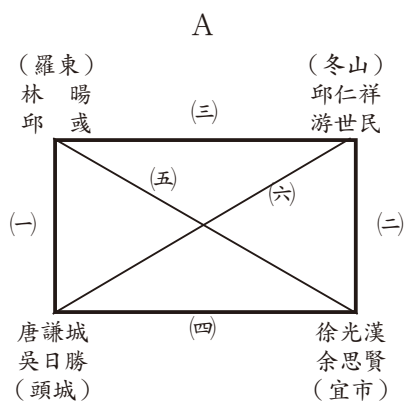


## 二、男子個人雙打

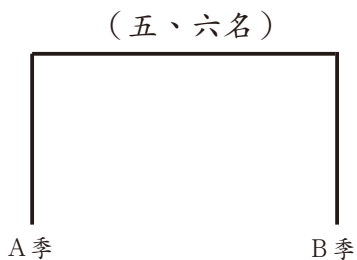
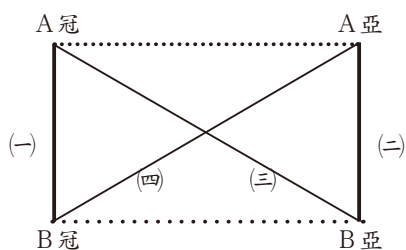
3月21日(日)上午08:30

預賽採分組循環；A、B組取前3名，進決賽，預賽成績保留

(預賽)



(決賽) 預賽成績保留



# 各單位參加網球比賽職、隊員名單

## 一、冬山鄉

△領隊：嚴好潔 教練：楊仁豪  
男隊員：陳俊友 游世民 余斯逸 高聖博 張勝南 邱仁祥

## 二、宜蘭市

△教練：朱銘昱 管理：朱志明  
男隊員：黃嘉文 黃仁賢 徐光漢 余思賢 林宏哲 陳培元

## 三、員山鄉

△教練：黃銘祥  
男隊員：黃識桓

## 四、頭城鎮

△領隊：洪長福 教練：吳炳彰  
男隊員：沈誠忠 王建宗 吳宗賢 林德華 唐謙誠 楊子曠  
吳日勝 楊哲文 楊子寬

## 五、羅東鎮

△領隊：吳順安 教練：林經敏 管理：簡偉全  
男隊員：林韋丞 林韋至 林 暘 陳弘麒 邱 或 楊子鎡

## 六、蘇澳鎮

△領隊：李明哲  
男隊員：李明哲 陳世超 莊輝鋒 藍旺蒼 吳志峯 黃俊吉





# 棒 球

比賽時間：110年2月20-21日08:00起

比賽地點：羅東運動公園棒球場

## 棒球委員會

主任委員：游本力

副主任委員：吳發興 陳兆瑞

總幹事：蔡慶裕

副總幹事：廖志明 張政銘

裁判組長：林國豐

副裁判長：張政銘、宋羽濛

競賽組長：林星豐

競賽副組長：曾治緯

訓練組長：黃高俊

訓練副組長：陸永茂

場地組長：陳瑞賢

場地副組長：江立銘

記錄組長：徐公達

記錄副組長：林培偉

公關組長：洪朝聰

行政組長：林士閔

(二)  
棒球

## 棒球審判委員會

召集人：湯明峰

審判委員：阮子修 許順益 張文忠 林再璋 張彩文 趙士強  
楊清瓏 林義彬

裁判員：蔡慶裕 林培偉 林正義 林朝萍 宋羽濛 林星豐  
林士閔 吳民尊 張朝舜 林陳中元 曾憲中  
廖志明 徐公達 張政銘 蔡穎霖 江立銘 林文智



# 棒球競賽規程

一、比賽日期：110年2月20日－21日（星期六、日），如遇天候因素而延期，將延期至2月27、28日，  
（開始比賽時間：8時00分至17時30分）

二、比賽場地：羅東運動公園棒球場

第一條 棒球競賽項目 男子棒球。

第二條 選手參賽資格

(一)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）。

(二)參賽年齡：須滿15足歲（民國95年2月21日以前出生者，凡未滿18歲之選手，報名時應需取得監護人同意。）

1. 參賽證明：各隊應於比賽時間三十分鐘前向大會提交攻守名單（1式4份），並繳交球員國民身分證正本，由大會審查球員資格，未帶證件之球員，將喪失該場比賽資格，如有違規人員者將沒收該場比賽。

2. 比賽中如發現違犯「球員資格」之情況，對戰之球隊需向大會提出抗議，經查證屬實將沒收該場比賽。

(三)報名人數：各鄉鎮單位僅限一隊參賽

1. 職員：領隊、總教練、教練共計4名。

2. 球員：20名。

(三)因應110年全國運動會，本次縣運冠軍隊伍自行組隊參加全國運動會資格賽。





### 第三條 比賽制度

- (一)依報名多寡而定，本次比賽每場比賽以七局定勝負，時間限120分鐘內完成，當比數4局相差10分，5局相差7分即比賽提前節結束。當比賽時間到或7局結束雙方比數平手時，依國際棒總規定採突破僵局制。在正規局數結束後仍無法分出勝負時，進入延長賽起採用突破僵局制。
- (二)攻方從無人出局一、二壘有人開始進攻。
- (三)雙方比賽隊伍在延長賽第8局開始前，延續上一局棒次作為首位打者，前兩個棒次則分別為一、二壘跑者，若該局未分出勝負。第9局之後將繼續延用第8局的打序，如第8局結束時的最後一名擊球員為第8棒，第9局的擊球員將從第9棒開始，而二壘跑壘員為第7棒，一壘跑壘員為第8棒。第10局延續第9局的打序，以後每局亦同。

### 第四條 比賽用球

採用中華民國棒球協會指定認可之比賽用球。

### 第五條 比賽規則

採用中華民國棒球協會最新頒布2020年版棒球規則。

### 第六條 比賽球棒

採用中華民國棒球協會認可之比賽標準木棒，為符合全國運動會比賽標準禁止使用鋁棒或金屬製造及碳纖維合成球棒，違反規定而帶入場將依規則判定打者出局。

### 第七條 附則

- (一)第各隊應於比賽時間三十分鐘前向大會提交攻守名單（1式4份

），並繳交球員國民身分證或駕照及健保卡，由大會審查球員資格，未帶證件之球員，將喪失該場比賽資格，如有違規人員者將沒收該場比賽。

(二)報名表內之隊職員須著球衣（領隊除外）始能進入選手席；列入攻守名單內之球員始得下場比賽（替換）；並請總教練或教練確認名單無誤後簽名以示負責。

(三)各隊於大會規定時間所提交之攻守名單，此份名單為正式攻守名單，在開打前因任何原因而變動先發球員時（不得變動打擊棒次），於本場次比賽（或保留補賽），均不得再下場比賽（視同已替換下場之球員）。如未能於規定時間內提交者，大會得限制教練出場指揮。

(四)比賽中發生球員資格問題，若要查驗對方身分時，對於有疑慮之球員得透過主辦單位工作人員『拍照存證』，並以申訴方式提出，以不影響球賽進行為原則，冒名頂替經查屬實者，除褫奪該隊所有比賽成績外，失職人員將提報技術委員會議處。

(五)本次比賽場地內在比賽中均不得進入練習傳接球等暖身運動。

(六)在比賽開始之預定時刻未能出場者視同棄權（如遇不可抗力之事實，經大會認定者除外）。

(七)比賽隊伍之隊名在前者（左邊）為先守，請在三壘邊選手席，隊名在後者（右邊）為先攻，請在一壘邊選手席。並請教練指導球員撿拾界外球，一壘邊由一壘選手席負責，三壘邊由三壘選手席負責，本壘後方由雙方球隊負責撿拾。

(八)除暫停之需，總教練或教練不得任意走出選手席（包括壘指導區），對於己隊選手席邊之啦啦隊負有不滋事之責，如有違規將嚴重議處，並嚴禁使用瓦斯汽笛。

(九)如遇風雨或其他不可抗力之因素，則賽程順延，但賽滿四局即裁定比賽。途中停賽而延誤之賽程，由大會另行安排，必要時得一天出賽兩場。上述決定經主辦單位會同競賽、裁判組研商後執行





- ，各隊不得提出異議。
- (十)因不可抗力之因素致使比賽中斷時，裁判在判定是否宣告截止比賽前，必須等待2次30分鐘。
- (十一)任何時候，總教練、教練或球員，無論位於球場上或任何地方，皆不得以任何方式意圖使投手違規投球，若違規，裁判應先予以警告，若再犯，則予以驅逐出場。如果其行為導致違規投球，則該球不算。
- (十二)教練進場是否叫暫停，以教練之意圖為判定標準；若非叫暫停，經主審裁判員制止1次，第2次即計暫停1次。
- (十三)野手集會每局限1次（不得超過3人），時間以1分鐘為限（逾時計教練技術暫停1次），第2次（含）計教練技術暫停1次。每場限3次野手集會，第4次（含）則每次都計教練技術暫停1次。延長賽時則每局限1次。
- (十四)守備時一局中允許1次教練技術暫停（換投手不計），時間以1分鐘為限，第2次（含）則須更換投手（原投手可擔任其他守備位置）。每場第4次（含）暫停時，則每次都須更換投手。延長賽時則每局限1次暫停。
- (十五)攻擊時一局允許教練技術暫停一次，時間以1分鐘為限，每局第2次（含）時則勒令教練退場（含當跑壘指導員）。
- (十六)壘上無跑者時，打擊者就定位時投手應於12秒內將球投出，壘上有跑者時除牽制外，應於20秒內將球投出。以上時間以裁判員認定為準。若未投出，則計壞球一個。
- (十七)擊球員拒絕進入擊球區時，主審可以直接（不需令投手投球）宣告好球，這時為死球，跑壘員不可以進壘。
- (十八)當擊球員擊出全壘打，不允許隊職員在回本壘前去碰觸球員，未遵守此規定，第1次球隊將被警告，再犯者則球隊總教練將被驅逐出場。
- (十九)球賽若有配合電視轉播時，雙方教練對於全壘打判決之爭議，得

要求主審裁判員觀看電視轉播畫面輔助判決。

- (二)一壘有跑壘員盜壘時，擊球員揮空棒掩護盜壘，不得跨出擊球區，若捕手有守備牽制行為時，立即宣告擊球員出局。
- (三)跑壘員有意圖地以危險且粗暴的身體動作去衝撞、或是觸碰野手，跑壘員除當場會被判出局且不得再上場進行比賽（即被判退場），並將處以於次2場比賽中禁賽，且視為比賽停止球，其他的跑壘員必須回到投球當時所佔有的壘包。
- (三)比賽進行中，總教練或教練之言行應自我約束，嚴禁向球員或裁判作人身攻擊，球員亦不得有挑釁行為，違者大會得予以勒令退場。
- (三)比賽中不得使用電子設備。球隊不得使用對講機或行動電話與場上任何人員聯絡，包括選手席、牛棚及球場上之任何人員，違者將驅逐出場。
- (四)球隊比賽時，應穿著整齊、號碼清晰、有鄉鎮名稱之球衣比賽。
- (三)贊助者之名稱或標誌允許於球衣及夾克左袖上縫（印），其總面積不得超過120平方公分、球帽及頭盔於左側不得超過4平方公分，其他比賽服裝或護具不得標示（製造商商標不在此限），否則應予以遮蓋或摘拆。
- (三)為提昇學生棒球精神，學校球隊服裝應力求整齊劃一，球衣（含內衣，不得為白色）樣式、顏色、長短一致，球褲之穿著應露出吊襪，且拉至膝下，比賽中進出場應快速奔跑。
- (三)捕手護具須自備，並合乎標準（護耳頭盔、面罩、護喉、護胸、護襠及護腿），預備捕手亦應配戴頭盔及面罩；擊球員、跑壘員及壘指導員（若為球員）均須戴安全帽（安全帽請採用雙耳並附安全帶之規格）。如缺任何乙項，大會將警告卅次，第卅次得將總教練驅逐出場。
- (三)球場內嚴禁教練及球員飲酒（或含酒精之飲料）、吸菸、嚼菸草、嚼檳榔及啃食瓜子，違者警告卅次，第卅次將驅逐出場。





- (㉓)球隊如有任何一場棄權，除取消該隊已賽成績及繼續比賽資格外，並提報本會技術委員會議處。
- (㉔)比賽中不得有欺騙行為，違者裁判員應予以嚴重議處。
- (㉕)球隊於比賽期間，如有嚴重違背運動精神行為者，將提報本會技術委員會議處。
- (㉖)若總教練、教練或球員被驅逐出場或遭到禁賽，則必須立即離場，不得留在場內或坐於看台上，亦不得於下一場比賽出賽，同時不得在場觀看被禁賽之場次。
- (㉗)領隊及教練應督促球員珍惜球場草皮及環境，無論練習或比賽，儘量勿踐踏草皮。並於賽後柙分鐘內將選手席收拾整齊且離開，以利下一場比賽之球隊進入。
- (㉘)凡比賽時發生棒球規則或本規程無明文規定之問題，由大會召集競賽組及裁判組會商決定之，其判決即為終結。

## 第八條 申訴

- (一)比賽中：認為裁判之判決違反規則、規則詮釋錯誤、不合格投手、隊職員、不合規格用具之使用及其他……等。
- (二)申 訴：有有關競賽上所發生之問題。(若申訴成立時，則比賽以當時狀況發生之情況繼續比賽)

## 第九條

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。

## 比賽時間表：

參加隊伍：

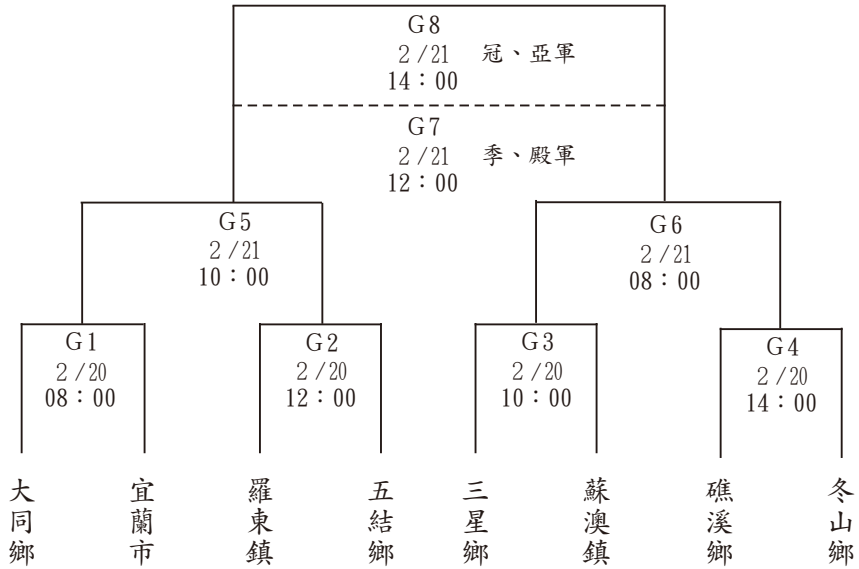
- |        |        |        |        |
|--------|--------|--------|--------|
| 1. 大同鄉 | 2. 宜蘭市 | 3. 羅東鎮 | 4. 五結鄉 |
| 5. 三星鄉 | 6. 蘇澳鎮 | 7. 礁溪鄉 | 8. 冬山鄉 |

日期	場次	時間	比賽隊伍	成 績	備註
2月20日 (六)	G1	08:00	大同鄉－宜蘭市	:	
	G2	10:00	三星鄉－蘇澳鎮	:	
	G3	12:00	羅東鎮－五結鄉	:	
	G4	14:00	礁溪鄉－冬山鄉	:	
2月21日 (日)	G5	08:00	G2勝－G4勝	:	
	G6	10:00	G1勝－G3勝	:	
	G7	12:00	G5敗－G6敗	:	
	G8	14:00	G5勝－G6勝	:	

◎本次比賽請於開賽前30分鐘至大會繳交球員證件及攻守名單，並猜攻守如未到之球隊將由已到球隊優先決定攻守，未到之球隊不得有異議。



# 棒球比賽賽程表



# 各單位參加棒球比賽職、隊員名單

## 一、三星鄉

△領隊：張金晃      總教練：林聖淵      教練：廖宇翔

管理：溫軒宇

男隊員：廖宇翔	溫軒宇	宋狄杰	黃郁翔	黃郁倫	林頁齊
林頌翰	林志穎	張祐承	林家敬	陳奕承	張建凱
張志豪	徐哲民	林暉辰	葉宇林	潘世傑	李明倫
沈育桓	劉宇軒				

## 二、大同鄉

△領隊：劉智勇      教練：林懷恩      翁承皓      管理：陳智德

男隊員：施辰宇	林正偉	王瑞智	林喬璽	林棧呈	劉太煦
張泰宇	何子棋	許宗聖	吳家祥	林耀祖	許宗瑋
吳夢傑	偕俊昇	王俊賢	陳智仁	鍾翔	陳子洋
李俊橙	張啟政				

## 三、五結鄉

△領隊：吳炳煌      管理：吳敏惠      教練：張銘益      何國忠

男隊員：吳炳煌	張銘益	陳柏勛	林韋辰	林立浩	簡振銘
李明治	李昱維	楊順琛	陳春田	林銘震	黃偉倫
黃泯禎	黃文家	林建志	邱俊智	蕭培鈞	林子軒

## 四、冬山鄉

△領隊：蕭明智      管理：徐信裕      教練：黃家健      江立銘

男隊員：沈仲文	陳建雄	陳駿睿	徐宇杰	李育航	黃家健
張益碩	江立銘	高任炫	曾昱豪	陳柏榕	林智翔
黃宇宙	王濬彥	林立典	李藍浩	黃冬緯	陳立恩



林玟廉 沈家瀚

## 五、宜蘭市

△領隊兼選手：林耕鵬 教練兼選手：黃高俊

男隊員：張毓晏 林枕翰 王俊明 陳育祈 林善敦 萬筱帆  
林濤鈞 吳家良 黃文昌 王淦瑋 林明璋 陳奕翰  
林宏益 張宏誌 張威方 黃立宇 鄭偉廷 許志成

## 六、礁溪鄉

△領隊：游按盧 指導：林進發 管理：林德龍

教練：陳智偉 隊長：張家瑋

男隊員：張家瑋 賴宏憲 吳俊毓 柳捷歲 游楹銓 陸俊豪  
陳柏豪 林嘉銘 莊柏鈞 連軒儂 連軒逸 呂靖平  
鄭有宸 尤文志 吳昇峰 謝志揚 陳聖凱 黃國訓  
林祐嘉 鐘永杰

## 七、羅東鎮

△領隊：許志賢 教練：游志鴻 林柏叡 管理：許芮甄

男隊員：黃彥儒 范育銘 許芮豪 張育睿 陳秋晉 陳威豪  
李咏潯 李冠諺 吳峻宏 陳喆睿 連健宇 林書恆  
曾明圓 劉耀庭 劉品睿 吳明勳 黃奕軒 許芮銘

## 八、蘇澳鎮

△領隊：何建國 教練：林閔裕

男隊員：楊得煥 張展銘 陳茂瑋 陳立憲 李祥梵 林冠霆  
陳振豪 林廷諭 林廷諳 張恩哲 張文衡 陳威宇  
池明軒 許喆勛 曹瀚濃 許士沅 曾培宸 沈東昇  
李品叡 林裕軒



# 高爾夫

比賽時間：110年3月13日08：00起

比賽地點：礁溪高爾夫球場

## 高爾夫委員會

主任委員：徐讚宗

副主任委員：蘇芷萍

委員：林健朗 李文龍 陳澤鵬 林文傑 陳衍銘 方錦龍  
張阿順 陳定國 楊燦章 王文福 劉健仁 簡華揚  
張清源 廖健勝 郭文賢 張錦煌 黃振東

## 高爾夫審判委員會

召集人：徐讚宗

審判委員：李國生 馬建豐 林健朗 楊燦章 謝仲文 蔡招讚

裁判長：林國棟

裁判：馬建豐 林健朗 楊燦章 謝仲文 黃振東 郭文賢  
蔡進益

# 高爾夫競賽規程

- 一、比賽日期：110年3月13日（星期六）
- 二、比賽時間：上午8時00分（7時30分前於大廳報到處辦理報到）
- 三、比賽場地：礁溪高爾夫球場

## 第二條 競賽項目

分男子團體組及個人組、女子團體組及個人組。

## 第二條 選手參賽資格：

- (一)年齡規定：年滿十四歲以上（民國97年3月13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）。
- (三)參賽證明：選手應帶身分證、學生證駕照或有照片之身分證明等證件參賽。
- (四)參賽選手應由參賽單位遴選，取得參賽資格，並應經公私立綜合醫院檢查，由參賽單位認可參加劇烈運動競賽者，由該選手親自填妥本賽會選手保證書，未滿十八歲之選手，保證書務必由家長或監護人同意簽章。

## 第三條 報名人數規定：

- (一)每單位註冊選手男子以八人（二隊）為限，女子以四人為限。
- (二)職業球員及報名參加職業球員甄試之業餘球員不得報名。

## 第四條 比賽制度 一天十八洞總桿賽。

## 第五條 成績計分方式

- (一)採無差點總桿計分法。
- (二)團體比賽：以各單位一天十八洞男子隊前三名、女子隊前三名



之總桿數多寡判定之，依本競賽規程總則錄取。如總桿數相同，則以男子隊最佳三人、女子隊最佳三人之總和從記分卡第十八洞起逐洞向前推算決定之；但各單位競賽人數男子隊三人以下、女子隊三人以下者不計算團體成績。

(三)個人名次：如個人成績相同，以記分卡第十八洞起逐洞向前推算決定之。

## 第六條 比賽細則

(一)各選手應於編組表出發時間二十分鐘前出示選手証向發球臺報到，逾時以棄權論，不得延後出賽。

(二)記分卡採個人互記法，賽後各自簽名後交回記錄組。

(三)同隊選手必須穿著同一顏色、款式整齊的服裝，教練間也必須一致，但款式可有別於選手。

(四)所有裝飾物品、珠寶等均不許在比賽中配戴。

## 第七條 比賽規則

採用中華民國高爾夫協會最新修訂2019年1月出版之R&A USGA高爾夫規則。糾紛以審判委員會之判定，視為最後判決。

## 第八條 比賽用球、器材的規定：

所有競賽場地器材、設備及用球均須符合國際高爾夫總會規則之規定。

## 第九條 獎勵：

(一)依據110年宜蘭縣運動會競賽規程總則第七條第一目之規定辦理。

(二)比賽頒獎地點另行通知。

## 第十條：

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。



# 各單位參加高爾夫比賽職、隊員名單

## 一、三星鄉

△領隊：廖培鈞

男隊員：廖培鈞 呂宏梧 林志鴻 朱文耕

女隊員：廖康妍 邱明莉

## 二、五結鄉

△教練：陳朝陽 管理：田香蘭

男隊員：林燈科 黃國鋒 黃承瀚 郭傳良 黃春風 歐 洋

林接龍 呂傳澤

## 三、冬山鄉

△領隊：黃正安

男隊員：張怡文 郭智明 林振茂 陳清元

女隊員：陳英花

## 四、壯圍鄉

△教練：詹旺彬

男隊員：林明添 張清源 王朝春 鄭東台

## 五、宜蘭市

△領隊：賴美伶

男隊員：林登勝 黃春煥 李熙文 林文傑

女隊員：張瑞娟 賴美伶 許淑敏

## 六、員山鄉



△領隊：張錦煌      教練：蔡進益      管理：林尚品  
男隊員：徐讚宗      林基財      林建成      吳長春      邱文龍

## 七、頭城鎮

△領隊：李世田  
男隊員：李世田      林德華      陳      瑋      沈誠忠

## 八、礁溪鄉

△領隊：李貴發      教練：林山雄  
男隊員：林宏遠      吳茂生      簡成斌      林萬益

## 九、羅東鎮

△領隊：許金鎰  
男隊員：李冠男      陳志光      林春豪      黃鈺睿      張童凱      俞任維  
汪銘祥      邱逸揚  
女隊員：林麗雲      陳靖淇      陳宜君





# 足 球

比賽時間：110年2月21、27、28日

比賽地點：宜蘭高中足球場

## 足球委員會

主任委員：方錦龍

副主任委員：林湧成 王 垠 方浩次 李思靈 張以方

顧問：陳倉富

委員：陳澄芳 蘇芳哲 王伯榮 李耀斌 楊勝仁 王明仁

廖文柄 陳志言 林耿永 游銘訓 許世正 賴振富

楊 杰 林育如 楊勝苑 曾介文 黃師民 楊德權

游建誠 郭培圻 黃春煥 徐德忠 林宏程 賴文典

李秉豐 李信德 黃武雄 林尚德

總幹事：林文郁

副總幹事：林蓬興

競賽組組長：黃銘祥

副組長：戴伸亦

裁判組組長：李宗穎

副組長：高榮芳

訓練組組長：黃瑋儀

副組長：陳奕宏

總務組組長：游圳仁

場地組組長：薩宜軍

副組長：陳宇倫

## 足球審判委員會

召集人：方錦龍

委員：蘇芳哲 楊勝苑 李耀斌 賴振富 林文郁 曾介文

裁判長：楊勝苑

裁判員：曾介文 盧燕鈴 林振基 游壹鈞 郭家豪 蔡維晉

游銘訓 李育瑋 游圳仁 余國輝 高榮芳 陳亮辰

陳信全 王 婕 莊哲宜 陳家豪 黃琦瑞 陳明彥

蘇喜安



# 足球競賽規程

一、比賽日期：110年2月21、27、28日

二、比賽地點：宜蘭高中足球場

第一條 足球競賽項目：

(一)男子足球

(二)女子足球

第二條 參賽選手資格

(一)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)。

(二)年齡規定：依國際賽會規則之年齡規定，並訂定於各競賽種類技術手冊內。

(三)參賽證明：選手請攜帶身分證、學生證、駕照或有照片之身分證明等證件參賽。

(四)參賽選手應由參賽單位遴選，取得參賽資格，並應經公私立綜合醫院檢查，由參賽單位認可參加劇烈運動競賽者，由該選手親自填妥本賽會選手保證書，未滿18歲之選手，保證書務必由家長或監護人同意簽章。

(四)參賽限制：每一選手以參加二種競賽種類為限。

第三條 選手參賽年齡

(一)男子年滿十五歲以上(民國95年2月20日以前出生)。

(二)女子年滿十三歲以上(民國97年2月20日以前出生)。

第四條 報名人數規定：

每參賽單位註冊選手人數男子20人，女子20人；設領隊1人、隊職



員 3 人。

#### 第五條 比賽制度：

視報名隊多寡於抽籤時決定，108年宜蘭縣運動會前 4 名隊伍為種子隊。

#### 第六條 比賽細則：

- (一)採用中華民國足球協會審定公佈最新足球規則。
- (二)每場比賽時間為九十分鐘，分上下兩半場，中間休息十分鐘。
- (三)與賽各隊應準備兩套球衣，賽程排在前者著深色球衣，在後者著淺色球衣，若裁判執法上仍無法辨識時，排名後者需自動更換球衣。其餘依據總則第九條第八款規定辦理。
- (四)凡在本次比賽中，如遇二次黃牌(不同場)被警告之隊職員，應自動停賽一場，再黃牌警告時，則再停賽一場。
- (五)凡在比賽中被裁判判罰出場之隊職員，應停止參加下一場比賽資格，又被黃牌警告時，則應再停賽一場，情形嚴重者送審判委員會議處。
- (六)賽程排名在前者，球隊休息區(球員席)位於紀錄台面向球場左側位置，並遵守足球規則『技術區域條款』之規定，尊重裁判的執法，配合第四裁判的管理，球隊教練團應有義務協同大會工作人員共同管控該區秩序。
- (七)主辦單位有權決定因天氣、場地及不可抗拒之外力因素臨時更換比賽場地及日期。
- (八)因故於規定比賽時間十分鐘未出場比賽之球隊以棄權論，取消其繼續比賽及受獎資格(已賽成績不予計算)。
- (九)每場比賽開始前，每隊必須提出最多 9 人之替補名單，比賽期間可替換 3 人，惟離場球員不得再行上場，當比賽進入加時比賽時，便可多加一名額外替補球員換人名額(無論球隊是否已用盡了正式比賽時的法定替補名額)，未列入替補選手名單者不得出賽。





(十)比賽期間如遇球員互毆或毆打對隊職隊員或辱罵(毆打)裁判情事,除停止該球員全程比賽外,並送審判委員會議處;情形嚴重者,送交法辦。

(土)名次判別:

1.循環賽:

(1)勝一場得三分,和局各得一分,敗一場0分,以積分多寡判定之。

(2)如兩隊積分相同時,以勝隊為勝;如兩隊和局,則以該循環賽中勝負球數之差判別之,如勝負球數之差相等,以勝球數多者為先,如再相等則以抽籤決定。

(3)如兩隊以上積分相同時,則以相關球隊勝負球數之差判別之,如勝負球數之差相等,以勝球數多者為先,如再相等則以全部循環賽中勝負球數之差判別之,如勝負球數之差相等,以勝球數多者為先,如再相等時則以抽籤決定之。

2.淘汰賽:

準決賽及冠亞軍比賽如和局,應休息五分鐘後延長比賽(時間為30分鐘),如仍無勝負,以踢罰球點球決定勝負,其餘場次比賽如和局,直接以踢罰球點球決定勝負。

第七條 比賽用球:

採用中華民國足球協會指定認可之比賽用球。

第八條 申訴:

所有申訴案件依據競賽規程總則第十條之規定辦理。

第九條 獎勵:

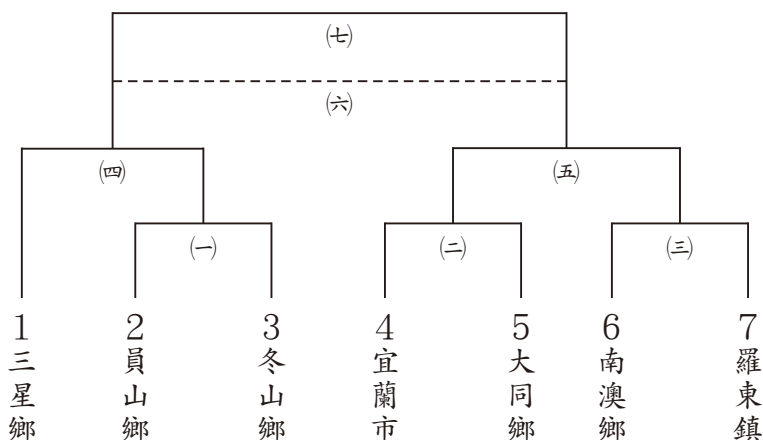
依據競賽規程總則第七條之規定辦理,決賽後立即頒獎。

第十條:

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施,修正時亦同。

# 足球比賽賽程表

※108年縣運第一名三星鄉佔1號籤，第四名員山鄉2號籤，第二名宜蘭市4號籤，第三名南澳鄉6號籤，其餘鄉鎮抽3、5、7籤  
 ※比賽場地宜蘭高中。



日期	星期	場次	時間	比賽球隊	成績	場地
2月21日	日	(一)	12:00	員山鄉—冬山鄉	:	宜蘭高中
2月21日	日	(二)	13:50	宜蘭市—大同鄉	:	宜蘭高中
2月21日	日	(三)	15:40	南澳鄉—羅東鎮	:	宜蘭高中
2月27日	六	(四)	13:00	三星鄉—(一)勝	:	宜蘭高中
2月27日	六	(五)	15:00	(二)勝—(三)勝	:	宜蘭高中
2月28日	日	(六)	13:00	(四)敗—(五)敗	:	宜蘭高中
2月28日	日	(七)	15:00	(四)勝—(五)勝	:	宜蘭高中



# 各單位參加足球比賽職、隊員名單

## 一、三星鄉

△領隊：范期勳      幹事：藍宏傑      管理：林璟棠

總教練：張錦祥      教練：李宗穎      張健珈

隊長：簡國丞

男隊員：簡國丞    陳奕宏    陳宇倫    楊志翔    黃士源    游竣宇  
          游培育    楊哲愷    藍國豪    王 軒    藍國華    邱韋豪  
          張濤庭    游城育    簡璦宏    黃春發    陳振華    黃春銘  
          廖彥霆    洪佑安

## 二、大同鄉

△領隊：趙博文      教練：林喬郡    林喬璽      管理：陳漢民

男隊員：廖詠華    鐘瑞晞    李恩祈    余漢宗    李仕傑    楊少謙

          梁凱傑    陳乃聖    古 鑫    賴凱鑫    嘎洛·苡籟

          俞政廷    陳智德    賴宇軒    方浩次    藍天宏    林立杰

          韋勝杰    林喬森

## 三、冬山鄉

△領隊：李錦煌      教練：呂明達    莊佳華      管理：黃秋萍

男隊員：黃溫華    林家民    黃柏勳    潘贛賢    劉昱杰    黃威智

          林哲安    謝黃安    楊孟哲    羅劭宇    蕭越輝    蕭宗銘

          劉泳陞    劉泳賦    林致群    林昱安    武翊辰    武柏任

          雷君麟    蕭琦祐

## 四、宜蘭市

△領隊：李溫良      教練：林蓬興    林富添      管理：詹慧齡



男隊員：黃瑋儀	王健文	李望興	余哲豪	施靖堂	郭偉奕
張約翰	林廷宇	林子軒	游承叡	王子群	劉展承
黃正宇	盧世賓	游耀興	王駿	徐士芳	林奕廷
李宗峰	林昶睿				

## 五、南澳鄉

△領隊：蘇哲堯	教練兼管理：葉雅昊				
男隊員：鐘若文	廣治賢	廖正華	林文勇	江俊	沈哲旭
江宜南	薩宜軍	李龍少	陳子君	蔡祥恩	黎林
沈嘉瑋	仲麟	林憲忠	劉煒國	游建豪	韋佳明
韋宇	黃少奇				

## 六、員山鄉

△領隊：李友勝	教練：林永和	管理：邱任逸			
男隊員：李家緯	李宗陽	楊智傑	黃泊皓	李孟霖	楊智恆
施郁元	邱任逸	黃逸韋	彭宏偉	陳柏穠	張育承
羅立皓	羅立棠	黃擇為	莊捷恩	黃守富	邱一晨
黃兆玄	林哲誼				

## 七、羅東鎮

△教練：劉佩齡	領隊：楊添州				
男隊員：黃建凱	吳明光	劉秉岳	林游煌	林沛勳	朱哲平
謝宗謀	賴大偉				



# 橄欖球

比賽時間：110 年 2 月 21 日

比賽地點：羅東運動公園橄欖球場

## 橄欖球委員會

榮譽主任委員：林明達

主任委員：游本超

副主任委員：陳鳳陳 賴錫昌

委員：林武宗 邱連芳 羅振隆 張新鐵 藍錫勳 楊永樑

嚴慶文 林顯呈 何清泉 朱偉豐 王遠明 何建東

林智偉 賴文男 林峰良 曾文維

總幹事：楊永宏

副總幹事：黃正國

副總幹事：江俊霖

競賽組：黃照雄

場地組：劉文仁

裁判組：曹校章

總務組：賴錫昌

訓練組：林培賢

公關組：林智偉

醫護組：賴文男

## 橄欖球審判委員會

裁判：林培賢 江俊霖 張正騏 劉文仁 陳煌志 黃照雄

張正堯 潘騏瑞 李智翔 林律佑 嚴慶文 黃正國

朱良哲





# 橄欖球競賽規程

- 一、比賽日期：110年2月21日
- 二、比賽地點：羅東運動公園橄欖球場

## 第一條、選手參賽資格：

- (一)男子年滿十三足歲以上四十五足歲以下（民國65年2月21日以後至民國97年2月21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）。

## 第二條 報名人數規定

每單位祇准參加男子一隊，註冊選手以二十六人為限（七人制比賽中之十二位選手於領隊會議提名確認，每場比賽前十位選手將再被確認）。僅參加七人制比賽的單位只能報名十二名，凡報名二十六名者須參加二項）。

## 第三條 比賽制度

### (一)七人制比賽：

- 1.採分組循環預賽，分組冠、亞軍再交叉決賽，取一、二、三、四名，分組季、殿軍，交叉決賽取五、六、七、八名。
- 2.預賽上、下半場各七分鐘，中場休息一分鐘；冠、亞、季、殿決賽上下半場各十分鐘，中場休息二分鐘。
- 3.循環預賽計分方式：勝一場得積分2分，和場各得1分，負場得0分，以積分多寡判定名次。兩隊或兩隊以上積分相同





時以「該兩隊比賽勝者為勝」如無法分勝負則以「總得分扣除總失分勝者為勝」，再無法分勝負則以「達陣數多者為勝」，再無法分勝負則以「達陣後攻門成功數多者為勝」，若仍無法分勝負，則以「抽籤」決定勝負。

4. 5 隊以下則採循環賽制。

(二)十五人制：

1. 採單淘汰賽，上、下半場各 20 分鐘。
2. 各場比賽賽和時，延長上、下半場各 5 分鐘。（重新選邊），如延長賽兩隊仍不分勝負，則以抽籤決定勝負。

#### 第四條 比賽規定：

- (一)種子隊：以 108 年宜蘭縣運動會各該種運動之優勝隊伍為種子隊
- (二)比賽日程抽籤後，不得請求更改。
- (三)參賽選手逾比賽時間五分鐘不出場者，以棄權論。
- (三)不服從裁判員及裁判長之判決及不遵守大會規定者，得取消其比賽資格。

#### 第五條、比賽規則：

採用中華民國橄欖球協會訂定之最新規定。

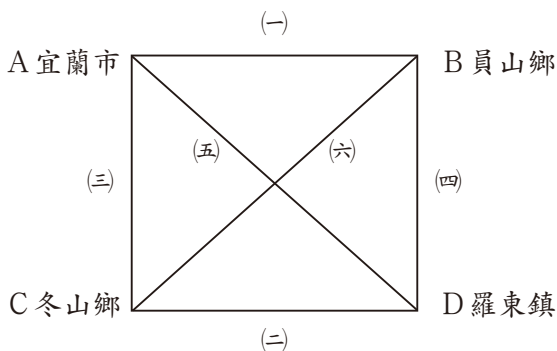
#### 第六條、比賽用球：

採用中華民國橄欖球協會指定認可之比賽用球。

#### 第七條

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。

# 橄欖球比賽賽程表



場次	隊伍		VS	隊伍	
1	A	宜蘭市	VS	B	員山鄉
2	C	冬山鄉	VS	D	羅東鎮
3	A	宜蘭市	VS	C	冬山鄉
4	B	員山鄉	VS	D	羅東鎮
5	A	宜蘭市	VS	D	羅東鎮
6	B	員山鄉	VS	C	冬山鄉



# 各單位參加橄欖球比賽職、隊員名單

## 一、冬山鄉

△管理：陳少均      指導：張正麒  
男隊員：王以諾    林永翔    李思毅    游騰煌    林祺峰    吳南毅  
              黃義庭    黃鈺翔    井昊智    吳彥廷    陳廣勝    周柏瑋

## 二、宜蘭市

△領隊：藍錫勳      教練：林聖智      管理兼教練：林子翔  
管理：謝民華  
男隊員：黃聖皓    林子宸    黃丞玄    李冠翰    黃柏豪    趙崧廷  
              李冠霖    朱曜逸    黃裕閔    姚文軒    藍家玄    藍家凡  
              林東佑    陳彥均    宋祐誠    王瑞佑    周群豫    陳昶恩  
              李昀澤

## 三、員山鄉

△領隊：林智偉      教練：劉文仁      管理：江俊霖  
教練兼管理：許賀竣  
男隊員：林俊成    簡偉庭    簡辰恩    李育琦    林琮誼    楊坤霖  
              袁睿梧    陳俊仁    江至為    林柏勳    江增彥    林俊丞  
              張鎔浩    吳君昊    張楷泓    江家銘    潘建鴻    呂學鴻  
              張閔彥    簡胤翔    吳鈞皓

## 四、羅東鎮

△領隊：何建東      管理：方士源      教練：郭昭震  
男隊員：陳柏宇    陳  鈞    葉偉祥    陳禹僑    邱莆升    林宜新  
              江丞育    簡軍佑    游宇威    劉庭偉    徐滄睿    李旻謙



# 保齡球

比賽時間：110年3月13、14日  
110年3月20、21日  
比賽地點：歐洲保齡球館

## 保齡球委員會

主任委員：周勇吉  
委員：林寶春 游國興 李柏璇 林政賢 施純材 余家翹  
總幹事：游文瑞  
競賽組：張巍耀 林瓊如 張瑋如 游敏玲  
裁判組：林子智 高正吉 林珞攸 吳偉銘 曾廣雄 林淑慧  
會務組：游文志

## 保齡球審判委員會

召集人：周勇吉  
總幹事：游文瑞  
審判委員：林寶春 游國興 李柏璇 林政賢 施純材 余家翹  
裁判長：林子智  
裁判：吳偉銘 林珞攸  
助理裁判：游文志 游敏玲 陳逸晏 陳沛恩



# 保齡球競賽規程

一、比賽日期：110年3月13日09:00，3月14日08:00女子組  
110年3月20日09:00，3月21日08:00男子組

二、比賽地點：歐洲保齡球館

## 第一條 保齡球競賽項目

男子與女子均為下列項目：

(一)個人賽	(四)團體賽
(二)雙人賽	(五)全項
(三)參人賽	(六)盟主賽

## 第二條 選手參賽資格：

- (一)年滿十三歲以上（民國97年3月12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

每單位註冊男、女選手人數各以6人為限。

## 第四條 比賽規定

- (一)選手在參賽中，應遵守競賽規則，並服從裁判之判決，不得干涉及妨礙其決定，遲到報到之選手者，則依同場比賽中完成最多之格數起計算成績。
- (二)比賽中只准1只球放置球道上使用，惟如交換球使用時，應向裁判員報備後，始得交換使用。
- (三)選手進入選手區域內時，除比賽用球外，不得帶入任何物品，並禁止飲用含有酒精之飲料、吸煙等，並不得無故擅自離開賽



場。

- (四)比賽不開越線燈，踩犯規線，投球以拋物線方式該格0分計算
- (五)比賽用球：依世界十瓶保齡球總會比賽規則辦理。
- (六)每1局賽畢須在成績表上簽名，予以確認，否則成績不予認定
- (七)總分算出後請參賽者自行核對分數，若無意見宣佈頒獎起不得更改。

## 第五條 比賽細則

- (一)盟主賽依全項（個人賽、雙人賽、參人賽、團體賽24局總分）取男、女前8名（同一鄉鎮最多男、女各2名）。依最高分球員對抗最低分球員，次高分球員對抗次低分球員之組合（第一回合比賽1-8，2-7，3-6，4-5）（第二回合比賽1-4，2-3），選手球道分配由大會抽籤決定，進行1局1/4、1/2對半決賽及決賽，優勝取1~2名，分數高低取盟主3~6名。
- (二)隊長或指導必須在大會公布時間內向大會提交該項比賽球員名單及次序單，出賽單及次序單一經提出不得要求更改，所有球員在該場比賽，非經許可不得離開比賽場地。
- (三)比賽球道之分配，於比賽當天領隊會議時抽籤決定之。
- (四)參加比賽選手服裝，男女球員一律不准穿著短褲（女性可）、牛仔褲、腰圍或褲管有鬆緊帶之長褲及將襪子外穿在褲管上，女性球員可穿著半長褲及褲裙，所有參賽男、女球員穿著之保齡球服裝應為運動服、POLO衫，以莊重舒適為原則。
- (五)各單位應派員駐在會場，隨時與大會聯繫，並注意大會公布事項，俾配合比賽進行。
- (六)個人賽、雙人賽、前三名均為同縣市時，需讓出第三名。
- (七)各場次比賽若同分均以高低分差少者決定勝負，盟主賽同分打1球決定勝負。

## 第六條 比賽規則



- (一)採用中華民國保齡球協會所頒布最新規則。
- (二)規則中修改未盡事宜，由審判委員會決議通過。

#### 第七條 獎勵：

績優個人及團隊獎，依實際參賽隊(人)數，按下列名額錄取。

- (一)3 隊 (人) 錄取 1 名。
- (二)4 隊 (人) 錄取 2 名。
- (三)5 隊 (人) 錄取 3 名。
- (四)6 隊 (人) 錄取 4 名。
- (五)7 隊 (人) 錄取 5 名。
- (六)8 隊 (人) 錄取 6 名。
- (七)9 隊 (人) 錄取 7 名。
- (八)10 隊 (人) 以上錄取 8 名。

#### 第八條、其他：

- (一)各場次競賽後立即頒獎，錄取前 3 名頒發獎牌，其它獎勵依照各鄉鎮市公所規定辦理。
- (二)領隊會議：3 月 12 日 (五) 19：30。地點：歐洲保齡球館。

#### 第九條：

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。





## 保齡球比賽賽程表

日期	競賽時間	競賽項目
3月12日(五)	19:30~20:30	領隊會議
3月13日(六)女子組 3月20日(六)男子組	09:00~12:00	個人賽
	12:00~12:20	個人賽頒獎
	12:50~16:00	雙人賽
	16:00~16:20	雙人賽頒獎
3月14日(日)女子組 3月21日(日)男子組	08:00~12:00	三人賽
	12:00~12:20	三人賽頒獎
	12:50~16:00	團體賽
	16:00~16:20	團體賽頒獎
	16:20~17:00	盟主賽
	17:00~17:20	盟主賽頒獎



# 各單位參加保齡球比賽職、隊員名單

## 一、五結鄉

△教練：蘇陳美

男隊員：林橋桁 柯東霖 林頌恩 郭偉聰

## 二、冬山鄉

△教練：林立晨

男隊員：黃冠文 張鈞堡 許宇軒 李至恩

## 三、壯圍鄉

△領隊：黃堂逢 吳建昌 教練：林文政 林奕瑄

管理：陳逸順 江東哲

男隊員：林政賢 何建輝 詹勝皓 賴明鴻 林新峰 林珀全

女隊員：張宇璇 張家瑜 陳詩云 林思瑜 林香諭 林思如

## 四、宜蘭市

△領隊：賴君媛 教練：黃建嵐 管理：鄧凱倫

男隊員：陳羿廷 張佳緯 黃志亮 劉弘偉 李順澤 游定陳

女隊員：高惠真 林麗玉 李柏璇 林盈婕 吳沛恩 林淑慧

## 五、員山鄉

△領隊：呂文賢 教練：施純材 管理：吳靜如

指導：林建宏

男隊員：游啓展 秦金春 林玉麒 莊世豐 楊世鳴 林豪傑

## 六、頭城鎮

△領隊：游國興 游國慶 教練：游志龍 張巍耀



男隊員：劉家魁 游皓翔 劉哲龍 林信義 蔡明耕 林志隆  
女隊員：林秋鳳 游佳蕙 張瑋如

## 七、礁溪鄉

△領隊：林德龍 李佳鈴 教練：林珞攸 林萬寶  
管理：林凱威 李婉菁  
隊長：王彥尊 林寶春  
男隊員：莊凱鈞 吳木村 葉鎮嘉 阮守致 呂曉偉 王彥尊  
女隊員：林寶春 吳芳洧 翁詩涵 林珈慶 鍾子涵 李聿雲

## 八、羅東鎮

△領隊：吳明勳 林素儒 教練：邱永程 余敏菱  
男隊員：王中華 張豐欽 張育傑 林典鴻 潘煒智 黃子恆  
女隊員：余家翹 林瓊如 官寶蓮 李晨瑀 許閩軒 林淑君

## 九、蘇澳鎮

△領隊：李明哲  
男隊員：張任智



# 撞 球

比賽時間：110年5月1－2日10:00起

比賽地點：球 匠 撞 球 運 動 館

## 撞球委員會委員及幹事部

委 員：林孝賢 李至中 陳瑋晟 林曰麒 李至正 陳 毅  
朱申騰

總 幹 事：林振源

幹 事：林子忻

裁 判 組：陳宥達

財 務 組：曾奕昌

## 撞球審判委員會

審 判 長：林孝賢

裁 判 長：陳宥達

裁 判 組：陳愛雲 陳忠郁 黃俊凱 林曰麒 張文翔 曾榮峰  
陳宥達

# 撞球競賽規程

- 一、比賽日期：110年5月1－2日（比賽時間：10時），共計2日
- 二、比賽地點：宜蘭市球匠撞球運動館（宜蘭市復興路一段102號）

## 第一條 比賽項目：

(一)九號球個人賽 (二)九號球雙人賽

(三)預定賽程表如附件一

## 第二條 參加辦法

(一)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）。

(二)年齡規定：依國際賽會規則之年齡規定，並訂定於各競賽種類技術手冊內。

(三)註冊人數：每單位選手註冊以10人為限，名單須與比賽人員相同。

## 第三條 比賽辦法

(一)比賽規則：比賽採用世界撞球總會世界花式撞球協會規則，如有未盡事宜將依審判委員會議決議處理。

(二)比賽制度：

- 1.預賽賽程視報名隊數人員而定。
- 2.自8強賽起採取單敗制，3至8名皆須附加名次賽，名次不得並列
- 3.本次比賽全部採輪流衝球制，9號球個人賽預賽搶7局（雙人賽，女子選手預賽搶6局，並由女子選手先予開球（雙人賽比照男子組原比賽局數相同）。



4. 比賽各桌均採用排球紙衝球。
5. 成績記分：取前 6 名，按 7、5、4、3、2、1 計分，以累積總分最多之單位獲得錦標。

(三) 比賽規定：

1. 為使賽程順利進行，各場比賽皆須於規定時間內結束（2 小時），未能於規定時間內結束之比賽將由大會沒收，並於比賽時間結束當時之比數判定勝負。同一時段所有比賽皆同時結束，由大會統一發布開始、結束之信號。
2. 比賽之選手必須在比賽前 30 分鐘辦理報到、檢錄。
3. 各隊出賽選手服裝須具備各單位的識別字樣或圖案。
4. 比賽進行中，選手不得嚼檳榔或抽煙。
5. 比賽進行中，發生爭議時，以大會裁判長裁定之。
6. 不服裁判員及裁判長之判決及不遵守大會規定者，取消其比賽資格。

(四) 器材設備

1. 所有競賽場地器材於設備均符合國際撞球總會規則之規定。
2. 器材檢定時間：於比賽時間在比賽場地檢定外，餘均依撞球規則辦理。

(五) 警務管制：運動禁藥檢測：依據 103 年宜蘭縣運動會競賽規程規定辦理。

(六) 技術人員

1. 裁判人員：裁判長由宜蘭縣撞球委員會會商聘請，裁判員由宜蘭撞球委員會就縣市級以上裁判資格中推薦，由委員會聘任。
2. 審判委員：審判委員共 5 人，召集人由宜蘭縣撞球委員會遴派，其中必須包含承辦單位至少 1 人。
3. 申訴：所有申訴案件依據 110 年宜蘭縣運動會競賽規程相關規定辦理。



(七)獎勵：

決賽後立即頒獎，接受頒獎者必須穿著該單位代表隊制服。

第四條 會議

- (一)技術會議：訂於110年4月30日（星期五）下午2時整；  
在球匠撞球運動館（宜蘭市復興路一段102號）
- (二)裁判會議：訂於110年4月30日（星期五）下午3時整；  
在球匠撞球運動館（宜蘭市復興路一段102號）

第五條

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。

## 撞球比賽賽程表

日期	競賽時間	競賽項目
5月1日	09:00~09:30	裁判及工作人員報到
	09:30~10:00	鄉鎮報到與選手點錄
	10:00~18:00	9號球個人單打比賽
	12:00~13:00	中午用餐及休息
5月2日	09:00~09:30	裁判及工作人員報到
	09:30~10:00	鄉鎮報到與選手點錄
	10:00~18:00	9號球雙人賽
	12:00~13:00	中午用餐及休息
	18:00~18:30	頒獎及閉幕典禮



# 各單位參加撞球比賽職、隊員名單

## 一、五結鄉

△領隊：劉沛良

男隊員：劉沛良

## 二、冬山鄉

△男隊員：黃進富 黃建智

## 三、壯圍鄉

△男隊員：林祈翰

## 四、宜蘭市

△領隊：吳俊江

教練：林振源

管理：游承勛

男隊員：李至中

廖軒丞 李子昀

李振嘉 許名頡 游政軒

張清俊

李至正 游僑偉

吳釗漢

## 五、員山鄉

△領隊：李國煒

教練：許文彥

管理：游碧筠

男隊員：李國煒

許文彥 曾奕昌

吳漢庭 林彤綻 程傳昇

游晉誠

張志偉 謝文凱

女隊員：游碧筠

## 六、礁溪鄉

△領隊：黃家瑋

教練：黃仁一

男隊員：黃家駿

陳銘翰 陳毅信 陳毅樊

女隊員：黃盈瑄





## 七、羅東鎮

△教練：謝尚諭

男隊員：謝尚諭 盧乙坤 易景霖 柯志明 林奇汶 林成龍  
林思寧

## 八、蘇澳鎮

△領隊：李明哲

男隊員：張嘉文 邱宇宸 翁光俊



# 慢速壘球

比賽時間：110年4月24—25日08:00起

比賽地點：羅東鎮立慢速壘球場  
(羅東運動公園北側)

## 慢速壘球委員會

主任委員：林春輝

副主任委員：何建東 吳冠廷

委員：許志宏 黃世昌 陳文燦 陳建州 游志鴻 張建斌  
施忠男

總幹事：許志賢

副總幹事：高勇偉 鮑鵬行

## 慢速壘球審判委員會

召集人：藍庚申

審判委員：曾憲中 廖志明 林士閔 林宏吉

審判長：曾憲中

副裁判長：廖志明 林士閔

裁判：曾憲中 林正來 高勇偉 鮑鵬行 林士閔 廖志明  
林文智 張朝舜 林宏吉 雷春耀 林炳宏 沈威良  
蔡慶裕 許芮豪 許芮甄



# 慢速壘球（男）競賽規程

一、比賽日期：110年4月24－25日兩日（比賽時間：8時）兩日

二、比賽地點：羅東鎮立慢速壘球場（羅東運動公園北側）

## 第一條 選手參賽資格

- (一)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）。
- (二)參賽證明：選手請攜帶身分證、學生證、駕照或有照片之身分證明等證件參賽。
- (三)凡未滿十八歲之選手，報名時，需取得監護人同意。
- (四)各選手應附個人戶籍謄本正本乙份（109年9月後申請）及身分證正反面影本。
- (五)每鄉鎮市限報一隊，每隊20人。

## 第二條 賽制

- (一)比賽採七局（60分鐘），三局相差十五分，四局相差十分，五局相差七分，則提前結束比賽。
- (二)本次比賽採用木棒或竹棒，禁止使用鋁棒。
- (三)各球隊請自行準備雙耳式護帶之頭膠盔。

第三條 各單位選手參加比賽，必須穿著配有各單位字樣或標誌之規定服裝，否則不准參加比賽。

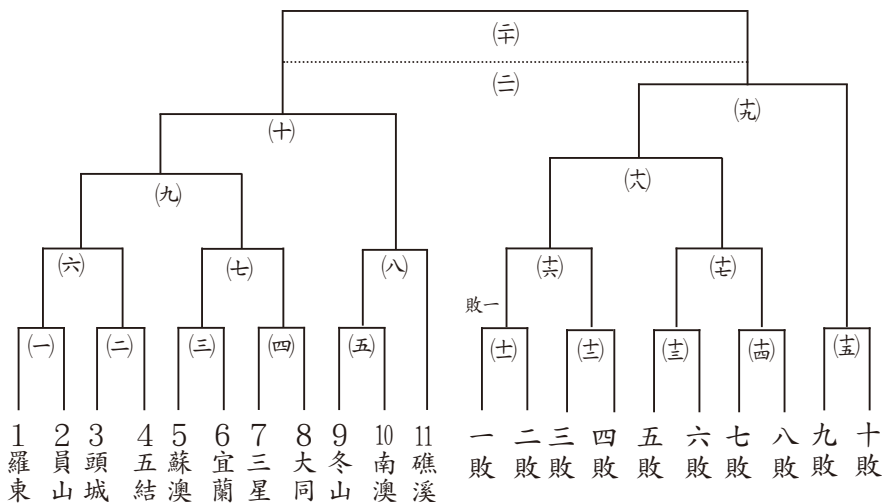
第四條 本次比賽採用，中華民國慢速壘球最新規章。  
（2019～2021）

## 第五條

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。



# 慢速壘球比賽賽程表



# 慢速壘球比賽時間表

## 4月24日時間表

南場地	時間	北場地
羅東 (一) 員山	09:00	頭城 (二) 五結
蘇澳 (三) 宜市	10:20	三星 (四) 大同
冬山 (五) 南澳	11:40	一勝 (六) 二勝
三勝 (七) 四勝	13:00	五勝 (八) 礁溪
六勝 (九) 七勝	14:20	一敗 (十) 二敗
八勝 (十一) 九勝	15:40	三敗 (十二) 四敗

## 4月25日時間表

南場地	時間	北場地
五敗 (一) 六敗	10:00	七敗 (二) 八敗
十一勝 (三) 十二勝	11:20	十三勝 (四) 十四勝
九敗 (五) 十敗	12:40	十五勝 (六) 十六勝
十七勝 (七) 十八勝	13:00	
十勝 (八) 十九勝	14:20	



# 各單位參加慢速壘球比賽職、隊員名單

## 一、三星鄉

△領隊：張金晃      總教練：宋狄杰      教練：張家榮

管理：林聖淵

男隊員：宋狄杰    張家榮    林聖淵    黃郁翔    黃郁倫    廖宇翔  
          林頁齊    林頌翰    張祐承    溫軒宇    陳俊宏    張建凱  
          張志豪    林暉辰    徐哲民    邱培禎    陳禮昆    振宗慶  
          江家豪    陳奕承

## 二、大同鄉

△領隊：劉智勇      教練：林懷恩    鍾翔      管理：翁承皓

男隊員：陳智仁    王俊賢    偕俊昇    呂文賢    吳夢傑    許宗瑋  
          林耀祖    陳子洋    陳智德    古清松    許宗聖    梁裕雄  
          何正豪    何子棋    張泰宇    劉太煦    林喬璽    王瑞智  
          林正偉    施辰宇

## 三、五結鄉

△領隊：吳炳煌      管理：吳敏惠      教練：李昱維    何國忠

男隊員：吳炳煌    張銘益    陳柏勳    林韋辰    林立浩    簡振銘  
          李明治    李昱維    楊順琛    陳春田    林銘震    黃偉倫  
          黃泯禎    黃文家    林建志    邱俊智    蕭培鈞    陳武雄  
          林子軒    許朝政

## 四、冬山鄉

△領隊：蕭明智      管理：林峰良      總教練：黃家健

教練：江立銘

男隊員：陳建名    杜文溢    張智勝    游鴻誌    沈仲文    謝建德  
          陳建雄    蕭明智    劉信聰    王世宏    陳駿睿    陳佳敬



張益碩 李汪儒 陳俊吉 王濬彥 李藍浩 黃冬緯  
陳立恩 林玟廉

## 五、宜蘭市

△領隊兼選手：張宏誌 教練兼選手：林耕鵬

教練：黃高俊

男隊員：萬筱帆 黃文昌 張毓晏 林濔鈞 林枕翰 陳奕翰  
林善敦 陳育祈 王俊明 林宏益 王淦璋 張威方  
吳家良 潘志鵬 林明璋 劉忠偉 許志成 林耕鵬  
張宏誌 黃高俊

## 六、南澳鄉

△領隊：蘇哲堯 教練：高勇偉 管理：謝耀祖

男隊員：劉煒國 游建明 游凱倫 游凱強 游凱弦 李龍飛  
古浩天 劉凱平 楊凱翔 吳宙威 吳浩威 張祈恩  
楊吉郎 韋若翔 李志堅 彭佳志 江肯 鐘若文  
廣治賢 吳天漢

## 七、員山鄉

△領隊：林子凱 教練：李啓成 管理：張志偉

男隊員：林子凱 李靖偉 李成 張文翔 賴銘乾 張志偉  
陳彥宏 陳振南 張安志 吳正一 陳俊佑 陳達偉  
賴慶濱 謝旻諺 何俊霖 陳昱凱 洪佐樺 陳仕偉  
游宸誥

## 八、頭城鎮

△領隊：林銘洲 教練：陳萬富

男隊員：黃煌明 余冠霖 陳文海 陳柏宏 林進國 張旭清  
李陽裕 林子顏 王文政 梁宗華 陳亞淳 陳家淳



黃逸平 黃逸華 朱志祥 張展維 楊智賢 盧舜弘  
陳宜聖

## 九、礁溪鄉

△領隊：林進發 指導：黃宏裕 管理：游旻穎  
教練：林德龍 隊長：陳智偉  
男隊員：陳智偉 張家瑋 莊明哲 張文峯 鄭志宏 蔡煥民  
鐘錦昌 游楹銓 賴宏憲 柳捷歲 吳俊毓 陳俊良  
尤文志 林宸亦 吳昇峰 謝志揚 莊柏鈞 黃國訓  
林祐嘉 鐘永杰

## 十、羅東鎮

△領隊：吳奕奇 教練：吳承祐 教練兼管理：黃教銘  
男隊員：吳承祐 吳奕奇 陳晉峰 謝耀丞 游旻鑫 林翔宇  
陳宗岳 陳韋浩 許芮豪 湯鎮鏜 黃教銘 陳慕如  
翁國堅 劉品叡 卡瓦思.雅高 陳秋晉 陳威豪  
連健宇 鄭志鵬 曾明圓

## 十一、蘇澳鎮

△領隊：何建國 管理：李輔山 教練：林宏吉  
男隊員：池明軒 林廷諭 陳永哲 陳立憲 陳威宇 李育菘  
陳茂瑋 陳振豪 林闕裕 傅偉特 曹瀚濃 楊得煥  
張文衡 張展銘 林廷諳 許豐麟 潘信昌 游淵忠  
方智彥 林裕軒





# 軟式網球

比賽時間：110年3月6－7日09：00起

比賽地點：羅東鎮立網球場

## 軟式網球委員會

主任委員：林文龍

副主任委員：林聰文

委員：陳祈炊 李順昌 陳建南 謝文勇 林玉花 胡榮華  
藍昇熙 黃正煌 黃松濠

總幹事：林佶戊

副總幹事：蘇修賢

財務長：吳淑慈

競賽組：藍昇熙

裁判組：楊信潮

會務組：謝佳宏

場務組：邱樹旺

行政組：羅麗雲

## 軟式網球審判委員會

主任委員：林文龍

副主任委員：林聰文

委員：李順昌 陳祈炊 陳建南 胡榮華 林玉花

裁判長：楊信潮

副裁判長：林柏華

裁判：李順昌 葉仁義 藍昇熙 謝佳宏 蘇修賢 曾祥德  
鄭承鴻 陳俊友



# 軟式網球競賽規程

一、比賽日期：110年3月6-7日

(開始比賽時間：早上9時至賽完為止)

二、比賽場地：羅東鎮立網球場

## 第一條 軟式網球競賽項目

(一)團體賽：1.男子組 2.女子組

(二)個人賽：1.男子雙打 2.男子單打 3.女子雙打 4.女子單打  
5.男女混合雙打

## 第二條 參賽戶籍及年齡限制

(一)年齡限制：年滿十四歲以上(民國96年3月6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 註冊報名人數規定

註冊報名人數規定：每單位限男、女各參加一隊，每隊以七人為限

(一)團體項目：(110年3月6日)：每單位最多僅能參加一個男子項目及一個女子項目。

(二)個人項目：(110年3月7日)：每單位每項可各派二組選手參加男子雙打、男子單打、女子雙打、女子單打、男女混合雙打。(每位選手最多可註冊兩項)

## 第四條 比賽制度

(一)視報名隊數多寡決定比賽方式。



- (二)團體採 2 雙 1 單制，其順序為雙、單、雙，選手不得重覆出賽
- (三)雙打採九局制，單打採七局制。

## 第五條 獎勵

(一)績優個人及團隊獎

(二)依實際參賽隊(人)數，按下列名額錄取。

- |                    |                       |
|--------------------|-----------------------|
| 1. 3 隊 (人) 錄取 1 名。 | 5. 7 隊 (人) 錄取 5 名。    |
| 2. 4 隊 (人) 錄取 2 名。 | 6. 8 隊 (人) 錄取 6 名。    |
| 3. 5 隊 (人) 錄取 3 名。 | 7. 9 隊 (人) 錄取 7 名。    |
| 4. 6 隊 (人) 錄取 4 名。 | 8. 10 隊 (人) 以上錄取 8 名。 |

## 第六條 比賽規則

採用中華民國軟式網球協會編審之最新軟式網球規則。

## 第七條 比賽用球

採用中華民國軟式網球協會指定認可之比賽用球。

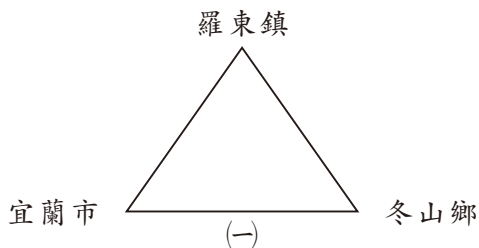
## 第八條

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。



# 軟式網球比賽賽程表

## 一、團體賽



場次	時間	比賽隊伍	比數	勝隊
(一)	09:00	宜蘭市－冬山鄉	:	
(二)	10:00	(一)敗－羅東鎮	:	
(三)	11:00	(一)勝－羅東鎮	:	

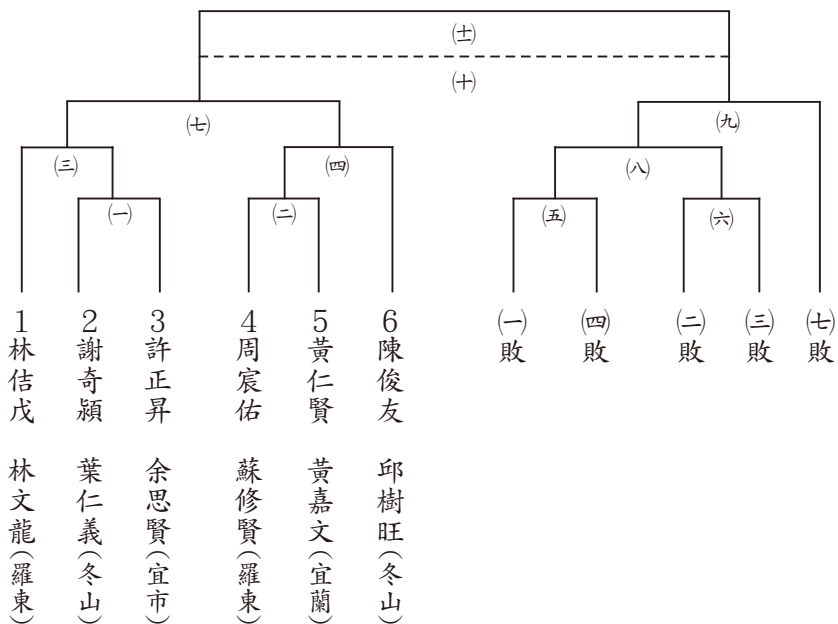




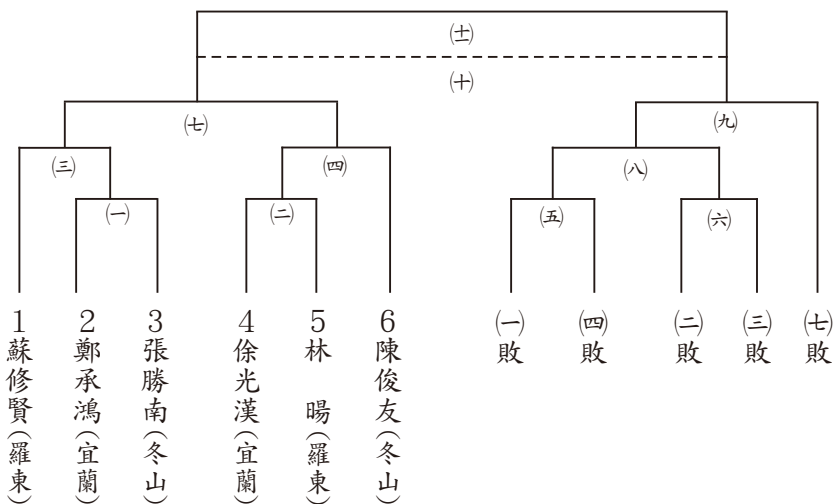


一  
一〇  
年  
宜  
蘭  
縣  
運  
動  
會

## 二、雙打 (採雙敗淘汰賽-九局制)



## 三、單打個人賽 (採雙敗淘汰賽-七局制)



# 各單位參加軟式網球比賽職、隊員名單

## 一、冬山鄉

△領隊：黃松濠      管理：吳桂蘭

男隊員：陳俊友    張勝南    葉仁義    邱樹旺    黃晟瑋    李俊基  
                 謝奇穎

## 二、宜蘭市

△教練：朱銘昱      管理：朱志明

男隊員：黃嘉文    余思賢    黃仁賢    徐光漢    林宏哲    鄭承鴻  
                 許正昇

## 三、羅東鎮

△領隊：林聰文      教練：李順昌

男隊員：謝文勇    林經敏    林文龍    林佶戊    蘇修賢    周宸祐  
                 林    暘





# 自由車

比賽時間：110年 4 月 10 日、4 月 11 日

比賽地點：宜蘭運動公園內側環道(場地賽)  
三星長碑湖→牛鬥(公路計時賽)  
宜蘭三星培訓隊土坡場地(越野賽)

## 自由車委員會

主任委員：游承曉

委員：潘正吉 陳正彥 梁鳳嬌 何政杰 藍浩璋 傅瑞龍  
吳江琬 簡添祈 吳振芳 游清標 楊永利 王振岱

顧問團長：林信華

顧問：吳義德 李照禎 李榮華 羅文清 曾惓慈 陳誌銘  
王炯明 黃孔良 林獻忠 洪祖熙 陳懋璋 呂秀標  
吳玉茹 陳建忠 賴志慶 劉奕良 陳清泉 陳耀盛  
陳家昇

總幹事：王廣馨

副總幹事：李文政 魏克燦

裁判組長：潘致遠

活動組長：林孟璇

財務組長：游聿傑

競賽組長：林政耀

交管組長：周世銘

攝影組長：蕭秀美

資訊組長：李金蓮

推廣組長：曾春榮

事務組長：張川榮

## 自行車審判委員會

主任委員：游承曉

審判委員：潘正吉 王廣馨 梁鳳嬌 吳江琬

裁判管理：王廣馨(兼)

裁判長：潘正吉(兼)

發令裁判：潘致遠(兼)

終點主任：梁鳳嬌(兼)

計時主任：林政耀

終點裁判：潘正吉(兼) 劉惠龍 蕭秀美 吳鳳珠 郭岱霖

計時裁判：李文政 林孟璇 楊秉叡 簡添祈 劉玉麟

檢查裁判：張川榮 周世銘 韓順國

檢錄員：郭岱霖(兼) 潘致遠(兼) 趙志明 游聿傑

終點攝影：王信智

成績記錄員：曾春榮 王嘉瑜



# 自由車競賽規程

一、比賽日期：110年4月10-11日（星期六、日）兩天

（檢錄時間：8：30開始比賽時間：9：00～17：00）

二、比賽地點：(一)宜蘭運動公園內側環道（場地賽）

(二)三星長碑湖→牛鬥（公路計時賽）自由車競賽項目

(三)宜蘭三星培訓隊土坡場地（越野賽）

## 第一條 自由車競賽項目

### (一)男子組

1.場地賽：(1)1000公尺個人計時賽 (2)4公里個人追逐賽

(3)集體出發爭先賽

2.公路賽：(1)公路個人計時賽 (2)公路賽(男女一起出發)

3.登山賽：登山車越野賽：(off road)

### (二)女子組

1.場地賽：(1)1000公尺個人計時賽 (2)3公里個人追逐賽

(3)集體出3圈發爭先賽

2.公路賽：公路個人計時賽 (2)公路賽(男女一起出發)

3.登山賽：登山車越野賽：(off road)

## 第二條 選手參賽年齡

(一)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)。

(二)選手參賽年齡：年滿十三歲以上(民國97年4月18日以前出生者)。

第三條 報名人數規定 每單位每項比賽，至多可報六人。





#### 第四條 比賽辦法

- (一)比賽規則：採用中華民國自由車協會最新修訂之規則；如規則解釋有爭議，以英文版為準。規則中如有未盡事宜，則以審判委員會議之決議為最終判決。
- (二)比賽制度：依規則規定辦理。

#### 第五條 器材設備

競賽使用之車輛須符合國際自由車總會規則之公路車或計時車。

#### 第六條 管理資訊

- (一)競賽管理：在宜蘭縣運動會籌備委員會指導下，由宜蘭縣自由車委員會負責自由車競賽各項執行工作。
- (二)技術人員：
  - 1.裁判人員：裁判長由宜蘭縣運動會籌備委員與宜蘭縣自由車委員會會商聘請，裁判員由宜蘭縣自由車委員會聘任。
  - 2.審判委員：審判委員共5人，由宜蘭縣自由車委員會遴派，召集人由宜蘭縣運動會籌備委員與宜蘭縣自由車委員會會商聘請，其中必須包括主辦單位。

一、場地賽【110年4月11日星期日；檢錄時間08：30

比賽開始時間09：00～17：00】

- (一)1000公尺個人計時賽
  - 1.場地：於宜蘭運動公園南側內側環道。
  - 2.賽道：內環道內，由起點至終點共計1000公尺。
  - 3.出發由扶車員扶車，鳴槍出發。
  - 4.每一分鐘出發一位選手，若追及前方選手不得跟車。
  - 5.成績於該選手前輪抵達終點線為其成績。
  - 6.車輛限用標準公路車或公路計時車。
  - 7.裝備需戴安全帽，否則不准下場。
- (二)四公里個人追逐賽：（女：3000公尺）



1. 賽道於宜蘭運動公園足球場外圍道。
2. 選手於賽道兩端各1/2處鳴槍同時出發相互追逐。
3. 如有選手被追及即淘汰，勝者騎完全程，以記錄其成績。
4. 預賽錄取前4名進行決賽。
5. 決賽以3對4名爭取三、四名。以1對2名爭冠亞軍。
6. 若出發時有選手偷跑則重出發，並警告一次。  
若偷跑兩次則將被淘汰，由另一方勝。
7. 若比賽中有機械故障，則將重賽。重賽將排於最後一組。
8. 選手比賽配對將以抽籤決定。
9. 其他未列事項則依自由車競賽規則辦理。

(三) 集體出發爭先賽：

1. 場地賽道於宜蘭運動公園內環道內。
2. 距離共三圈，約4000公尺。
3. 第一圈為熱身圈即指定一位選手領騎，直到第二圈出發點，即鳴槍開始比賽。
4. 衝刺兩圈爭先，第三圈抵達終點時，錄取前六名。
5. 若比賽中有跌倒或機械故障，將無中立圈。
6. 賽中若有推擠他人或惡意犯規影響他人將被判淘汰。
7. 出發將由全部選手集體出發。
8. 第一圈熱身圈其他選手不得超越領騎標兵選手。
9. 若競賽中有發生1/3以上選手跌倒，為公平起見比賽將鳴槍停止，再重新出發。
10. 其他未列事項，將依自由車公路繞圈賽規則辦理。

二、公路賽【110年4月10日星期六；檢錄時間：07：30

比賽開始時間：08：00~13：00】

1. 場地：於三星長碑湖→牛鬥
2. 計終點抵達成績。

三公路賽【110年4月10日星期六；檢錄時間：07：30

比賽開始時間：08：30～13：00】

(一)公里個人計時賽：

- 1.場地：三星長碑湖→牛鬥
- 2.以扶車出發，一分鐘出發一位。
- 3.計終點抵達成績。
- 4.比賽中若追及前方選手，兩者皆不得相互輪車。
- 5.若有機械故障事故可重新出發，但出發順序排於最後。
- 6.若有偷跑將被罰加2秒。

四登山賽【110年4月10日星期六；檢錄時間14：00

比賽開始時間下午14：30～16：30】

(一)登山車越野賽：(offroad)

- 1.場地：於宜蘭三星培訓隊土坡場地賽道將以地圖標示。
- 2.賽道中將設有幾處越野障礙點。
- 3.比賽將限定登山車，輪胎限大於1.75×26（包含1.75在內）
- 4.選手需依登山車越野賽規定裝備齊全。
- 5.距離為20公里。
- 6.車輛故障依越野車賽規定需自行排除，不得借助外力或另換車輛。
- 7.出發方式為鳴槍集體出發，不扶車。
- 8.其他未列事項則依登山車越野賽規則辦理。

第七條 附則

- (一)女子組除距離不同外，其他規則與男子組相同。
- (二)各比賽項目若報名人次少於3人或少於3鄉鎮，則該項目將被取消。

第八條

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。



# 自由車比賽時間表

## 一、1000公尺個人計時賽

- 1.檢錄時間：4月11日星期【日】07：30
- 2.比賽時間：09：00～17：00
- 3.比賽地點：宜蘭運動公園內環道

## 二、4公里個人追逐賽（女：3公里）

- 1.檢錄時間：4月11日星期【日】07：30
- 2.比賽時間：09：00～17：00
- 3.比賽地點：宜蘭運動公園內環道

## 三、集體出發爭先賽

- 1.檢錄時間：4月11日星期【日】08：30
- 2.比賽時間：09：00～17：00
- 3.比賽地點：宜蘭運動公園內環道

## 四、公路賽（男女同時出發）

- 1.檢錄時間：4月10日星期【六】08：30
- 2.比賽時間：08：00～13：00
- 3.比賽地點：三星長碑湖→牛鬥

## 五（男）公路個人計時賽 （女）公路個人計時賽

- 1.檢錄時間：4月10日星期【六】08：30
- 2.比賽時間：08：00～13：00
- 3.比賽地點：三星長碑湖→牛鬥

## 六、登山車越野賽（含推廣國小組土坡賽示範表演賽）

- 1.檢錄時間：4月10日星期【六】下午14：00
- 2.比賽時間：14：30～16：30
- 3.比賽地點：三星培訓隊土坡場地標示賽道



# 各單位參加自由車比賽職、隊員名單

## 一、大同鄉

△領隊：黃章桐

女隊員：4001葉羽霜

## 二、五結鄉

△領隊：陳弘偉

男隊員：3001陳弘偉

## 三、冬山鄉

男隊員：3002林旻澤 3003莊泊晨

女隊員：4002林怡君

## 四、宜蘭市

△教練：吳柏儒 管理：鄭雅婷

男隊員：3004李偉辰 3005鄭宇喬 3006趙晨恩 3007張翰允  
3008蔡宇豐

## 五、員山鄉

△領隊：傅 偉 教練：黃章桐

男隊員：3009何彥誼 3010簡佑安 3011楊承祐 3012江健豪  
3013吳柏儒 3014黃祥誌 3015林弘軒 3016游宸均  
3017藍心鏜

女隊員：4003何翊慈 4004陳姿吟

## 六、礁溪鄉

△領隊：李嘉慈 教練：黃章桐



隊長：何翊慈

男隊員：3018游象甯 3019楊鈞 3020黃威中 3021黃冠仁

3022林子揚 3023吳晉暘

女隊員：4005許芷瑄 4006林家

## 七、羅東鎮

△教練：孫 駿

男隊員：3024張珈維 3025游程鈞

女隊員：4007張宜苓 4008薛以昕

## 八、蘇澳鎮

△領隊：李明哲

男隊員：3026畢譯文





# 男子組比賽編配表

## 一、場地賽（1000公尺個人計時賽）

### △決賽：共16人，取8名

3008蔡宇豐(宜市)	3009何彥誼(員山)	3010簡佑安(員山)
3011楊承祐(員山)	3012江健豪(員山)	3013吳柏儒(員山)
3016游宸均(員山)	3004李偉辰(宜市)	3005鄭宇喬(宜市)
3006趙晨恩(宜市)	3023吳晉暘(礁溪)	3018游象甯(礁溪)
3019楊鈞(礁溪)	3020黃威中(礁溪)	3021黃冠仁(礁溪)

3 022林子揚(礁溪)

①	②	③	④
⑤	⑥	⑦	⑧

## 二、場地賽（4公里個人追逐賽）

### △決賽：共16人，取8名

3009何彥誼(員山)	3010簡佑安(員山)	3011楊承祐(員山)
3013吳柏儒(員山)	3015林弘軒(員山)	3004李偉辰(宜市)
3005鄭宇喬(宜市)	3006趙晨恩(宜市)	3023吳晉暘(礁溪)
3018游象甯(礁溪)	3019楊鈞(礁溪)	3020黃威中(礁溪)
3021黃冠仁(礁溪)	3022林子揚(礁溪)	3003莊泊晨(冬山)
3008蔡宇豐(宜市)		

①	②	③	④
⑤	⑥	⑦	⑧

## 三、場地賽（集體出發爭先賽）

### △決賽：共16人，取8名



莊泊晨(冬山) 3007何彥誼(員山) 3008簡佑安(員山)  
 3009何彥誼(員山) 3010簡佑安(員山) 3011楊承祐(員山)  
 3013吳柏儒(員山) 3016游宸均(員山) 3008蔡宇豐(宜市)  
 3023吳晉暘(礁溪) 3018游象甯(礁溪) 3019楊 鈞(礁溪)  
 3020黃威中(礁溪) 3021黃冠仁(礁溪) 3022林子揚(礁溪)  
 3004李偉辰(宜市) 3005鄭宇喬(宜市) 3006趙晨恩(宜市)  
 3003莊泊晨(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
 ⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_

#### 四、公路賽（個人計時賽）

##### △決賽：共21人，取8名

3004李偉辰(宜市) 3005鄭宇喬(宜市) 3006趙晨恩(宜市)  
 3007張翰允(宜市) 3002林旻澤(冬山) 3003莊泊晨(冬山)  
 3025游程鈞(羅東) 3009何彥誼(員山) 3010簡佑安(員山)  
 3011楊承祐(員山) 3013吳柏儒(員山) 3001陳弘偉(五結)  
 3008蔡宇豐(宜市) 3026畢譯文(蘇澳) 3024張珈維(羅東)  
 3023吳晉暘(礁溪) 3018游象甯(礁溪) 3019楊 鈞(礁溪)  
 3020黃威中(礁溪) 3021黃冠仁(礁溪) 3022林子揚(礁溪)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
 ⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_

#### 五、公路賽（男女同時出發）

##### △決賽：共19人，取8名

3023吳晉暘(礁溪) 3018游象甯(礁溪) 3019楊 鈞(礁溪)  
 3020黃威中(礁溪) 3021黃冠仁(礁溪) 3022林子揚(礁溪)  
 3024張珈維(羅東) 3025游程鈞(羅東) 3004李偉辰(宜市)



3005鄭宇喬(宜市) 3006趙晨恩(宜市) 3007張翰允(宜市)  
3008蔡宇豐(宜市) 3002林旻澤(冬山) 3003莊泊晨(冬山)  
3009何彥誼(員山) 3010簡佑安(員山) 3011楊承祐(員山)  
3013吳柏儒(員山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_

## 六、登山車越野賽 (offroad)

### △決賽：共11人，取8名

3018游象甯(礁溪) 3019楊鈞(礁溪) 3020黃威中(礁溪)  
3021黃冠仁(礁溪) 3022林子揚(礁溪) 3009何彥誼(員山)  
3010簡佑安(員山) 3011楊承祐(員山) 3014黃祥誌(員山)  
3016游宸均(員山) 3017藍心鏘(員山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_



# 女子組比賽編配表

## 一、場地賽（1000公尺個人計時賽）

### △決賽：共5人，取3名

4003何翊慈(員山) 4004陳姿吟(員山) 4005許芷瑄(礁溪)  
4006林家仔(礁溪) 4001葉羽霜(大同)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_

## 二、場地賽（3公里個人追逐賽）

### △決賽：共5人，取3名

4005許芷瑄(礁溪) 4006林家仔(礁溪) 4001葉羽霜(大同)  
4003何翊慈(員山) 4004陳姿吟(員山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_

## 三、場地賽（集體出發爭先賽）

### △決賽：共5人，取3名

4005許芷瑄(礁溪) 4006林家仔(礁溪) 4003何翊慈(員山)  
4004陳姿吟(員山) 4001葉羽霜(大同)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_

## 四、公路賽（個人計時賽）

### △決賽：共8人，取6名

4001葉羽霜(大同) 4007張宜苓(羅東) 4008薛以昕(羅東)  
4003何翊慈(員山) 4004陳姿吟(員山) 4002林怡君(冬山)  
4005許芷瑄(礁溪) 4006林家仔(礁溪)



① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_

## 五、公路賽（男女同時出發）

### △決賽：共8人，取6名

4007張宜苓(羅東) 4005許芷瑄(礁溪) 4006林家仔(礁溪)

4003何翊慈(員山) 4004陳姿吟(員山) 4002林怡君(冬山)

4001葉羽霜(大同) 4008薛以昕(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_

## 六、登山車越野賽（offroad）

### △決賽：共5人，取3名

4005許芷瑄(礁溪) 4006林家仔(礁溪) 4001葉羽霜(大同)

4003何翊慈(員山) 4004陳姿吟(員山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_



# 射擊

比賽時間：110年5月1－2日09：00起

比賽地點：大同鄉四方林靶場

## 射擊委員會

主任委員：何方略(冬山)

委員：陳傑麟 白金朝 陳漢鍾 王明輝 謝添福 黃燦鋒

鄭棫陽 陳福陽 謝建成 邱柏睿

## 射擊審判委員會

召集人：何方略

定向裁判組：周安郁(冬山) 王志傑(大同) 林芃(金門)

徐婕瑀(新北市) 蔡世傑(新北市)

不定向裁判組：王志傑(大同) 羅雋凱(新北市)

蔡世銘(新北市) 陳貴鵬(台北市) 林芃(金門)

雙不定向裁判組：周安郁(冬山) 陳貴鵬(台北市)

蔡世銘(新北市) 林芃(金門) 徐婕瑀(新北市)

空氣手槍裁判組：蔡世傑(新北市) 羅雋凱(新北市)

競賽組組長：王志傑

場地組：林芃



# 射擊競賽規程

一、比賽日期：110年5月1－2日（開始比賽時間：9時）

二、比賽地點：大同鄉四方林靶場

## 第一條 射擊競賽項目

- (一)男子：1.男子10公尺空氣手槍團體賽。  
2.男子10公尺空氣手槍個人賽。  
3.男子定向飛靶團體賽。  
4.男子定向飛靶個人賽。  
5.男子不定向飛靶團體賽。  
6.男子不定向飛靶個人賽。  
7.男子雙不定向飛靶團體賽。  
8.男子雙不定向飛靶個人賽。
- (二)女子：1.女子10公尺空氣手槍團體賽。  
2.女子10公尺空氣手槍個人賽。  
3.女子定向飛靶團體賽。  
4.女子定向飛靶個人賽。  
5.女子雙不定向飛靶團體賽。  
6.女子雙不定向飛靶個人賽。

本次競賽（女子可報名男子組項目、男子不可報名女子組項目）

※女子報名男子組項目需比照男子組競賽規則。

## 第二條 選手參賽年齡

- (一)年滿十二歲以上（民國98年5月1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

每單位每項比賽，註冊運動員以三人為限。

### 第四條 成績計分及名次判定方式

#### (一)空氣手槍、步槍：

- 1.資格賽：男子每一射手在規定時間內射擊60發、女子60發（每發10分），個人成績總和錄取最優前8名參加決賽。
- 2.個人決賽：依據規則，採淘汰賽制(資格賽成績不計)方式進行，參加決賽8名運動員依口令射擊2組5發及2組單發後，依決賽累計成績，淘汰第8名，以後每2組單發比賽，依決賽累計成績淘汰1名運動員，直到比賽之銅牌、銀牌、金牌運動員確定為止。如發生被淘汰者同分時，立即進行逐發加賽，以確定淘汰者，加賽成績，不計入決賽成績。
- 3.團體賽：團體成績以各單位該項三人成績之總和判定名次。

#### (二)定向、不定向飛靶：

- 1.資格賽：男、女生每1射手射擊125靶（每靶1分，分5盤進行），依資格賽個人成績總和，錄取最優前8名參加決賽（如資格賽參賽人數未達9人不決賽，依資格賽成績排定名次頒獎）。
- 2.個人決賽：依據規則採淘汰賽制(不計資格賽成績)方式進行，直到銅、銀、金牌確定為止。
- 3.團體賽：團體成績以各單位該項三人成績之總和判定名次。

#### (三)雙不定向飛靶：

男子每一射手射擊150靶（每靶1分，分5盤進行）、女子150靶（每靶1分，分5盤進行），以個人成績之總和判定名次。團體成績以各單位該項3人資格賽成績之和判定名次。

### 第五條 比賽規則





比賽採用中華民國射擊協會所審定之國際規則。

## 第六條 比賽用槍枝及彈藥之規定

- (一)槍枝：空氣手槍、步槍採用0.177口徑，定向及不定向飛靶槍採用十二號口徑靶槍為原則，並由選手自備。
- (二)彈藥：空氣手槍、步槍採用0.177口徑鉛粒彈，定向飛靶採用九號或九又二分之一靶，不定向飛靶及雙不定向飛靶採用七又二分之一靶彈。(飛靶彈藥量以24公克為限)由大會提供。
- (三)靶紙：採國際規格之標準靶紙(由大會提供)。

## 第七條 獎勵

團體錦標計分方式：射擊錦標以各項各單位參加選手之個人名次取前八名按九、七、六、五、四、三、二、一計入單位積分，累計積分取前三名。

## 第八條

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。

# 射擊比賽時間表

## 一、5月1日

- |          |            |
|----------|------------|
| 1.定向飛靶   | 早上9點至下午4點  |
| 2.不定向飛靶  | 中午12點至下午4點 |
| 3.雙不定向飛靶 | 早上9點至中午12點 |
| 4.空氣手槍   | 早上9點至下午4點  |

## 二、5月2日

- |         |           |
|---------|-----------|
| 1.定向飛靶  | 早上9點至下午4點 |
| 2.不定向飛靶 | 早上9點至下午4點 |



# 各單位參加射擊比賽職、隊員名單

## 一、大同鄉

△教練兼管理：董經國

男隊員：董經義 董駿森 莊翰霖

## 二、五結鄉

△教練：王宗慶

男隊員：王宗慶 王宗 王建翔

## 三、冬山鄉

男隊員：曹立杰 謝添福 何方略

## 四、壯圍鄉

△領隊：許維庭 教練：羅天豪 管理：陳欽錫

男隊員：邱柏睿 陳以哲 陳泳霖 陳以軒

女隊員：陳欣郁 陳秋如 吳桂娥

## 五、宜蘭市

△領隊：陳秋如 教練：杜世唯 管理：羅健弘

男隊員：羅天豪 林修郁 莊凱翔 黃玉麟

女隊員：李婉如 范郁婷 范郁欣

## 六、南澳鄉

△領隊：蘇哲堯

男隊員：卓文光 鄭龍 師本豫

## 七、員山鄉



男隊員：游建宏

## 八、礁溪鄉

△教練：黃羅傳

男隊員：黃羅傳 黃義雄 張芳義 謝鴻章 張祐嘉

## 九、羅東鎮

△教練：徐括宇 教練：蔡逸唯

男隊員：蔡富宇 林晉祺 蔡瑞源 吳名倫 方錦田 陳軒立

陳樹禹

女隊員：游庭瑜 黃詩庭 陳盈婷 林筱芸

## 十、蘇澳鎮

△領隊：李明哲

男隊員：俞柏元 俞廷璋 許凱傑

女隊員：劉品妘 陳珮瑄 吳鈺惠



# 射擊比賽輪次表

## 男子女子混合定向飛靶輪次表

日期：110年5月1日至5月2日（09：00） 地點：宜蘭四方林靶場

靶位輪次	1	2	3	4	5	6
一	方錦田 (羅東)	謝鴻章 (礁溪)	蔡瑞源 (羅東)	邱柏睿 (壯圍)	莊翰霖 (大同)	張芳義 (礁溪)
二	黃羅傳 (礁溪)	董經義 (大同)	黃玉麟 (宜蘭)	王宗慶 (五結)	曹立杰 (冬山)	游建宏 (員山)
三	王建翔 (五結)	何方略 (冬山)	謝添福 (冬山)	王宗慶 (五結)	黃詩庭 (羅東)	董駿森 (大同)

## 不定向飛靶輪次表

日期：110年5月1日至5月2日（09：00） 地點：宜蘭四方林靶場

靶位輪次	1	2	3	4	5	6
一	邱柏睿 (壯圍)	蔡富宇 (羅東)	莊翰霖 (大同)	蔡瑞源 (羅東)	王宗浜 (五結)	董經義 (大同)
二	黃義雄 (礁溪)	林晉祺 (羅東)	黃玉麟 (宜蘭)	王建翔 (五結)	何方略 (冬山)	謝添福 (冬山)
三	王宗慶 (五結)	謝鴻章 (礁溪)	曹立杰 (冬山)	游建宏 (員山)	張祐嘉 (礁溪)	游庭瑜 (羅東)
四	董駿森 (大同)					



## 雙不定向飛靶輪次表

日期：110年5月1日（09：00）

地點：宜蘭四方林靶場

靶位 輪次	1	2	3	4	5	6
一	蔡富宇 (羅東)	張祐嘉 (礁溪)	王宗慶 (五結)	董經義 (大同)	邱柏睿 (壯圍)	吳名倫 (羅東)
二	黃玉麟 (宜蘭)	王宗浜 (五結)	曹立杰 (冬山)	莊翰霖 (大同)	董駿森 (大同)	蔡瑞源 (羅東)
三	王建翔 (五結)	林晉祺 (羅東)				

## 男子組／女子組十公尺空氣手槍輪次表

日期：110年5月1日至5月2日（16:00）

地點：宜蘭四方林靶場

靶位 輪次	1	2	3
一	卓文光(南澳鄉)	莊翰霖(大同鄉)	羅天豪(宜蘭市)
二	莊凱翔(宜蘭市)	陳軒立(羅東鎮)	俞廷璋(蘇澳鎮)
三	陳泳霖(壯圍鄉)	林修郁(宜蘭市)	師本豫(南澳鄉)
四	陳以哲(壯圍鄉)	林晉祺(羅東鎮)	鄭龍(南澳鄉)
五	陳以軒(壯圍鄉)	董駿森(大同鄉)	許凱傑(蘇澳鎮)
六	陳樹禹(羅東鎮)	俞柏元(蘇澳鎮)	董經義(大同鄉)
七	李婉如(宜蘭市)	陳欣郁(壯圍鄉)	黃詩庭(羅東鎮)
八	范郁婷(宜蘭市)	陳珮瑄(蘇澳鎮)	吳桂娥(壯圍鄉)
九	陳秋如(壯圍鄉)	陳盈婷(羅東鎮)	吳鈺惠(蘇澳鎮)
十	劉品妘(蘇澳鎮)	林筱芸(羅東鎮)	范郁欣(宜蘭市)



# 男子組射擊比賽編配表

## 一、十公尺空氣手槍個人賽

### △決賽：共18人，取8名

卓文光(南澳) 鄭龍(南澳) 師本豫(南澳) 俞柏元(蘇澳)  
俞廷瑋(蘇澳) 許凱傑(蘇澳) 林晉祺(羅東) 陳樹禹(羅東)  
陳軒立(羅東) 陳以哲(壯圍) 陳泳霖(壯圍) 陳以軒(壯圍)  
董經義(大同) 董駿森(大同) 莊翰霖(大同) 羅天豪(宜市)  
林修郁(宜市) 莊凱翔(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_

## 二、十公尺空氣手槍團體賽

### △決賽：共6隊，取4名

1. 俞柏元(蘇澳) 俞廷瑋(蘇澳) 許凱傑(蘇澳)  
2. 卓文光(南澳) 鄭龍(南澳) 師本豫(南澳)  
3. 陳以哲(壯圍) 陳泳霖(壯圍) 陳以軒(壯圍)  
4. 羅天豪(宜市) 林修郁(宜市) 莊凱翔(宜市)  
5. 林晉祺(羅東) 陳樹禹(羅東) 陳軒立(羅東)  
6. 董經義(大同) 董駿森(大同) 莊翰霖(大同)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

## 三、定向飛靶個人賽

### △決賽：共18人，取8名

王宗浜(五結) 王建翔(五結) 董經義(大同) 董駿森(大同)  
莊翰霖(大同) 蔡瑞源(羅東) 黃詩庭(羅東) 方錦田(羅東)  
曹立杰(冬山) 黃玉麟(宜市) 謝添福(冬山) 何方略(冬山)



邱柏睿(壯圍) 游建宏(員山) 黃羅傳(礁溪) 張芳義(礁溪)  
謝鴻章(礁溪) 王宗慶(五結)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_

#### 四、定向飛靶團體賽

##### △決賽：共4隊，取2名

1. 王宗慶(五結) 王宗浜(五結) 王建翔(五結)
2. 董經義(大同) 董駿森(大同) 莊翰霖(大同)
3. 蔡瑞源(羅東) 黃詩庭(羅東) 方錦田(羅東)
4. 黃羅傳(礁溪) 張芳義(礁溪) 謝鴻章(礁溪)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_

#### 五、不定向飛靶個人賽

##### △決賽：共18人，取8名

黃義雄(礁溪) 謝鴻章(礁溪) 張祐嘉(礁溪) 邱柏睿(壯圍)  
曹立杰(冬山) 游建宏(員山) 王宗慶(五結) 謝添福(冬山)  
何方略(冬山) 董經義(大同) 董駿森(大同) 莊翰霖(大同)  
林晉祺(羅東) 蔡富宇(羅東) 游庭瑜(羅東) 王宗浜(五結)  
王建翔(五結) 黃玉麟(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_

#### 六、不定向飛靶團體賽

##### △決賽：共4隊，取2名

1. 王宗慶(五結) 王宗浜(五結) 王建翔(五結)
2. 林晉祺(羅東) 蔡富宇(羅東) 游庭瑜(羅東)



- 3.黃義雄(礁溪) 謝鴻章(礁溪) 張祐嘉(礁溪)  
4.董經義(大同) 董駿森(大同) 莊翰霖(大同)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_

## 七、雙不定向飛靶個人賽

### △決賽：共12人，取8名

- 林晉祺(羅東) 蔡富宇(羅東) 吳名倫(羅東) 邱柏睿(壯圍)  
王宗慶(五結) 董經義(大同) 董駿森(大同) 莊翰霖(大同)  
曹立杰(冬山) 黃玉麟(宜市) 王宗浜(五結) 王建翔(五結)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_

## 八、雙不定向飛靶團體賽

### △決賽：共4隊，取2名

- 1.董經義(大同) 董駿森(大同) 莊翰霖(大同)  
2.王宗浜(五結) 王建翔(五結) 王宗慶(五結)  
3.林晉祺(羅東) 蔡富宇(羅東) 吳名倫(羅東)  
4.張祐嘉(礁溪)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_





# 女子組射擊比賽編配表

## 一、十公尺空氣手槍個人賽

### △決賽：共12人，取8名

黃詩庭(羅東) 陳盈婷(羅東) 林筱芸(羅東) 李婉如(宜市)  
范郁婷(宜市) 范郁欣(宜市) 陳珮瑄(蘇澳) 吳鈺惠(蘇澳)  
劉品妘(蘇澳) 陳欣郁(壯圍) 陳秋如(壯圍) 吳桂娥(壯圍)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_

## 二、十公尺空氣手槍團體賽

### △決賽：共4隊，取2名

1. 李婉如(宜市) 范郁婷(宜市) 范郁欣(宜市)
2. 陳珮瑄(蘇澳) 吳鈺惠(蘇澳) 劉品妘(蘇澳)
3. 陳欣郁(壯圍) 陳秋如(壯圍) 吳桂娥(壯圍)
4. 筱黃詩庭(羅東) 陳盈婷(羅東) 林筱芸(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_



# 角 力

比賽時間：110年5月1日09：00起

比賽地點：中山國小技擊館

## 角力委員會

顧問：劉文勝 洪重賢 陳正仁 陳貴玲 陳季寧  
榮譽主任委員：尤博生  
主任委員：游博輝  
委員：游博輝  
：林宗賢 楊振榮 薛忠誠 陳朝基 張建滄 張銘勛  
林登科 張貴傑 莊明建 簡宗祥 黃祐崇 石健忠  
李光余 林志遠 李天助 陳建仲 潘朝日

## 角力審判委員會

召集人：林志誠  
審判委員：陳祿裕 葉文獻  
裁判長：陳祿裕  
裁判：余國輝 陳賢傑 聶月如 羅健興 王紘騰 李仁杰  
張峻榮 李佩真 高鳴齊 胡國智 林光宇 賴宜傑  
李冠賢 洪毅志 陳勁穎 陳韻鼎 楊雅鈞 游芳昇  
陳澤維 陳淳胤 陳岳鴻 陳伯恩  
場務人員：宜蘭縣體育會角力委員會  
醫護人員：大會指派

# 角力競賽規程

一、比賽日期：110年5月1日

(開始比賽時間：9時00分起至比賽結束)

二、比賽地點：中山國小技擊館

第一條 比賽項目

分男子自由式、男子希臘羅馬式及女子自由式比賽，每式依體重各區分六個量級。

(一)公開男子自由式

1. 第一級：57公斤以下(含57.0公斤)
2. 第二級：57.01公斤至65.0公斤
3. 第三級：65.1公斤至74.0公斤
4. 第四級：74.1公斤至86.0公斤
5. 第五級：86.1公斤至97.0公斤
6. 第六級：97.1公斤至125.0公斤

(二)公開男子希臘式

1. 第一級：60公斤以下(含60.0公斤)
2. 第二級：60.1公斤至67.0公斤
3. 第三級：67.1公斤至77.0公斤
4. 第四級：77.1公斤至87.0公斤
5. 第五級：87.1公斤至97.0公斤
6. 第六級：97.1公斤至130.0公斤

(三)女公開女子自由式

1. 第一級：50公斤以下(含50.0公斤)
2. 第二級：50.1公斤至53.0公斤
3. 第三級：53.1公斤至57.0公斤
4. 第四級：57.1公斤至62.0公斤
5. 第五級：62.1公斤至68.0公斤
6. 第六級：68.1公斤至76.00公斤



## 第二條 選手參賽年齡

- (一)須年滿十二歲以上（民國98年5月1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 每單位每項每級以一人為限。

## 第四條 成績名次

取1、2、3、4、5名，報名在8人以上取6名，7人取5名，6人取4名，5人取3名，4人取2名，3人取1名，前3名發給金、銀、銅牌及獎狀，第5名發給獎狀。

## 第五條 比賽辦法

- (一)比賽採用中華民國角力協會最新之角力比賽規則，如比賽中對規則解釋有爭議及未盡事宜，由審判委員會決議為最終判決。
- (二)比賽採單淘汰制。
- (三)比賽採3分鐘2回合制，合計6分鐘，每回合休息30秒。
- (四)各級競賽當天08時20分起至9時選手過磅、抽籤
- (五)選手必須自備角力衣（紅、藍各一件）、手帕、角力鞋，未依規定者，取消參賽資格。

## 第六條 醫務支援

由大會支援指派。

## 第七條



本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。



# 各單位參加角力比賽職、隊員名單

## 一、三星鄉

△教練：許云湘

女隊員：游欣慈 黃珽綺

## 二、大同鄉

△教練：陳子洋 管理：簡 瓊 陳怡萍 教練：陳文嬌

男隊員：簡 昊 高承安 高佳文 陳正崴 張家駿 陳 震

簡 恩 古德安 楊少謙 高承煜 楊少軍 張育誠

女隊員：沈鈺芯 沈映瑄 張巧君 張巧欣 王 琪 莊千旻

## 三、五結鄉

△教練：陳儀仁 管理：楊凱仲 教練：黃俊仁

男隊員：蔡耀興 林聖鈞 吳承儒 楊登智 楊智霖 莊朝崴

林子堯

女隊員：王心好 林子崴 楊豫陵 楊巧君 蔡佳璇

## 四、冬山鄉

△教練：陳祿山 管理：林陳麗姿 教練：謝書旻

男隊員：邱醒哲 陳智松 陳晉晟 張文翔 張森元 游承偉

李俊希 陳柏諭

女隊員：羅伊君 羅伊婷 林育菽 李惠娟

## 五、壯圍鄉

△教練：吳素媚 教練：胡仁地

男隊員：陳力愷 劉天賜 李偉誠

女隊員：劉素玉 潘筱筠 陳庭恩



## 六、宜蘭市

△教練：高振家      管理：陳思萍      教練：呂家碩  
男隊員：林宜瑞      黃鼎君      黃溢泰      何盈慶      林杰      藍鈺昌  
            張珉豪      吳宏達      沈泉亦  
女隊員：黃仟雅      陳芷萱      林素春

## 七、員山鄉

△教練：林郁樺  
男隊員：莊柏宇      黃明峻      林郁恩      林郁峰      湯瑩季

## 八、頭城鎮

△教練：林欣宜  
女隊員：簡安旒

## 九、羅東鎮

△教練：林子堯      管理：藍予君      林楷軒      教練：藍玟玲  
男隊員：張仲奇      王世堂      李韋凡      吳昱辰      陳 昀      陳昱宏  
            陳 希      林威成      陳振豪      王佑昀      陳振涵      陳劭謙  
女隊員：陳劭好      張郁琦      游孟恩      藍圓淳      陳劭萱      陳玉菁

## 十、蘇澳鎮

△教練：曾永翰      教練：黃淇暉  
男隊員：吳睿麒      俞威州      簡偉智      陳永樂      李承恩      朱博丞  
            朱文祥      楊鈞宇  
女隊員：盧珮好      呂 靜      俞凡沁      李慈君      陳若瑜      李可云



# 男子組角力比賽分項表

## 一、自由式第一級【57.00kg(含)以下】

### △決賽：共8人，取6名

莊柏宇(員山) 吳承儒(五結) 簡 昊(大同) 邱醒哲(冬山)  
林宜瑞(宜市) 陳力愷(壯圍) 吳睿麒(蘇澳) 張仲奇(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_

## 二、自由式第二級【57.01kg~65.00kg】

### △決賽：共7人，取5名

林子堯(五結) 俞威州(蘇澳) 陳智松(冬山) 黃鼎君(宜市)  
陳 希(羅東) 高承安(大同) 黃明峻(員山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_

## 三、自由式第三級【65.01kg~74.00kg】

### △決賽：共7人，取5名

林郁恩(員山) 簡偉智(蘇澳) 蔡耀興(五結) 李韋凡(羅東)  
高佳文(大同) 陳晉晟(冬山) 黃溢泰(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_

## 四、自由式第四級【74.01kg~86.00kg】

### △決賽：共8人，取6名

林郁峰(員山) 莊朝歲(五結) 何盈慶(宜市) 陳昱宏(羅東)





劉天賜(壯圍) 陳正歲(大同) 張文翔(冬山) 陳永樂(蘇澳)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_

## 五、自由式第五級【86.01kg~97.00kg】

### △決賽：共7人，取5名

林 杰(宜市) 張森元(冬山) 李承恩(蘇澳) 林聖鈞(五結)  
李偉誠(壯圍) 張家駿(大同) 吳昱辰(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_

## 六、自由式第六級【97.01kg~125.00kg】

### △決賽：共7人，取5名

朱博丞(蘇澳) 湯瑩季(員山) 游承偉(冬山) 陳 震(大同)  
楊智霖(五結) 陳 昀(羅東) 藍鈺昌(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_

## 七、希臘羅馬式第一級【60.00kg(含)以下】

### △決賽：共8人，取6名

簡 恩(大同) 陳力愷(壯圍) 莊柏宇(員山) 張珉豪(宜市)  
吳睿麒(蘇澳) 王世堂(羅東) 吳承儒(五結) 李俊希(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_

## 八、希臘羅馬式第二級【60.1kg~67.0kg】



**△決賽：共7人，取5名**

林子堯(五結) 陳智松(冬山) 黃鼎君(宜市) 俞威州(蘇澳)  
林威成(羅東) 黃明峻(員山) 古德安(大同)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_

**九、希臘羅馬式第三級【67.1kg~77.0 kg】**

**△決賽：共7人，取5名**

吳宏達(宜市) 陳晉晟(冬山) 蔡耀興(五結) 林郁恩(員山)  
陳振豪(羅東) 楊少謙(大同) 朱文祥(蘇澳)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_

**十、希臘羅馬式第四級【77.1kg~87.0kg】**

**△決賽：共6人，取4名**

劉天賜(壯圍) 林郁峰(員山) 高承煜(大同) 張文翔(冬山)  
楊登智(五結) 王佑昀(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

**十一、希臘羅馬式第五級【87.1kg~97.0kg】**

**△決賽：共7人，取5名**

楊少軍(大同) 李偉誠(壯圍) 林聖鈞(五結) 楊鈞宇(蘇澳)  
藍鈺昌(宜市) 陳柏諭(冬山) 陳振涵(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_



## 十二、希臘羅馬式第六級【97.1kg~130.0kg】

### △決賽：共7人，取5名

湯瑩季(員山) 楊智霖(五結) 陳劭謙(羅東) 游承偉(冬山)

張育誠(大同) 朱博丞(蘇澳) 沈泉亦(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_



# 女子組角力比賽分項表

## 一、自由式第一級【50kg(含)以下】

### △決賽：共6人，取4名

張郁琦(羅東) 羅伊君(冬山) 王心妤(五結) 盧珮妤(蘇澳)  
劉素玉(壯圍) 沈鈺芯(大同)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

## 二、自由式第二級【50.1kg~53.0kg】

### △決賽：共6人，取4名

呂靜(蘇澳) 陳劭妤(羅東) 潘筱筠(壯圍) 沈映瑄(大同)  
羅伊婷(冬山) 楊巧君(五結)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

## 三、自由式第三級【53.1kg~57.0kg】

### △決賽：共6人，取4名

俞凡沁(蘇澳) 張巧君(大同) 蔡佳璇(五結) 黃仟雅(宜市)  
游孟恩(羅東) 陳庭恩(壯圍)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

## 四、自由式第四級【57.1kg~62.0kg】

### △決賽：共6人，取4名

簡安旻(頭城) 林子葳(五結) 張巧欣(大同) 藍圓淳(羅東)  
林素春(宜市) 李慈君(蘇澳)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_



## 五、自由式第五級【62.1kg~68.0kg】

### △決賽：共6人，取4名

游欣慈(三星) 陳芷萱(宜市) 陳若瑜(蘇澳) 陳劭萱(羅東)  
王 琪(大同) 林育菡(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

## 六、自由式第六級【68.1kg~76.0kg】

### △決賽：共6人，取4名

李惠娟(冬山) 陳玉菁(羅東) 李可云(蘇澳) 黃珽綺(三星)  
莊千旻(大同) 楊豫陵(五結)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_



# 跆拳道

比賽時間：110年4月24日09：00起

比賽地點：宜蘭縣立中華國中體育館

## 跆拳道委員會

主任委員：盧棟樑

副主任委員：李志鏞 陳盈貴 張雙龍

委員：陳駿霖 吳浚鎬 俞長志 林義剛 楊清芳 鄭克忠  
吳祥欣 黃延展 林炳華 陳振義 林再添、蔡錦波  
林寶山 莊石詢 吳金敏 林明毅 張獻堂 江柏村

資深技術顧問：吳舟新 劉文義 陳清富

技術顧問：林明弘 諾幹斗烈 梁建泰 黃添福 楊三億  
蘇旻、黃阿清 王大新 游壹鈞 張明通

## 跆拳道大會工作職員表

總幹事：曾正公

副總幹事：黃文峯

競賽組長：溫俐婷

裁判組長：林志峰

總務組長：朱志忠

行政組長：黃稚雲

訓練組長：馮皓暉

財務組長：鄭美貞

公關組長：歐翌楠

場地組長：溫皓均

資訊組長：陳昱達

## 跆拳道審判委員會

競賽管理委員：李山龍 謝進德 王明松

裁判長：李清德

副裁判長：劉祖望 羅嘉彬 孫志忠 巫雙貴

主副審：任鳳儀 何健誠 劉乃琦 巫雨庭 羅月英 葉立盈

張玉環 蔡郁芳 鄭順成 黃佩昀 鄭寅騫 張芫嘉

吳盛維 羅財旺 謝寶慧 呂心豪 吳仲軒 李昆懿



# 跆拳道競賽規程

- 一、比賽日期：110年4月24日星期六（開始比賽時間：9時）
- 二、選手過磅：07：30－08：30
- 三、裁判會議：08：30
- 四、抽籤：08：30
- 五、教練會議：08：40
- 六、比賽地點：宜蘭縣立中華國中體育館

## 第一條 跆拳道競賽項目

### (一)對打

- 1.男子：
  - (1)54公斤級：54公斤以下（含54.00公斤）
  - (2)58公斤級：54.01公斤至58.00公斤
  - (3)63公斤級：58.01公斤至63.00公斤
  - (4)68公斤級：63.01公斤至68.00公斤
  - (5)74公斤級：68.01公斤至74.00公斤
  - (6)80公斤級：74.01公斤至80.00公斤
  - (7)87公斤級：80.01公斤至87.00公斤
  - (8)87公斤級以上：87.01公斤以上
- 2.女子：
  - (1)46公斤級：46公斤以下（含46.00公斤）
  - (2)49公斤級：46.01公斤至49.00公斤
  - (3)53公斤級：49.01公斤至53.00公斤
  - (4)57公斤級：53.01公斤至57.00公斤
  - (5)62公斤級：57.01公斤至62.00公斤
  - (6)67公斤級：62.01公斤至67.00公斤
  - (7)73公斤級：67.01公斤至73.00公斤
  - (8)73公斤級：73.01公斤以上

### (二)品勢



組別	指定品勢
男生個人組	太極6章、太極7章、太極8章、高麗、金剛、太白、平原、十進
女生個人組	
配對組（男女各一）	
男生團體組（三人）	
女生團體組（三人）	

1. 品勢：每 1 選手以參加 2 個組別為限。
2. 採篩選制及單淘汰賽制（PK 賽制），附加名次賽，名次不並列。
3. 比賽時間：30 至 90 秒，中間休息：30 秒。
4. 8 項品勢中抽選其中 2 項品勢，依選手所得分數，取平均成績排列。
5. 配對組、團體組比賽：依 8 項品勢中，抽選其中 2 項品勢，取平均成績排定名次。
6. 參賽選手，須穿著世界跆拳道聯盟規定之品勢競技服。

## 第二條 選手參賽年齡

- (一) 男子須年滿十五歲以上（民國 95 年 5 月 8 日以前出生）。
- (二) 女子須年滿十三歲以上（民國 97 年 5 月 8 日以前出生）。
- (三) 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形）。

第三條 報名人數規定 各隊每一量級以 1 名為限。

## 第四條 比賽制度

- (一) 比賽制度：採單淘汰制。





(二)比賽時間：賽三回合，每回合二分鐘，中間休息三十秒。

#### 第五條 成績計分方式及名次判別方式

- (一)每面金牌(第一名)得3分、銀牌(第二名)2分、銅牌(第三名)1分。
- (二)以各單位積分多寡決定優勝之團體名次，若積分相同，則以金、銀、銅牌數量多寡評分定積分。
- (三)每入選至前三名，選手於比賽中，如未賽完三回合於比賽中棄權時，則以自動棄權論，並取消其個人所得之成績。(如係被擊倒或受傷無法繼續比賽，經大會醫師或裁判判決勝負除外)。

#### 第六條 比賽細則：

對打比賽服裝及護具之規定：

選手一律穿著中華民國跆拳道協會認可之道服，並自備安全頭盔、牙套、手套、護襠、護肘、護脛、感應襪等器材參賽(頭上除護頭盔以外，不可配戴其它任何飾品物品)。

#### 第七條 比賽規則

採用中華民國跆拳道協會審定最新跆拳道規則。

#### 第八條 其他：

- (一)選手過磅：110年5月8日星期六(時間：7時30分至8時30分)
- (二)裁判會議：110年5月8日星期六(時間：8時30分)
- (三)抽籤：110年5月8日星期六(時間：8時30分)
- (三)教練會議：110年5月8日星期六(時間：8時40分)

#### 第九條

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。



# 各單位參加跆拳道比賽職、隊員名單

## 一、五結鄉

△教練：劉承怡      教練：劉文義

男隊員：樂喆晨      羅玟荃

女隊員：李子涵

## 二、冬山鄉

△教練：簡文真      教練：吳舟新

男隊員：謝獻祥      林宸駿

女隊員：陳奕芸      吳雅惠      游欣瑜      薛佳瑜

## 三、壯圍鄉

△教練：朱志忠

男隊員：林祈翰

女隊員：游子葵

## 四、宜蘭市

△領隊：連聖懷      管理：林志峰      教練：曾正公

男隊員：蕭智元      黃峻諺      任子杰      林俊睿      陳昱達      馮皓暉

吳振安      陳聖恩      任子良

女隊員：嚴紹甄      曾欣培      高溫俐婷      林敏瑄      楊巧聿

莊文欣      顏沁柔      羅婕婉      吳若瑄      吳苡潔

## 五、員山鄉

△教練：林志峰

男隊員：胡大政      高承安      劉宇倫



## 六、頭城鎮

△教練：曾正公      教練：林明弘  
 男隊員：李政翰      胡士軒      黃靖麟  
 女隊員：袁偵嘉      陳俞涵      張恩瑄

## 七、礁溪鄉

△教練：林志峰  
 男隊員：林致瑋  
 女隊員：劉宥君

## 八、羅東鎮

△教練：吳舟新      教練：簡文真      教練：陳奕任  
 男隊員：林子瑞      黃有全      郭竝逸      張志雄  
 女隊員：藍予晴      黃沐璿      盛基喬      郭子筠      廖晨      高好佩

## 九、蘇澳鎮

△教練：楊仁惠      教練：張東榮  
 男隊員：林易紳      黃家新      邱吉成      邱吉祥      鄭傑文  
 女隊員：許芷瑄      王憶芳      潘郁喬      韓羽甄      鄭羽晴



# 男子組跆拳道比賽編配表

一、54公斤級【54.00kg（含）以下】

**△決賽：共2人，不比賽**

蕭智元(宜市) 黃靖麟(頭城)

二、58公斤級【54.01kg~58.00kg】

**△決賽：共3人，取1名**

黃峻諺(宜市) 謝獻祥(冬山) 李政翰(頭城)

① \_\_\_\_\_

三、63公斤級【58.01kg~63.00kg】

**△決賽：共4人，取2名**

林致瑋(礁溪) 林祈翰(壯圍) 任子杰(宜市) 林子瑞(羅東)

① \_\_\_\_\_

② \_\_\_\_\_

四、68公斤級【63.01kg~68.00kg】

**△決賽：共3人，取1名**

胡士軒(頭城) 黃有全(羅東) 林俊睿(宜市)

① \_\_\_\_\_

五、74公斤級【68.01kg~74.00kg】

**△決賽：共2人，不比賽**

鄭傑文(蘇澳) 陳昱達(宜市)

六、80公斤級【74.01kg~80.00kg】





**△決賽：共4人，取2名**

馮皓暉(宜市) 羅玟荃(五結) 劉宇倫(員山) 邱吉祥(蘇澳)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_

**七、87公斤級【80.01kg~87.00kg】**

**△決賽：共4人，取2名**

吳振安(宜市) 黃家新(蘇澳) 郭竑逸(羅東) 高承安(員山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_

**八、87公斤以上【87.01kg以上】**

**△決賽：共3人，取1名**

任子良(宜市) 邱吉成(蘇澳) 胡大政(員山)

① \_\_\_\_\_

**九、品勢個人組**

**△決賽：共6人，取4名**

林易紳(蘇澳) 林宸駿(冬山) 樂晨(五結) 張志雄(羅東)  
胡士軒(頭城) 陳昱達(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

**十、品勢團體組**

**△決賽：共2隊，取1名**

陳昱達(宜市) 馮皓暉(宜市) 陳聖恩(宜市)  
胡大政(員山) 高承安(員山) 劉宇倫(員山)

① \_\_\_\_\_

# 女子組跆拳道比賽編配表

一、46公斤級【46.00kg（含）以下】

**△決賽：共4人，取2名**

藍予晴(羅東) 羅婕妮(宜市) 吳雅惠(冬山) 許芷瑄(蘇澳)

①

②

---

二、49公斤級【46.01kg~49.00kg】

**△決賽：共3人，取1名**

李子涵(五結) 莊文欣(宜市) 王憶芳(蘇澳)

①

---

三、53公斤級【49.01kg~53.00kg】

**△決賽：共5人，取3名**

吳若瑄(宜市) 鄭羽晴(蘇澳) 劉宥君(礁溪) 游子葵(壯圍)  
黃沐璿(羅東)

①

②

③

---

四、57公斤級【53.01kg~57.00kg】

**△決賽：共3人，取1名**

高溫俐婷(宜市) 游欣瑜(冬山) 盛基喬(羅東)

①

---

五、62公斤級【57.01kg~62.00kg】

**△決賽：共2人，不比賽**

潘郁喬(蘇澳) 陳奕芸(冬山)





六、67公斤級【62.01kg~67.00kg】

**△決賽：共3人，取1名**

韓羽甄(蘇澳) 楊巧聿(宜市) 袁偵嘉(頭城)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_

七、73公斤級【67.01kg~73.00kg】

**△決賽：共2人，不比賽**

薛佳瑜(冬山) 郭子筠(羅東)

八、73公斤以上【73.01kg以上】

**△決賽：共2人，不比賽**

吳苡潔(宜市) 廖仔晨(羅東)

九、品勢個人組

**△決賽：共7人，取5名**

張恩瑄(頭城) 潘郁喬(蘇澳) 李子涵(五結) 曾欣培(宜市)  
高好佩(羅東) 游子葵(壯圍) 吳雅惠(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_

十、品勢團體組

**△決賽：共3隊，取1名**

韓羽甄(蘇澳) 鄭羽晴(蘇澳) 潘郁喬(蘇澳)  
袁偵嘉(頭城) 陳俞涵(頭城) 張恩瑄(頭城)  
嚴紹甄(宜市) 林敏瑄(宜市) 顏沁柔(宜市)

① \_\_\_\_\_

# 混合組跆拳道比賽編配表

## 一、品勢配對組

### △決賽：共5隊，取3名

劉宥君(礁溪) 林致瑋(礁溪)

陳聖恩(宜市) 曾欣培(宜市)

游子葵(壯圍) 林祈翰(壯圍)

林宸駿(冬山) 吳雅惠(冬山)

高好佩(羅東) 張志雄(羅東)

①

②

③

---





# 柔 道

比賽時間：110年5月8日09：30起

比賽地點：中山國小技擊館

## 柔道委員會委員

榮譽顧問：黃定和

顧問：劉文勝 洪重賢 陳正仁 陳貴玲 陳季寧 連聖懷

主任委員：藍銘洋

副主任委員：林 盧 林志誠

技術顧問：林 盧 林志誠 黃瑞澤

委員：高世昌 余國輝 陳賢傑 江秋明 莊益成 陳孝順

黃瑞澤 羅健興 聶月如 魏敏浩 陳祿裕 葉文獻

王紘騰 張文欽 林育昌 李仁杰 何盈慶 吳振達

陳儀仁 高鳴齊 蔡耀興 藍鈺昌

## 柔道審判委員會

召集人：藍銘洋

審判委員：林 盧 林志誠 陳孝順

裁判長：黃瑞澤

副裁判長：陳祿裕

裁判：余國輝 陳賢傑 聶月如 羅健興 魏敏浩 葉文獻

王紘騰 李仁杰 陳儀仁 吳振達 李惠娟 胡國智

李冠賢 羅 平 黃淇暉 林羿焯 洪毅志 陳勁穎

陳韻鼎 楊雅鈞 曾永翰 陳岳鴻 陳伯恩

場務人員：宜蘭縣體育會柔道委員會訓練站

國立蘇澳高級海事水產職業學校學生

醫護人員：大會指派



# 柔道競賽規程

一、比賽日期：110年5月8日（開始比賽時間：9時30分）

二、比賽地點：中山國小技擊館（宜蘭市崇聖街4號）

## 第一條 柔道競賽項目

(一)男子：1.第一級：60公斤以下（含60.00公斤）

2.第二級：60.01公斤至66.00公斤

3.第三級：66.01公斤至73.00公斤

4.第四級：73.01公斤至81.00公斤

5.第五級：81.01公斤至90.00公斤

6.第六級：90.01公斤至100.00公斤

7.第七級：100.01公斤以上

(二)女子：1.第一級：48公斤以下（含48.00公斤）

2.第二級：48.01公斤至52.00公斤

3.第三級：52.01公斤至57.00公斤

4.第四級：57.01公斤至63.00公斤

5.第五級：63.01公斤至70.00公斤

6.第六級：70.01公斤至78.00公斤

7.第七級：78.01公斤以上

## 第二條 選手參賽年齡

(一)須年滿十二歲以上（民國98年5月4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形）。

## 第三條 報名人數規定



每單位註冊男女選手各以七人為限，每人限參加一級。

#### 第四條 成績名次

取 1、2、3、3、5、5 名，報名在 8 人以上取 6 名，7 人取 5 名，6 人取 4 名，5 人取 3 名，4 人取 2 名，3 人取 1 名，前 3 名發給金、銀、銅牌及獎狀，第 5 名發給獎狀。

#### 第五條 比賽規定：

- (一) 競賽時間：各組比賽時間皆為四分鐘，時間終了雙方平手時，則進行黃金得分系統（Golden Score system），不限時間。
- (二) 過磅：於比賽場館內過磅室，男女各一間，各量級在競賽當天 8 時至 8 時 10 分試磅，8 時 30 分至 9 時正式過磅（上磅秤以 1 次為限）及抽籤。
- (三) 不合註冊級別者，不得參加競賽，亦不得改級參賽。
- (四) 選手可準備白色、藍色柔道服出賽。
- (五) 女子選手柔道服內必須穿著白色短袖無領 T 恤參賽。
- (六) 競賽採用中華民國柔道總會最新之柔道比賽規則，如對規則解釋有爭議，以審判委員會判決為終決。

#### 第六條 醫務支援：

由大會支援指派。

#### 第七條

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。



# 各單位參加柔道比賽職、隊員名單

## 一、三星鄉

△教練：許云湘

女隊員：黃珽綺 游欣慈

## 二、大同鄉

△教練：張文欽 管理：莊鼎全 簡懷岷 教練：吳美花

男隊員：古德安 高承安 高承煜 張家駿 陳正崴 楊少軍  
陳震

女隊員：沈鈺芯 戴淑娟 沈映瑄 王琪 莊千旻 張巧欣  
簡蓁

## 三、五結鄉

△教練：張峻榮 李佩真 管理：林阿龍

男隊員：蔡耀興 林聖鈞 吳承儒 楊登智 楊智霖 莊朝崴  
林子堯

女隊員：王心好 林子崴 楊豫陵 楊巧君 蔡佳璇

## 四、冬山鄉

△教練：高鳴齊 教練：游芳昇

男隊員：邱醒哲 陳智松 陳晉晟 張文翔 陳柏諭 張森元  
游承偉

女隊員：羅伊君 羅伊婷 林育菽 邱莉淇 李惠娟

## 五、壯圍鄉

△教練：胡仁地 教練：吳素媚

男隊員：陳力愷 劉天賜 李偉誠



女隊員：劉素玉 潘筱筠 陳庭恩

## 六、宜蘭市

△教練：陳淳胤 謝書旻 管理：盧建豪

男隊員：林宜瑞 何盈慶 黃溢泰 林杰 陳彥志 藍鈺昌  
沈泉亦

女隊員：林素春 黃仟雅 陳芷萱

## 七、南澳鄉

△領隊：江子文 教練：楊雅鈞 管理：余駿龍

男隊員：夏文凱 柳昊霆 彭宇森 溫翔 徐宇呈 徐邕森

女隊員：張可瑜

## 八、員山鄉

△教練：林郁樺

男隊員：莊柏宇 黃明峴 林郁恩 林郁峰 湯瑩季

## 九、頭城鎮

△教練：林欣宜

女隊員：簡安旻

## 十、羅東鎮

△教練：陳澤維 鐘美惠 管理：藍世堯 李川弘

男隊員：王世堂 林威成 陳振豪 陳昱宏 李韋凡 陳振涵  
陳劭謙

女隊員：游芷瑜 陳劭妤 王埵慈 藍圓淳 陳劭萱 戴珮如  
陳玉菁

## 十一、蘇澳鎮



△教練：陳祿山      教練：劉志哲  
男隊員：吳睿麒      俞威州      簡偉智      朱文祥      俞晨希      李承恩  
            朱博丞  
女隊員：盧珮好      呂 靜      俞凡沁      李慈君      陳若瑜      李可云



# 男子組柔道比賽編配表

## 一、第一級【60.00kg(含)以下】

### △決賽：共9人，取7名

林宜瑞(宜市) 吳承儒(五結) 吳睿麒(蘇澳) 邱醒哲(冬山)  
王世堂(羅東) 古德安(大同) 陳力愷(壯圍) 柳昊霆(南澳)  
莊柏宇(員山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_

## 二、第二級【60.1kg~66.0kg】

### △決賽：共8人，取6名

溫翔(南澳) 陳智松(冬山) 林子堯(五結) 俞威州(蘇澳)  
黃明响(員山) 何盈慶(宜市) 林威成(羅東) 高承安(大同)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_

## 三、第三級【66.1kg~73.0kg】

### △決賽：共8人，取6名

黃溢泰(宜市) 陳晉晟(冬山) 簡偉智(蘇澳) 夏文凱(南澳)  
蔡耀興(五結) 林郁恩(員山) 高承煜(大同) 陳振豪(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_

## 四、第四級【73.1kg~81.0kg】

### △決賽：共9人，取7名



彭宇森(南澳) 張家駿(大同) 張文翔(冬山) 劉天賜(壯圍)  
莊朝歲(五結) 陳昱宏(羅東) 陳彥志(宜市) 林郁峰(員山)  
朱文祥(蘇澳)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_

### 五、第五級【81.1kg~90.0kg】

#### △決賽：共8人，取6名

李偉誠(壯圍) 陳柏諭(冬山) 徐宇呈(南澳) 陳正歲(大同)  
李韋凡(羅東) 楊登智(五結) 林杰(宜市) 俞晨希(蘇澳)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_

### 六、第六級【90.1kg~100.0kg】

#### △決賽：共6人，取4名

林聖鈞(五結) 楊少軍(大同) 李承恩(蘇澳) 張森元(冬山)  
陳振涵(羅東) 藍鈺昌(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

### 七、第七級【100.1kg以上】

#### △決賽：共8人，取6名

陳劭謙(羅東) 陳震(大同) 沈泉亦(宜市) 游承偉(冬山)  
楊智霖(五結) 徐邗森(南澳) 湯瑩季(員山) 朱博丞(蘇澳)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_





# 女子組柔道比賽編配表

## 一、第一級【48.0kg（含）以下】

### △決賽：共6人，取4名

沈鈺芯(大同) 羅伊君(冬山) 王心妤(五結) 劉素玉(壯圍)  
游芷瑜(羅東) 盧珮妤(蘇澳)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

## 二、第二級【48.1kg~52.0kg】

### △決賽：共5人，取3名

戴淑娟(大同) 潘筱筠(壯圍) 楊巧君(五結) 羅伊婷(冬山)  
陳劭妤(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_

## 三、第三級【52.1kg~57.0kg】

### △決賽：共7人，取5名

張可瑜(南澳) 沈映瑄(大同) 黃仟雅(宜市) 王堉慈(羅東)  
陳庭恩(壯圍) 蔡佳璇(五結) 呂靜(蘇澳)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_

## 四、第四級【57.1kg~63.0kg】

### △決賽：共6人，取4名

林素春(宜市) 藍圓淳(羅東) 林子葳(五結) 王琪(大同)  
俞凡沁(蘇澳) 林育菽(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_



五、第五級【63.1kg~70.0kg】

**△決賽：共6人，取4名**

邱莉淇(冬山) 陳劭萱(羅東) 簡安旻(頭城) 李慈君(蘇澳)  
莊千旻(大同) 楊豫陵(五結)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

六、第六級【70.1kg~78.0kg】

**△決賽：共5人，取3名**

游欣慈(三星) 李惠娟(冬山) 陳若瑜(蘇澳) 戴珮如(羅東)  
張巧欣(大同)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_

七、第七級【78.1kg以上】

**△決賽：共5人，取3名**

李可云(蘇澳) 陳玉菁(羅東) 黃珽綺(三星) 簡 蓁(大同)  
陳芷萱(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_



# 體操

比賽時間：110年5月1日09~17時

比賽地點：宜蘭縣立體操館

## 體操委員會

主任委員：魏炎輝

副主任委員：陳建安

委員：吳日維 游贊薰 張振東 林杉騰 廖至笠  
顧問：王源宏 曾崧 陳銓 沈如富 林顯宗 黃金明  
張漢鐘 張鵬遠

## 體操審判委員會

召集人：魏炎輝

審判委員：曾崧 陳建安 沈如富 吳日維 林杉騰 廖至笠

裁判長：王源宏

主任裁判：簡偉翔 童俊傑 王國連

裁判員：方俊達 許金樹 趙偉廷 黃金明 方俊博 吳展岳  
張筱峰 蕭沛然 黃浩志

總記錄：陳宛吟 劉冠廷

記錄：許家祥 林政濤 游博宇



# 體操競賽規程

一、比賽日期：110年5月1日（開始比賽時間：9時～17時）

二、比賽地點：宜蘭縣立體操館

## 第一條 體操競賽項目

- (一)成隊競賽。
- (二)個人全能競賽。
- (三)個人單項競賽。

## 第二條 選手資格：

- (一)年滿十歲以上（民國100年4月3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形）。

## 第三條 報名人數規定

各鄉鎮最多報名6人（6人均可下場比賽），不足3人者不計成隊成績，只計個人全能及個人單項成績。

## 第四條 成績計算及名次判定

(一)成隊競賽（第I競賽）：

各單位每一單項擇優3人的成績合計為該單位之單項成績。六項總合成績最高的單位為第一名，餘依此類推，依據宜蘭縣運動會競賽規程總則頒發獎狀、獎牌。

※無論成隊與否均需參加此項競賽。

(二)個人全能競賽：



依據第 I 競賽個人成績總合產生，每個單位最多以三名為限，成績最高者為第一名，餘依次類推，依據宜蘭縣運動會競賽規程總則頒發獎狀、獎牌，得分相同時名次得以並列。

※未能參與全部項目競賽者不列全能競賽成績。

### (三)個人單項競賽：

依據第 I 競賽個人單項得分而產生，每個單位最多以二名為限，成績最高者為第一名，餘依次類推，依據宜蘭縣運動會競賽規程總則頒發獎狀、獎牌，得分相同時名次得以並列。

## 第五條 比賽細則

(一)單位出場順序依110年1月15日抽籤決定之。

(二)單位一、單位二賽程於上午10：00至12：00結束。

(三)單位三、單位四、單位五賽程於下午13：30至16：30結束。

## 第六條 比賽規則

(一)採2017至2020年國際體操總會（FIG）頒布之國際規則。

(二)跳馬第一跳成績只適用於成隊及個人全能，單項成績需與第二跳的分數平均採計，動作類別之規範依國際規則之規定辦理。

## 第七條

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。



# 體操賽程表

(1)羅東鎮

(2)三星鄉 大同鄉

(3)冬山鄉、五結鄉、蘇澳鎮

※抽籤決定出賽組別

時間	地板	鞍馬	吊環	跳馬	雙槓	單槓
09：00～09：50	1	2	3			
10：00～10：50	3	1	2			
11：00～11：50	2	3	1			
12：00～12：50				1	2	3
13：00～13：50				3	1	2
14：00～14：50				2	3	1



# 體操比賽編配表

## 一、體操

### △決賽：共16人，取8名

李享恩(羅東)	黃克強(羅東)	邱敏翰(羅東)	林瑋宸(羅東)
陳宇書(羅東)	官政霆(羅東)	王奕翔(蘇澳)	蘇秉權(蘇澳)
周登朋(大同)	宋孝恆(大同)	伊冠鈞(大同)	鍾天樂(大同)
鍾天喜(大同)	陳智郁(冬山)	簡廷任(冬山)	林信志(三星)

①	②	③	④
⑤	⑥	⑦	⑧



# 各單位參加體操比賽職、隊員名單

## 一、三星鄉

△教練：鄭豐億

男隊員：林信志

## 二、大同鄉

△教練兼管理：吳柏賢

男隊員：周登朋 宋孝恆 伊冠鈞 鍾天樂 鍾天喜

## 三、冬山鄉

△教練：簡偉全

男隊員：陳智郁 簡廷任

## 四、羅東鎮

△領隊：曾 崧 教練兼管理：林志謙

男隊員：李享恩 黃克強 邱敏翰 林瑋宸 陳宇書 官政霆

## 五、蘇澳鎮

△教練：鄭豐億

男隊員：王奕翔 蘇秉權





# 空手道

比賽時間：110年5月1日08：00起

比賽地點：宜蘭縣立武術館三樓

## 空手道委員會

主任委員：陳震宇

副主任委員：徐崧華

委員：王永鎮 林永達 游佳玲 葉建宏 陳大傑 盧泳澤  
謝宗謀

總幹事：莊英泰

會務組：莊英泰

競賽組：潘錡漢

財務組：唐至綺

裁判組：唐至綺

## 空手道審判委員會

召集人：陳震宇

審判委員：何聯穎 黃柏瑜 邱俊忠

裁判長：何聯穎

裁判：李達鈞 莊育豪 朱慧銘 林冠君 謝泓錡 林展敬  
葉子豪 潘錡漢 陸大丰 林皓婷



# 空手道競賽規程

一、比賽日期：110年5月1日（星期六）（開始比賽時間：8時）

二、比賽地點：宜蘭縣立武術館（羅東鎮中華路99號）

## 第一條 比賽項目

### （一）【男子組】

#### 1.個人型

2.個人對打—第一級：55公斤以下（含55.00公斤）

第二級：55.01公斤至60.00公斤

第三級：60.01公斤至67.00公斤

第四級：67.01公斤至75.00公斤

第五級：75.01公斤至84.00公斤

第六級：84.01公斤以上

### （二）【女子組】

#### 1.個人型

2.個人對打—第一級：50公斤以下（含50.00公斤）

第二級：50.01公斤至55.00公斤

第三級：55.01公斤至61.00公斤

第四級：61.01公斤至68.00公斤

第五級：68.01公斤以上

## 第二條 選手參賽年齡

（一）【型】須年滿8足歲（民國101年5月1日以前出生）。

（二）【對打】須年滿10足歲（民國99年5月1日以前出生）。

（三）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形）。





### 第三條 報名人數規定

- (一)對打項目每 1 量級每鄉鎮註冊以 2 人為限，每人以註冊 1 個量級為限。
- (二)個人型男子組及女子組各以 3 人為限。個人型選手，可參加對打 1 量級。

### 第四條 比賽制度

- (一)比賽規則：採用中華民國空手道協會最新修訂出版之規則；如規則解釋有爭議，以英文版為準。規則中如有未盡事宜，則以審判委員會議之決議為最終判決。
- (二)比賽制度：採單淘賽加復活賽 (Repechage system) 賽制。
- (三)對打比賽規定：
  1. 男子 3 分鐘；女子 2 分鐘。
  2. 過磅時間為該量級比賽當日上午 8 時至 9 時於比賽場地過磅，未符合該量級或未參加過磅者均以失格論。選手過磅時須備有照片之身份證件。
  3. 裁判會議後舉行抽籤，由裁判長主持。

### 第五條 器材設備

- (一)競賽場地的器材與設備依世界空手道聯盟競賽規則辦理。選手自備之器材亦須符合世界空手道聯盟或亞洲空手道聯盟或中華民國空手道協會競賽規則之規定。
- (二)所有參參加對打之選手，必須配戴世界空手道聯盟規定之白色身體護具。

### 第六條 獎勵

各項目前三名發給獎牌與獎狀、第四名至第八名發給獎狀。

## 第七條

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。



# 空手道比賽賽程表

時 間	活 動 程 序
08：00~08：30	裁判、工作人員報到／對打選手過磅
08：30~09：30	各鄉鎮報到／裁判會議及抽籤
09：30~13：00	女子個人型
	男子個人型
	女子個人對打第一量級（-50公斤）
	男子個人對打第一量級（-55公斤）
	女子個人對打第二量級（-55公斤）
	男子個人對打第二量級（-60公斤）
	中午休息及吃飯
13：00~16：00	女子個人對打第三量級（-61公斤）
	男子個人對打第三量級（-67公斤）
	女子個人對打第四量級（-68公斤）
	男子個人對打第四量級（-75公斤）
	女子個人對打第五量級（+68公斤）
	男子個人對打第五量級（-84公斤）
	男子個人對打第六量級（+84公斤）
	女子個人對打68公斤以上決賽
16：00~17：00	閉幕典禮及頒獎



# 各單位參加空手道比賽職、隊員名單

## 一、五結鄉

△領隊：張冬萍      教練：林泰舟  
男隊員：杜沐宸    莊已樂    陳岳宏    陳岳禧    許靖    陳夏晏  
          陳灝文  
女隊員：林羽君    林偉淳

## 二、冬山鄉

△領隊：黃慶恩    黃婉雯      教練：周祈良    周家君  
男隊員：黃翔澤    張鎰洧    賴洧誠    賴柏瑋    邱暉玟    邱暉珉  
          葉子豪    許証陽    曾廷綸    曾子恩    游善鈞  
女隊員：毛秀清    許瑋君    許敏惠    劉珮宜    林宜屏    林育伶  
          林哲如    彭羽熙    李珣晞

## 三、壯圍鄉

△教練：莊英泰  
女隊員：陳沛璇

## 四、宜蘭市

△領隊：陳志忠      教練：藍美麗      教練：莊英泰  
男隊員：潘奕維    陳柏凱    吳晉安    賈賀勳    邱偉嘉  
女隊員：潘怡如    陳俞晴    車佳叡    車佳儒    林沛穎    林昶懿

## 五、羅東鎮

△領隊：賴昭旭    周圳池      教練：莊英泰    周家君  
男隊員：侯彥均    徐麒為    蕭睿杉    劉耕權    陳志杰    劉鑑霆  
          黃暉智    張煥宜    黃文聖    林立人    雷睿承    何睿恩



楊又瑜

女隊員：游靜恩 趙唐瑄 劉又慈 朱可歆 林家芸 周美秀  
林翊宸 匡芊葶 邱上恩 邱翊宥 陳宜婕



# 男子組空手道比賽編配表

## 一、個人型

### △決賽：共11人，取8名

侯彥均(羅東) 徐麒為(羅東) 蕭睿杉(羅東) 曾子恩(冬山)  
潘奕維(宜市) 陳柏凱(宜市) 吳晉安(宜市) 黃翔澤(冬山)  
杜沐宸(五結) 莊已樂(五結) 陳岳禧(五結)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_

## 二、個人對打-第一級55公斤以下【含55kg】

### △決賽：共8人，取6名

侯彥均(羅東) 徐麒為(羅東) 曾子恩(冬山) 吳晉安(宜市)  
邱偉嘉(宜市) 莊已樂(五結) 黃翔澤(冬山) 杜沐宸(五結)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_

## 三、個人對打-第二級【55.01~60.00公斤】

### △決賽：共5人，取3名

劉耕權(羅東) 張鎔洧(冬山) 許証陽(冬山) 雷睿承(羅東)  
陳柏凱(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_

## 四、個人對打-第三級【60.01~67公斤】

### △決賽：共4人，取2名

陳志杰(羅東) 賴柏瑋(冬山) 邱暉(冬山) 林立人(羅東)





① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_

### 五、個人對打-第四級【67.01~75公斤】

#### △決賽：共7人，取5名

游善鈞(冬山) 潘奕維(宜市) 賴洧誠(冬山) 黃暉智(羅東)  
黃文聖(羅東) 陳岳宏(五結) 陳岳禧(五結)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_

### 六、個人對打-第五級【75.01~84公斤】

#### △決賽：共5人，取3名

張煥宜(羅東) 何睿恩(羅東) 陳灝文(五結) 許 靖(五結)  
邱暉玓(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_

### 七、個人對打-第六級【84.01公斤以上】

#### △決賽：共6人，取4名

曾廷綸(冬山) 賈賀勛(宜市) 葉子豪(冬山) 劉鑑霆(羅東)  
楊又瑜(羅東) 陳夏晏(五結)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_



# 女子組空手道比賽編配表

## 一、個人型

### △決賽：共9人，取7名

陳沛璇(壯圍) 匡芋葶(羅東) 邱上恩(羅東) 邱翊宥(羅東)  
陳俞晴(宜市) 車佳叡(宜市) 車佳儒(宜市) 林羽君(五結)  
李珣晞(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_

## 二、個人對打-第一級50公斤以下【含50.00kg】

### △決賽：共5人，取3名

邱上恩(羅東) 陳宜婕(羅東) 林暄懿(宜市) 陳俞晴(宜市)  
劉珮宜(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_

## 三、個人對打-第二級【50.01~55公斤】

### △決賽：共5人，取3名

許敏惠(冬山) 陳沛璇(壯圍) 趙唐瑄(羅東) 邱翊宥(羅東)  
潘怡如(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_

## 四、個人對打-第三級【55.01~61公斤】

### △決賽：共5人，取3名

林羽君(五結) 游靜恩(羅東) 朱可歆(羅東) 許瑋君(冬山)  
彭羽熙(冬山)



① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_

### 五、個人對打-第四級【61.01~68公斤】

#### △決賽：共6人，取4名

毛秀清(冬山) 林宜屏(冬山) 劉又慈(羅東) 車佳叡(宜市)  
林沛穎(宜市) 林家芸(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

### 六、個人對打-第五級【68.01公斤以上】

#### △決賽：共6人，取4名

林偉淳(五結) 車佳儒(宜市) 林育伶(冬山) 林哲如(冬山)  
林翊宸(羅東) 周美秀(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_



# 武 術

比賽時間：110年5月8日08:00起

比賽地點：宜蘭縣立武術館

## 武術委員會

主任委員：劉萬星

榮譽主任委員：蔡輝龍 陳正行

副主任委員：李春生 林正雄 張新俊 游祥明 黃文泉

常務委員：陳顯群 吳豐年 羅國鶴 黃國棟 廖國楨 林崑陵

委員：吳明哲 吳義潭 吳安富 游本德 陳惠德 簡木溪

林建宏 陳玉梅 羅魁梧 林能興 朱麗慧 林清朗

黃清麟 楊錫光 周美秀 呂為猷 游囿仁 劉鑑霆

總幹事：林易衡

財務組：葉子豪

## 武術審判委員會

仲裁委員會主任：劉萬星

仲裁委員會副主任：李春生

仲裁委員會委員：陳正行 蔡輝龍 張新俊 黃文泉 陳顯群

游祥明 游本德 羅國鶴 陳玉梅

總裁判長：林建宏

套路裁判長：林易衡

散打裁判長：游囿仁

編排記錄長：呂為猷

檢錄長：匡茅葶

執行裁判：吳豐年 黃國棟 廖國楨 林崑陵 吳明哲

吳義潭 吳安富 陳惠德 簡木溪 羅魁梧

林能興 林清朗 黃清麟 楊錫光 林訓呈

林逸哲 游宗諭 謝明哲 楊品薇 游蒞涵

滑韻婷 楊淳仁 蕭宇倫 林泰舟



# 武術競賽規程

一、比賽日期：110年5月8日（星期六）（開始比賽時間：8時）

二、比賽地點：宜蘭縣立武術館（羅東國中內）

## 第一條 武術競賽項目

(一)男子：

1. 套路：(1)長拳  
(2)刀術／棍術全能  
(3)南拳／南棍全能  
(4)太極拳／太極劍全能
2. 散手：(1)52公斤級：52公斤以下（含52.00公斤）  
(2)56公斤級：56公斤以下（52.01公斤至56.00公斤）  
(3)60公斤級：60公斤以下（56.01公斤至60.00公斤）  
(4)65公斤級：65公斤以下（60.01公斤至65.00公斤）  
(5)70公斤級：70公斤以下（65.01公斤至70.00公斤）  
(6)75公斤級：75公斤以下（70.01公斤至75.00公斤）

(二)女子：

1. 套路：(1)長拳  
(2)劍術／槍術全能  
(3)南拳／南刀全能  
(4)太極拳／太極劍全能
2. 散手：(1)48公斤級：48公斤以下（含48.00公斤）  
(2)52公斤級：52公斤以下（48.01公斤至52.00公斤）  
(3)60公斤級：60公斤以下（52.01公斤至60.00公斤）

## 第二條 選手參賽年齡



- (一)散手：選手須年滿13足歲，但未超過40足歲（民國70年5月8日以後出生至民國97年5月8日以前出生）。
- (二)套路：選手需年滿8足歲（民國102年5月8日以前出生）。
- (三)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形）。

### 第三條 報名人數規定

- (一)每單位最多可註冊套路男、女選手共12人；散手男選手8人、女選手4人參加所有項目。
- (二)依照亞洲武術聯合會（WFA）規定，所有套路選手只能參加1個項目。
- (三)套路比賽同1項目，每隊最多可派3名選手；散手比賽惟每1量級只能派2位選手。

### 第四條 比賽制度 散手採單淘汰制，3人採取循環制。

### 第五條 套路成績計分方式及名次判別方式

- (一)評定標準：以國際武術聯合會IWUF國際武術套路競賽規則與裁判法(節選)2019中文版為準。
- (二)個人單項名次：每項依成績高低取前八名。
- (三)個人全能名次：按各單項得分總和的高低進行評定，得分最高者為全能第一名，次多者為第二名，依次類推。
- (四)個人單項的得分相等的處理：
  - 1.以完成動作難度等級高者列前。
  - 2.以完成高等級動作難度數量多者列前。
  - 3.以難度得分高者列前。





- 4.如仍相等，以演練水平應得分高者列前。
- 5.如仍相等，以演練水平無效低分高者列前。
- 6.如仍相等，名次並列。

(五)個人全能得分相等時，以比賽中獲單項第一名多者列前；如仍相等，則以獲得第二名多者列前，依次類推；如獲得所有名次均相等，則並列。

## 第六條 比賽細則

- (一)比賽當日上午八點至八點三十分進行領隊會議：宣達有關事項、增訂或更改競賽規程或比賽秩序。
- (二)比賽抽籤缺席隊伍由大會代抽。
- (三)選手應於出賽前三十分鐘接受檢錄，準備出場競賽。
- (四)套路選手須穿著武術表演服並自備符合國際競賽規則規定之兵器。
- (五)散手選手必須穿戴大會規定的拳套、護頭、護胸、赤腳；穿著與比賽護具相同顏色之背心和短褲；護具(含護齒、護襠)，護襠必須穿在短褲內。
- (六)難度表請列印於110年5月1日18:00前傳送至easybalance72@gmail.com電子信箱，未於期限內繳交難度表者，難度以零分計算。

## 第七條 比賽規則

競賽採用2019國際武術套路競賽規則及2017國際武術散手競賽規則，如對規則解釋有爭議，以國際武術聯合會國際武術競賽規則中文版為準。規則中未盡事宜，由審判委員會解釋。

## 第八條 獎勵

各項目降二敘獎，前三名發給獎牌與獎狀，第四名至第八名發給獎狀。

### 第九條

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。





# 各單位參加武術比賽職、隊員名單

## 一、三星鄉

△教練：楊志儒

男隊員：劉奕仁

## 二、大同鄉

△教練兼管理：劉鑑霆

女隊員：吳若暄

## 三、五結鄉

△領隊：黃婉雯 教練：周美秀

男隊員：陳岳禧 陳岳宏 莊已樂 許 靖 陳夏晏 陳灝文

女隊員：林偉淳

## 四、冬山鄉

△領隊：周家君 賴昭旭 教練：周圳池 張冬萍

男隊員：張鋹洧 曾子恩 邱暉珉 邱暉玆 曾廷綸 賴柏瑋

賴洧誠 許証陽 游善鈞 葉子豪

女隊員：林宜屏 林育伶 林哲如 許瑋君 許敏惠 劉珮宜

彭羽熙 毛秀清

## 五、壯圍鄉

△教練：陳麗卿

男隊員：林聖閔

女隊員：曾 璿



## 六、宜蘭市

△領隊：陳志忠      教練：藍美麗  
男隊員：潘奕維    陳柏凱    鄭于康    林尚杰    吳晉安    林睿絃  
女隊員：潘怡如    陳俞晴    林羽婕    林怡瑄    車佳叡    車佳儒

## 七、員山鄉

△教練：楊志儒  
男隊員：劉宇倫

## 八、頭城鎮

△領隊：林文欽      教練：李姿雯  
男隊員：吳文凱    葉冠宏    林學擇    林祐廷

## 九、礁溪鄉

△領隊：吳國華      教練兼管理：林益弘      指導：游右安  
教練：游允捷      管理：呂湘茹      隊長：陳秉昇  
男隊員：郭家瑋    賴嘉宏    李育任    鄭子強    陳正哲    游皓羽  
          林宜宏    林奕誠    吳守仁    郭宇傑    周羿澤    林耀遵  
          鄔懷寧    吳政勳  
女隊員：林怡萱    涂欣如    王珮媛    周文心    林奕蓮    吳旻紋  
          林芷好    游子玟    鄔培宜    游子函

## 十、羅東鎮

△領隊：周圳池    張冬萍      教練：周家君    林泰舟  
男隊員：黃暉智    羅加恩    羅加宥    黃勛    黃文聖    張煥宜  
          楊又瑜    何睿恩    劉耕權    林佑宇    陳志杰    賴柏宏  
          林立人  
女隊員：朱可詠    趙唐瑄    林家芸    廖彥嬪    游靜恩    余之勻  
          簡雅貞    劉又慈    孫孟瑄    李佳壘    林翊宸



## 武術比賽時間表

時 間	套 路	時 間	散 打		
08:00-08:30	裁判人員報到	08:00-08:30	裁判人員報到		
08:30-09:00	鄉鎮報到/裁判會議	08:30-09:00	鄉鎮報到/裁判會議		
09:00-09:30	套路賽前練習	09:00-10:00	選手過磅		
09:30-12:00	男子太極拳 3人			10:00-10:30	散打抽籤 與賽前練習
	女子太極拳 5人				
	男子南拳 10人	10:30-12:00	各量級初賽		
	女子南拳 8人				
	男子刀術 7人				
	女子劍術 5人				
男子長拳 6人					
女子長拳 6人					
12:00-13:30	中午用餐及休息	12:00-14:00	中午用餐及休息		
13:30-14:00	套路賽前練習	14:00-16:00	各量級複賽/決賽		
14:00-16:00	男子太極劍 3人				
	女子太極劍 5人				
	男子南棍 10人				
	女子南刀 8人				
	男子棍術 7人				
	女子槍術 5人				
16:00-16:30	頒獎及閉幕典禮				



# 男子組武術比賽編配表

## 一、長拳【套路】

### △決賽：共6人，取4名

林佑宇(羅東) 賴柏宏(羅東) 陳岳禧(五結) 吳晉安(宜市)  
林耀遵(礁溪) 鄔懷寧(礁溪)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

## 二、刀術／棍術全能【套路】

### △決賽：共7人，取5名

劉耕權(羅東) 曾子恩(冬山) 吳政勳(礁溪) 張鎰洧(冬山)  
莊已樂(五結) 陳岳宏(五結) 潘奕維(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_

## 三、南拳／南棍全能【套路】

### △決賽：共10人，取8名

陳灝文(五結) 邱暉(冬山) 賴柏瑋(冬山) 吳文凱(頭城)  
郭宇傑(礁溪) 周羿澤(礁溪) 鄭于康(宜市) 林尚杰(宜市)  
何睿恩(羅東) 黃文聖(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_

## 四、太極拳／太極劍全能【套路】

### △決賽：共3人，取1名

吳守仁(礁溪) 葉子豪(冬山) 陳柏凱(宜市)



① \_\_\_\_\_

### 五、散手52公斤級【52.00kg（含）以下】

#### △決賽：共5人，取3名

邱暉琰(冬山) 林立人(羅東) 楊又瑜(羅東) 林宜宏(礁溪)  
林奕誠(礁溪)

① \_\_\_\_\_

② \_\_\_\_\_

③ \_\_\_\_\_

### 六、散手56公斤級【52.01kg~56.00kg】

#### △決賽：共5人，取3名

許証陽(冬山) 陳正哲(礁溪) 游皓羽(礁溪) 林睿絃(宜市)  
黃 勳(羅東)

① \_\_\_\_\_

② \_\_\_\_\_

③ \_\_\_\_\_

### 七、散手60公斤級【56.01kg~60.00kg】

#### △決賽：共4人，取2名

劉奕仁(三星) 賴洧誠(冬山) 鄭子強(礁溪) 羅加宥(羅東)

① \_\_\_\_\_

② \_\_\_\_\_

### 八、散手65公斤級【60.01kg~65.00kg】

#### △決賽：共5人，取3名

劉宇倫(員山) 羅加恩(羅東) 李育任(礁溪) 曾廷綸(冬山)  
葉冠宏(頭城)

① \_\_\_\_\_

② \_\_\_\_\_

③ \_\_\_\_\_

### 九、散手70公斤級【65.01kg~70.00kg】

#### △決賽：共4人，取2名



林學擇(頭城) 賴嘉宏(礁溪) 陳志杰(羅東) 游善鈞(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_

十、散手75公斤級【70.01kg~75.00kg】

**△決賽：共6人，取4名**

林聖閔(壯圍) 許靖(五結) 黃暉智(羅東) 張煥宜(羅東)

林祐廷(頭城) 郭家瑋(礁溪)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_

## 女子組武術比賽編配表

一、長拳【套路】

**△決賽：共6人，取4名**

游靜恩(羅東) 林翊宸(羅東) 鄔培宜(礁溪) 游子函(礁溪)

車佳叡(宜市) 車佳儒(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

二、劍術／槍術全能【套路】

**△決賽：共5人，取3名**

彭羽熙(冬山) 吳旻紋(礁溪) 林家芸(羅東) 林宜屏(冬山)

潘怡如(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_

三、南拳／南刀全能【套路】





**△決賽：共8人，取6名**

朱可歆(羅東) 趙唐瑄(羅東) 林羽婕(宜市) 林怡瑄(宜市)  
林芷妤(礁溪) 游子玗(礁溪) 劉珮宜(冬山) 毛秀清(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_

**四、太極拳／太極劍全能【套路】**

**△決賽：共5人，取3名**

陳俞晴(宜市) 林奕蓮(礁溪) 林偉淳(五結) 廖彥嬪(羅東)  
劉又慈(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_

**五、散手48公斤級【48.00kg(含)以下】**

**△決賽：共4人，取2名**

王珮媛(礁溪) 周文心(礁溪) 簡雅貞(羅東) 林育伶(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_

**六、散手52公斤級【48.01kg~52.01kg】**

**△決賽：共5人，取3名**

吳若暄(大同) 林哲如(冬山) 許敏惠(冬山) 孫孟瑄(羅東)  
涂欣如(礁溪)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_

**七、散手60公斤級【52.01kg~60.00kg】**

**△決賽：共5人，取3名**

林怡萱(礁溪) 許瑋君(冬山) 余之勻(羅東) 李佳壘(羅東)  
曾 璿(壯圍)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_

# 圍 棋

比賽時間：110年 4 月 18 日 09：00

比賽地點：羅東鎮東光國民中學體育館

## 圍棋委員會

主任委員：林 杰

副主任委員：陳克信 黃祐崇

委員：李施義 吳松雄 陳良欽 楊 杰 林榮發 張芳鳴

總幹事：林建宏

財務組：王寶霖

裁判組：李施義

會務組：李施智

競賽組：林文修

## 圍棋審判委員會

召集人：林 杰

副召集人：陳克信 黃祐崇

審判委員：林建宏 李施義 王寶霖

裁判長：李施義

副裁判長：王寶霖

競賽組長：林文修

裁判：林介生 蕭慧芳 鍾清松 李朝煌 吳松雄 林永哲  
陳克信





# 圍棋競賽規程

一、比賽日期：118年4月18日（開始比賽時間：9時）

二、比賽地點：宜蘭縣羅東鎮東光國民中學體育館

## 第一條 圍棋競賽項目

- (一)團體組：限各鄉、鎮、市所屬國小學生（比賽時請攜帶學生證）。  
以學校為單位，每場每隊派三員依出賽單順序比賽，一律分先，比十九路大棋盤、黑185點勝，三戰兩戰勝者勝。（於領隊會議時公開抽籤，每鄉、鎮、市最多4隊參加）
- (二)級位組：限國小。（比賽時請攜帶學生證）
- (三)段位組：初段組、二段組、三段組、四段組、五段組、六段組、七段組。（可視實際報名人數分低、中、高段組差一段讓先）
- (四)：團體組、級位組以國小學為限。

## 第二條 註冊

- (一)各組以鄉鎮市公所為單位，每單位每組最多可限報12人，並依據競賽總則第九條規定辦理。
- (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形）。

## 第三條 比賽辦法

- (一)比賽規則：採中華民國圍棋協會頒佈之規則各組一律分先，黑棋185子勝。
- (二)比賽制度：採用瑞士制及循環賽。
- (三)比賽規定：各場比賽選手遲到15分鐘即裁定敗。
- (四)比賽時間：每場比賽時間為20分鐘讀秒3次每次20秒。
- (五)規則中如有未盡事宜，則以審判委員會議之決議為最終判決。

## 第四條 申訴



依據競賽總則第十條規定辦理。

#### 第五條 獎勵

依據競賽總則第七條規定辦理。

#### 第六條

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。



# 各單位參加圍棋比賽職、隊員名單

## 一、三星鄉

△教練：陳易廷  
男隊員：蕭 頌

## 二、五結鄉

△教練：蕭慧芳  
男隊員：劉丞翔 彭建翰 林湧森

## 三、冬山鄉

△教練：陳易廷  
男隊員：陳易廷 林鈺鈞 李哲銓 李哲焯 林冠佑 林科男  
張立揚 陳冠柏 蔡承翰

## 四、宜蘭市

△領隊：林武郎 教練：雷西漢 管理：林耕豐  
男隊員：林寬翰 游宸瑜 吳牧謙 吳友琳 吳東格 林澤洋  
何明鴻 郭得珣 游凱中 劉定展 唐賢棟 林岳廷  
方呈睿 吳宇翔 吳忻丞 林振輝 周永立 曲軍成  
蔡宜志 林俊言 林晉丞 吳文維  
女隊員：陳品瑤 吳牧芹 游芯語 劉品好

## 五、員山鄉

△教練：宋傳德  
男隊員：宋昀航 宋亮飛 宋星泉 劉韋樂

## 六、頭城鎮



△領隊：林宏樟      教練：趙玉梅  
 男隊員：蘇煒凱      黃瀚陞   潘禹睿   游惟成   魏士惟   詹益豪  
                  林定痒  
 女隊員：黃滢靚      林晏晴

### 七、礁溪鄉

△領隊：陳曼玲      教練：陳易廷  
 男隊員：林祐兆      褚翌宏   張博翔   胡瀚臨   廖昊品  
 女隊員：張博雯

### 八、羅東鎮

△教練：陳易廷  
 男隊員：張宇佑      趙又辰   黃睿程   張祐綺   張靖朋   沈柏峯  
                  沈延俊      鄒昫晏   陳正昕   王偉任   陳至軒   陳睿琪  
                  莊凱鈞      黃立承   陳柏佑   王彥儒   魏子紳   張惟閔  
                  陳彥臣      鄭楷達  
 女隊員：游沐蓉      呂瑞婕   黃曉柔

### 九、蘇澳鎮

△領隊：蔡芸慈      教練：蕭慧芳  
 男隊員：張子恩      張明哲   林陳佑   林陳彥   游承恩  
 女隊員：李欣諭



# 圍棋比賽編配表

## 一、國小團體組

### △決賽：共5隊，取3名

羅東：呂瑞婕	王彥儒	陳柏佑			
頭城：蘇煒凱	黃瀚陞	黃溼靚	潘禹睿	游惟成	魏士惟
	詹益豪	林定痒	林晏晴		
蘇澳：林陳彥	游承恩	李欣諭			
宜市：游宸瑜	劉品妤	吳牧謙	吳牧芹	吳友	林寬翰
	陳品瑀	吳東格	游芯語		
員山：宋亮飛	宋星泉	劉韋樂			

①

②

③

## 二、國小級位組

### △決賽：共11人，取8名

張宇佑(羅東)	魏子紳(羅東)	黃曉柔(羅東)	張惟閔(羅東)
郭得珣(宜市)	游凱中(宜市)	李哲炘(冬山)	林科男(冬山)
張明哲(蘇澳)	何明鴻(宜市)	彭建翰(五結)	

①

②

③

④

⑤

⑥

⑦

⑧

## 三、段位組：初段組

### △決賽：共15人，取8名

蔡承翰(冬山)	宋昫航(員山)	李哲鈺(冬山)	張博雯(礁溪)
方呈睿(宜市)	黃睿程(羅東)	林陳佑(蘇澳)	林澤洋(宜市)
林岳廷(宜市)	林祐兆(礁溪)	唐賢棟(宜市)	吳宇翔(宜市)



趙又辰(羅東) 游沐蓉(羅東) 黃立承(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_

#### 四、段位組：二段組

##### △決賽：共12人，取8名

張子恩(蘇澳) 褚翌宏(礁溪) 張博翔(礁溪) 林振輝(宜市)  
張祐綺(羅東) 陳正昕(羅東) 王偉任(羅東) 陳睿琪(羅東)  
吳忻承(宜市) 周永立(宜市) 鄒昫晏(羅東) 劉丞翔(五結)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_

#### 五、段位組：三段組

##### △決賽：共7人，取5名

張立揚(冬山) 鄭楷達(羅東) 曲軍成(宜市) 張靖朋(羅東)  
劉定展(宜市) 陳至軒(羅東) 胡瀚臨(礁溪)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_

#### 六、段位組：四段組

##### △決賽：共2人，不比賽

蕭 頌(三星) 莊凱鈞(羅東)

#### 七、段位組：五段組

##### △決賽：共4人，取2名

廖昊品(礁溪) 蔡宜志(宜市) 林冠佑(冬山) 林湧森(五結)



① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_

## 八、段位組：六段組

### △決賽：共8人，取6名

沈延俊(羅東) 林鈺鈞(冬山) 林晉丞(宜市) 吳文維(宜市)  
陳易廷(冬山) 陳冠柏(冬山) 沈柏峯(羅東) 林俊言(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_

## 九、段位組：七段組

### △決賽：共1人，不比賽

陳彥臣(羅東)



# 滑輪溜冰

## ◆競速滑輪

比賽時間：110年5月8日上午08：00

比賽地點：五結溪濱滑輪公園溜冰場

### 滑輪溜冰委員會

主任委員：郭美春

副主任委員：陳長義 田錦文

委員：王東生 李貞遠 曾麗卿 黃智庸 徐宏達 江立強

總幹事：洪祖熙

副總幹事：莊庭瑄

財務組：范宜婷

### 滑輪溜冰審判委員會

召集人：郭美春

審判委員：洪祖熙 鄧方禮 張世流 賴哲毅

審判長：鄧方禮

裁判：洪祖熙 張世流 賴哲毅 楊毅翎 李光偉 劉仁傑

張淑娟 陳育霖 黃琳雅 賴炳南 陳榮正 吳冠德

張文傑 林其楓 黃桂蓮 陳嫦娟 陳惠燕 賴美蘭

林振芳 張秋姿





# 滑輪溜冰競賽規程

- 一、比賽日期：110年5月8-9日
- 二、比賽地點：競速滑輪：五結溪濱滑輪公園溜冰場  
(5/8上午8:00)

## 第一條 比賽組別：

- (一)男子組。
- (二)女子組。

## 第二條 比賽項目：

競速滑輪：男、女個人競速賽

- (一)男200公尺計時賽
- (二)500公尺爭先賽
- (三)1000公尺爭先賽
- (四)10000公尺計分淘汰賽
- (五)10000公尺淘汰賽

## 第三條 參加資格：

- (一)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形)。
- (二)年齡規定：競速選手須年滿12歲以上(民國98年5月8日【含】以前出生)。未滿20歲之選手，報名時須於「選手保證暨個人資料授權同意書」請監護人簽名或蓋章。

## 第三條 報名：



- (一)依110年宜蘭縣運動會競賽總則第九條規定辦理。
- (二)報名人數規定：男、女個人競速賽各鄉鎮男、女子組每組限報二人。

#### 第五條 比賽辦法：

- (一)比賽規則：採用2019年國際溜冰總會（World Skate）競速溜冰委員會（C. I. C）公布之最新比賽規則。
- (二)比賽制度：競速滑輪均採計時決賽。
- (三)比賽其他規定：
  - 1.競速選手必須戴頭盔，但禁止帶皮條帽，違者取消比賽資格。
  - 2.競速選手之號碼布，貼紙張貼在安全帽左右側，違者取消比賽資格。
  - 3.若選手因被犯規而無法進入下一輪比賽，該犯規選手經裁判判決後取消該項賽事資格，被犯規之選手如因此而無法進入下一輪比賽，裁判組可保留其下一輪參賽資格。
  - 4.競速個人項目與接力服裝必須於左胸與後背註明代表鄉鎮名稱。
  - 5.競速比賽如有成績相同時加賽一場決定名次，但不影響已定紀錄。

#### 第六條 申訴：

依110年宜蘭縣運動會競賽總則第十條相關規定辦理。

#### 第七條 獎勵：

- (一)依110年宜蘭縣運動會競賽總則第十條相關規定辦理。
- (二)各項比賽於決賽後立即頒獎，接受頒獎者必須穿著該鄉鎮代表隊制服。



## 第八條 會議：

- (一)技術會議：競速滑輪：110年3月27日（星期六）上午8：00於比場地召開。
- (二)裁判會議：競速滑輪：110年3月27日（星期六）上午8：30於比場地召開。

## 第九條

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。



# 各單位參加滑輪溜冰比賽職、隊員名單

## 一、三星鄉

△教練：陳嫦娟

男隊員：沈柏昕

## 二、冬山鄉

△教練：陳嫦娟

男隊員：柳子丞

女隊員：林貞瑜

## 三、宜蘭市

△領隊：黃桂蓮      管理：莊庭瑄

男隊員：何宇恩      陳則諺      林睿昕      周宇棟

女隊員：黃宥媗      黃以昕      林昕妍

## 四、員山鄉

△教練：林子程

女隊員：林好潔

## 五、頭城鎮

△教練：徐宏達

男隊員：詹益豪

女隊員：林郁庭

## 六、礁溪鄉

△領隊：林榮華      教練：郭伊芳      管理：林詣傑

指導：李美容      隊長：林佩瑩



男隊員：林詣傑

## 七、羅東鎮

△教練：徐宏達

男隊員：賴學楷 沈奕文 陳佑嘉 柳子凡

## 八、蘇澳鎮

△教練：林子程

男隊員：俞晨希



# 男子組滑輪溜冰比賽編配表

## 一、競速賽200公尺計時賽

### △決賽：共9人，取7名

沈奕文(羅東) 柳子凡(羅東) 陳則諺(宜市) 林詣傑(礁溪)  
沈柏昕(三星) 柳子丞(冬山) 俞晨希(蘇澳) 詹益豪(頭城)  
周宇棟(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_

## 二、競速賽500公尺爭先賽

### △決賽：共8人，取6名

沈柏昕(三星) 俞晨希(蘇澳) 沈奕文(羅東) 柳子凡(羅東)  
何宇恩(宜市) 陳則諺(宜市) 柳子丞(冬山) 詹益豪(頭城)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_

## 三、競速賽1000公尺爭先賽

### △決賽：共7人，取5名

沈柏昕(三星) 林睿昕(宜市) 柳子丞(冬山) 詹益豪(頭城)  
何宇恩(宜市) 沈奕文(羅東) 柳子凡(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_

## 四、競速賽10000公尺計分淘汰賽

### △決賽：共7人，取5名



柳子丞(冬山) 林睿昕(宜市) 周宇棟(宜市) 賴學楷(羅東)  
柳子凡(羅東) 詹益豪(頭城) 沈柏昕(三星)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_

## 五、競速賽10000公尺淘汰賽

### △決賽：共7人，取5名

林睿昕(宜市) 周宇棟(宜市) 詹益豪(頭城) 沈柏昕(三星)  
沈奕文(羅東) 陳佑嘉(羅東) 柳子丞(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_



# 女子組滑輪溜冰比賽編配表

## 一、競速賽200公尺計時賽

### △決賽：共5人，取3名

林妤潔(員山) 林郁庭(頭城) 黃宥煊(宜市) 黃以昕(宜市)  
林貞瑜(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_

## 二、競速賽500公尺爭先賽

### △決賽：共5人，取3名

林妤潔(員山) 黃宥煊(宜市) 黃以昕(宜市) 林貞瑜(冬山)  
林郁庭(頭城)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_

## 三、競速賽1000公尺爭先賽

### △決賽：共5人，取3名

林貞瑜(冬山) 林郁庭(頭城) 林昕妍(宜市) 林妤潔(員山)  
黃以昕(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_

## 四、競速賽10000公尺計分淘汰賽

### △決賽：共4人，取2名

黃宥煊(宜市) 林昕妍(宜市) 林貞瑜(冬山) 林郁庭(頭城)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_





## 五、競速賽10000公尺淘汰賽

### △決賽：共4人，取2名

林貞瑜(冬山) 黃宥媗(宜市) 林昕妍(宜市) 林郁庭(頭城)

①

②

---



# 民俗體育

比賽時間：110年4月11日09:00

比賽地點：冬山鄉順安國民小學

## 民俗體育委員會

主任委員：陳鐘金

副主任委員：廖美然 游壽福

委員：吳志男 林芳澤 林惠群 姚宗呈 莊俊彥 許弘旻  
陳永晴 陳孟君 陳錫金 游子恆 馮燦煌 蔡文雄  
謝祥昇

顧問：林樹清 林澄杉 賴協隆 劉江宜 游像銘 游東龍

總幹事：魏士欽

財務組：黃慶恩

競賽組：魏士欽

裁判組：黃玉茹

## 民俗體育審判委員會

召集人：陳鐘金

審判委員：陳鐘金 魏士欽 黃玉茹 陳錫金 林惠群

審判長：陳鐘金

審判：陳鐘金 林武聰 莊俊彥 古煥傑 李良賓 潘政宏  
陳永晴 吳警宇 林秋松 盧聰賢 李德永 黃玉茹  
陳玲蘭 薛賀舟 魏士欽 黃慶恩 朱祥燕 董士芬  
邱佩瑜 許弘旻 陳良益 蔡文雄 陳孟君 林惠群  
陳錫金 王惠玉 許欽智 屈志艦 黃淑華 吳秉穎  
林富陽 蔡慶裕 李文傑 林虹秀 蔡銘鴻 游子恆  
楊佳翰 溫健宏 陳錦惠



# 民俗體育競賽規程

一、比賽日期：110年4月11日（星期日）（開始比賽時間：9時）

二、比賽地點：冬山鄉順安國民小學

## 第一條 比賽項目：

### （一）男子組：

踢毬：個人花式賽、個人限時計次賽、個人對抗賽、雙人對抗賽。

跳繩：個人花式賽、個人一跳二迴旋限時計次賽、團體限時計次賽。

扯鈴：個人賽、雙人賽、團體賽。

獨輪車：個人花式賽、IUF迴旋障礙賽、個人200M前進競速計時賽個人100M後退競速計時賽。

### （二）女子組：

踢毬：個人花式賽、個人限時計次賽、個人對抗賽、雙人對抗賽。

跳繩：個人花式賽、個人一跳二迴旋限時計次賽、團體限時計次賽。

扯鈴：個人賽、雙人賽、團體賽

獨輪車：個人花式賽、IUF迴旋障礙賽、個人200M前進競速計時賽個人100M後退競速計時賽。

## 第二條 參加辦法：

### （一）年齡規定：

未滿18歲之選手，報名時需繳交監護人參賽同意書。

（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形)。

(三)報名人數：

1. 踢毬

(1)個人賽：每單位男女報名至多報名2人。

(2)個雙人對抗賽：每單位男女至多報名2隊，每隊3人(內含候補1人)。

2. 跳繩

(1)個人賽：每單位男女報名至多報名2人。

(2)團體限時計次賽：每單位男女報名至多1隊，各以13人為限(內含候補1人)，出賽12人。

3. 扯鈴

(1)個人賽：每單位男女報名至多報名2人。

(2)團體賽：每單位男女至多報名1隊，各以9人為限(內含候補1人)，出賽8人。

4. 獨輪車：每單位每項男女報名各以2人為限，每單位同1人至多報名2項。

第三條

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。



# 民俗體育競賽時間表

一報到	-----	08：30
二開幕典禮	-----	09：00
三踢毬：（順安國小體育館）		
(一)個人花式賽、個人限時計次賽	-----	09：10
(二)個人對抗賽、雙人對抗賽	-----	09：30
四跳繩：（順安國小體育館）		
(一)個人花式賽	-----	09：10
(二)個人一跳二迴旋限時計次賽	-----	10：30
(三)團體限時計次賽	-----	11：10
五扯鈴：（順安國小體育館）		
(一)個人賽	-----	09：10
(二)雙人賽	-----	10：30
(三)團體賽	-----	11：10
六獨輪車：（順安國小體育館、操場）		
(一)前進後退競速計時賽	-----	09：10
(二)個人花式賽	-----	10：30
(三)IUF迴旋障礙賽人賽	-----	11：10
七閉幕典禮（視比賽狀況調整）	-----	11：50

※賽程若有變動，依現場裁判指示為主。



# 各單位參加民俗體育比賽職、隊員名單

## 一、三星鄉

△教練：陳銘志 教練：古煥傑 教練：廖郁婷

男隊員：邱善言 周禮 江宥均 游睿恩 朱凱丞 陳永澤

女隊員：林旻臻 簡葦佳 朱欣芸 曾芝穎 曾以彤

## 二、五結鄉

△領隊：陳長義 教練：屈志艦 屈 姍 陳銘志 陳宇宣

管理：陳長泉

男隊員：屈 高 康睿智 方善弘 呂羽笙 林偉喆 李睿恩

林承羿 蔡學樂 林品勛 鄒旻霖 石秉玄 陳致源

林慶豪

女隊員：陳侑君 楊慧欣 簡好蓁 林沛穎 林欣諭 林佩如

陳侑吟 簡靖美 林欣蕙 蔡宇欣 石羽岑

## 三、冬山鄉

△教練：陳宇宣 羅國元 教練兼管理：李訓毓

教練：陳銘志

男隊員：葉子豪 黃友靖 黃驕杰 吳昱鎰 李茲澧 張立瑜

林菖宥 劉彥廷 黃士竑 林子安 徐右辰 張彥鈞

馬梓宸 陳致良 游子恆 江宇恩

女隊員：王昀喬 簡勻柔 謝瑜恩 林心研 陳思羽 林依儒

官亮好 官亮妸 陳姿貝 邱瓊瑩 盧喬昕 何玉玲

莊佩軒 林子均 藍家玲 陳苡菲 陳郁靜

## 四、壯圍鄉

△教練：藍秀青 黃淑華 屈志艦

男隊員：李翊華 游宸睿

女隊員：黃子芸 連敏煊 李依玲





## 五、宜蘭市

△教練：羅國元

男隊員：陳則諺 劉鴻頡 林廷宇 林嘉鵬 陳皓文 陳昱丞

女隊員：潘姿卉

## 六、員山鄉

△教練：廖郁婷

男隊員：張楷宏

## 七、頭城鎮

△領隊：吳淑萍 教練：廖郁婷 張瑞純

男隊員：黃品濤 蘇首睿 陳柸燁 陳楷軒 李宸寬

女隊員：陳怜希 吳羽晴 邱聿甄 陳姁妍

## 八、礁溪鄉

△教練：藍語菲

男隊員：吳祐齊 游鎧名

女隊員：鄭中亭 王幸恩

## 九、羅東鎮

△教練：廖郁婷 管理：黃慶恩 教練：黃致遠 林惠群

教練：羅國元 古煥傑 李訓毓 屈志熾

男隊員：劉聿榮 魏孟喆 黃均皓 陳丞恩 林呈軍 楊承諺

蔡宏翔 蔡歐瀚 吳俊鋒 李俊逸 廖品杰 李柏翰

廖品任 簡于恒 陳俊諺

女隊員：方悅晞 趙怜雅 林育安 林蓉 黃芷好 葉妍晞

馮惠子 梁雯惠 張陵 陳妍真 黃茱鈺 莊立好

林子愷 王子芹 林芮竹 林捷仔 李施霈 林子勤

古欣禾 林穗津 黃勤元 許育依

## 十、蘇澳鎮

△教練：陳宇宣 屈志艦

男隊員：陳義傑 歐宇唐 簡楷恩 李柏勳

女隊員：李欣諭 李欣穎







## 男子組民俗體育比賽編配表

### 一、踢毬（個人花式賽）

#### △決賽：共8人，取6名

黃士竑(冬山) 林子安(冬山) 簡于恒(羅東) 陳俊諺(羅東)  
方善弘(五結) 呂羽笙(五結) 劉鴻頡(宜市) 林嘉鵬(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_

### 二、踢毬（個人限時計次賽）

#### △決賽：共8人，取6名

劉鴻頡(宜市) 林廷宇(宜市) 方善弘(五結) 呂羽笙(五結)  
徐右辰(冬山) 江宇恩(冬山) 簡于恒(羅東) 陳俊諺(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_

### 三、踢毬（個人對抗賽）

#### △決賽：共8人，取6名

簡于恒(羅東) 陳俊諺(羅東) 張彥鈞(冬山) 游子恆(冬山)  
方善弘(五結) 呂羽笙(五結) 林廷宇(宜市) 林嘉鵬(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_

### 四、踢毬（雙人對抗賽）

#### △決賽：共7隊，取5名

黃士竑(冬山) 張彥鈞(冬山) 游子恆(冬山) 馬梓宸(冬山)

陳致良(冬山) 徐右辰(冬山) 簡于恒(羅東) 陳俊諺(羅東)  
方善弘(五結) 呂羽笙(五結) 鄒旻霖(五結) 劉鴻頡(宜市)  
林廷宇(宜市) 林嘉鵬(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_

## 五、跳繩（個人花式）

### △決賽：共2人，不比賽

蔡宏翔(羅東) 蔡歐瀚(羅東)

## 六、跳繩（個人一跳二迴旋限時計次）

### △決賽：共7人，取5名

陳楷軒(頭城) 李宸寬(頭城) 林偉(五結) 林呈軍(羅東)  
楊承諺(羅東) 周禮(三星) 陳則諺(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_

## 七、扯鈴（個人）

### △決賽：共17人，取8名

陳昱丞(宜市) 張楷浚(員山) 陳皓文(宜市) 李翊華(壯圍)  
黃品濤(頭城) 蘇首睿(頭城) 劉彥廷(冬山) 吳祐齊(礁溪)  
游鎧名(礁溪) 江宥均(三星) 陳永澤(三星) 劉聿榮(羅東)  
黃均皓(羅東) 林承羿(五結) 石秉玄(五結) 葉子豪(冬山)  
陳義傑(蘇澳)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_





## 八、扯鈴（雙人）

### △決賽：共4隊，取2名

魏孟喆(羅東) 陳丞恩(羅東) 蘇首睿(頭城) 陳柸燁(頭城)  
 游睿恩(三星) 朱凱丞(三星) 林承羿(五結) 陳致源(五結)  
 林慶豪(五結)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_

## 九、獨輪車（個人花式）

### △決賽：共7人，取5名

歐宇唐(蘇澳) 屈鄙(五結) 蔡學樂(五結) 林菖宥(冬山)  
 廖品杰(羅東) 吳俊鋒(羅東) 邱善言(三星)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_

## 十、獨輪車（IUF迴旋障礙）

### △決賽：共10人，取8名

游宸睿(壯圍) 李俊逸(羅東) 李柏翰(羅東) 邱善言(三星)  
 簡楷恩(蘇澳) 李柏勳(蘇澳) 黃友靖(冬山) 吳昱鎰(冬山)  
 李睿恩(五結) 蔡學樂(五結)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_

## 十一、獨輪車（個人200M前進競速計時賽）

### △決賽：共9人，取7名

歐宇唐(蘇澳) 簡楷恩(蘇澳) 康睿智(五結) 林品勳(五結)  
 游宸睿(壯圍) 黃友靖(冬山) 黃杰(冬山) 李俊逸(羅東)  
 李柏翰(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_

## 十二、獨輪車（個人100M後退競速計時賽）

### △決賽：共7人，取5名

張立瑜(冬山) 李柏勳(蘇澳) 廖品任(羅東) 吳俊鋒(羅東)  
屈 鄙(五結) 李睿恩(五結) 李弘澧(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_



# 女子組民俗體育比賽編配表

## 一、踢毽（個人花式賽）

### △決賽：共6人，取4名

黃茱鈺(羅東) 莊立妤(羅東) 陳侑君(五結) 陳侑吟(五結)  
邱瓊瑩(冬山) 盧喬昕(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

## 二、踢毽（個人限時計次賽）

### △決賽：共7人，取5名

黃子芸(壯圍) 邱瓊瑩(冬山) 陳苡菲(冬山) 陳侑君(五結)  
陳侑吟(五結) 黃茱鈺(羅東) 莊立妤(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_

## 三、踢毽（個人對抗賽）

### △決賽：共7人，取5名

黃茱鈺(羅東) 莊立妤(羅東) 何玉玲(冬山) 莊佩軒(冬山)  
黃子芸(壯圍) 陳侑君(五結) 陳侑吟(五結)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_

## 四、踢毽（雙人對抗賽）

### △決賽：共6隊，取4名

陳侑君(五結) 簡妤蓁(五結) 陳侑吟(五結) 何玉玲(冬山)  
莊佩軒(冬山) 邱瓊瑩(冬山) 盧喬昕(冬山) 林子均(冬山)



藍家玲(冬山) 邱聿甄(頭城) 陳姮妍(頭城) 黃茱鈺(羅東)  
莊立妤(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

## 五、跳繩（個人花式賽）

### △決賽：共4人，取2名

李施霈(羅東) 林子愷(羅東) 簡靖美(五結) 陳郁靜(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_

## 六、跳繩（個人一跳二迴旋計次賽）

### △決賽：共8人，取6名

陳郁靜(冬山) 王子芹(羅東) 林芮竹(羅東) 邱聿甄(頭城)  
陳姮妍(頭城) 林旻臻(三星) 楊慧欣(五結) 簡靖美(五結)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_

## 七、扯鈴（個人賽）

### △決賽：共13人，取8名

鄭中亭(礁溪) 王幸恩(礁溪) 潘姿卉(宜市) 陳怜希(頭城)  
吳羽晴(頭城) 簡葦佳(三星) 曾以彤(三星) 石羽岑(五結)  
趙怜雅(羅東) 方悅晞(羅東) 李依玲(壯圍) 王昀喬(冬山)  
簡勻柔(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_

## 八、扯鈴（雙人賽）



**△決賽：共5隊，取3名**

王昀喬(冬山) 謝瑜恩(冬山) 陳怜希(頭城) 吳羽晴(頭城)  
馮惠子(羅東) 陳妍真(羅東) 梁雯惠(羅東) 張陵(羅東)  
方悅晞(羅東) 朱欣芸(三星) 曾芝穎(三星)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_

**八、扯鈴(團體賽)**

**△決賽：共1隊，不比賽**

林育安(羅東) 林 蓉(羅東) 方悅晞(羅東) 黃芷好(羅東)  
葉妍晞(羅東) 馮惠子(羅東) 梁雯惠(羅東) 張 陵(羅東)  
陳妍真(羅東)

**九、獨輪車(個人花式)**

**△決賽：共6人，取4名**

林心研(冬山) 陳思羽(冬山) 林欣諭(五結) 林佩如(五結)  
古欣禾(羅東) 林穗津(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

**十、獨輪車(IUF迴旋障礙)**

**△決賽：共9人，取7名**

林沛穎(五結) 林欣蕙(五結) 李欣諭(蘇澳) 李欣穎(蘇澳)  
古欣禾(羅東) 林依儒(冬山) 許育依(羅東) 陳思羽(冬山)  
連敏煊(壯圍)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_



十一、獨輪車（個人200M前進競速計時賽）

**△決賽：共7人，取5名**

林穗津(羅東) 黃勤元(羅東) 官亮灼(冬山) 官亮好(冬山)  
林沛穎(五結) 蔡宇欣(五結) 連敏煊(壯圍)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_

十、獨輪車（個人100M後退競速計時賽）

**△決賽：共6人，取4名**

林依儒(冬山) 林欣諭(五結) 林佩如(五結) 李欣諭(蘇澳)  
李欣穎(蘇澳) 陳姿貝(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_





# 劍道

比賽時間：110年4月18日13:00

比賽地點：羅東鎮立體育館

## 劍道委員會

主任委員：王鴻仁

副主任委員：張其錫 楊銘芳 蔡輔峰 陳昱志

委員：黃道賢 吳榮仁 吳明新 陳東泰 張紹演 吳啟德  
李東昇 王璨銘 林育冠 黃濬棋 林詩嚴 游振銘  
翁顯璋 林益新 林益誠 謝進賢

總幹事：李柏徵

副總幹事：魏丞敏 洪祖熙

總教練：楊得志

競賽組：鍾宏諺

裁判組：吳志凱

會計：楊怡璟

## 劍道審判委員會

審判委員會召集人：王鴻仁

審判委員兼裁判長：楊得志

審判委員兼裁判：吳榮仁 楊銘芳 蔡輔峰 黃道賢 吳明新

裁判：陳東泰 張紹演 吳啟德 陳昱志 張其錫  
游振銘 李東昇 王璨銘 林育冠 林詩嚴  
翁顯璋 林益新 林益誠 李柏徵

紀錄組：洪祖熙 吳雅惠 李明珊



# 劍道競賽規程

一、比賽日期：110年4月18日（開始比賽時間：13時00分）

二、比賽地點：羅東鎮立體育館

## 第一條 競賽項目

一、男子組：

(一)男子團體得分賽。

(二)男子團體過關賽。

(三)男子個人賽。

(四)女子團體得分賽

(五)女子團體過關賽

(六)女子個人賽

二、級位組：限國中以下

(一)1、2級男子組個人賽

(二)1、2級女子組個人賽

(三)3、4、5級男子組個人賽

(四)3、4、5級女子組個人賽

## 第二條 參賽資格

一年滿十三歲以上（參照全民運動會）。

二、級位組：國中以下

三、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形）。

## 第三條 參賽標準 無





#### 第四條 報名規定

一、團體賽：每單位男女，各項團體賽選手註冊以七人為限，出場比賽五人。

二、個人賽：每單位男女各二人，於比賽抽籤時間前一小時就團體賽中之選手提出名單。

第五條 比賽制度 採雙淘汰制。

#### 第六條 比賽方式

一、團體得分賽：

(一)出場順序於每場出賽前提出名單。

(二)勝負判定：

- 1.每場比賽時間五分鐘，採勝負三次賽，三戰二勝者為勝。但比賽時間終了先得一分者為勝，雙方未勝負則為平手。
- 2.每隊勝負人數相等時，以勝負次數判定之，如再相等時，以各隊派選手代表按計時勝負三次比賽一場分勝負（三戰二勝者為勝），如再相等時，則以不計時勝負一次，至分出勝負為止。

二、團體過關賽：

(一)出場順序依段位高低排列（前低後高），每場出賽前提出名單。

(二)勝負判定：

- 1.計時勝負一次賽，勝者繼續比賽，敗者淘汰，以未賽完選手之隊為勝隊。
- 2.每場比賽時間五分鐘，時間到未分勝負時，雙方均需退場，主將戰時，時間內未分勝負，則以不計時勝負一次，至分出勝負為止。

三、個人賽：

(一)比賽以勝負三次，三戰二勝者獲勝。

(二)每場比賽時間五分鐘，比賽時間內先勝二次者為勝方。但規定時間屆滿時勝一次者為勝方。

(三)比賽時間內未分勝負時，則以不計時勝負一次至分出勝負為止。

**第七條 比賽規則** 採用中華民國劍道協會最新公佈之劍道規則。

### **第八條 細則說明**

比賽器材須符合國際劍道規則之規定標準，選手如違規使用，則該選手該場之比賽視為失敗論。

### **第九條**

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。



# 各單位參加劍道比賽職、隊員名單

## 一、三星鄉

△教練：蔡輔峰

男隊員：	陳泳麟	陳建宏	張宏銘	黃證融	陳學勤	陳麒翔
	陳力裴	張仁韋	張國城	詹定承	詹定軒	張仁傑
	林益山	陳泓全	陳宏杰	翁群岳	張育理	
女隊員：	周佩儀	張琇亭	曾芯怡	林鏡曄	廖羽柔	張立昕
	許蓓君	鄭如妘	林倚萱	蔡淳如	張琇喬	張琇音

## 二、大同鄉

△教練兼管理：林立偉

男隊員：林宥均

## 三、五結鄉

△領隊：駱澤鄰

男隊員：	吳俊毅	陳願名	潘子愷	駱宏毅	吳彥廷	潘柏元
女隊員：	駱芷涵	吳依瑩	林欣穎	潘颯呈	吳芷萱	

## 四、冬山鄉

△領隊：黃志成

教練兼管理：黃志成

隊長：鍾泓諺

隊長：楊 旻

男隊員：	鍾泓諺	李文豪	林宏裕	張勝期	黃啟倫	王宇銘
	陳皆達	許祐得	李文安	張沛恩	許祐誠	簡鉞恩
	藍永晴					
女隊員：	楊 旻	張瓊方	賴素秋	李千慧	黃仲伶	謝宛好
	張安雅	李岫齊				



## 五、宜蘭市

△教練：吳明新      管理：李鑑珀      隊長：吳志凱  
男隊員：吳志凱      陳宥傑      吳宇倫      吳鎮宇      陳建裕  
女隊員：劉靜芳      林士娟      林嘉芬      陳宥蓁      吳宜亭

## 六、羅東鎮

△教練：陳東泰      管理：陳芊妤  
男隊員：林宥佑      林室佑      林孟聰      張志丞      匡佑國      李泰臻  
                 李昕倫      周芳祁      張皓俊      張  暉      李書佑      王鈺豪  
                 王鈺茗      陳學宥      陳品嘉      吳沛鴻  
女隊員：吳沛臻      楊怡璟      林孜妍      李若萁      江可薇      王昱婷  
                 王彥云



# 男子組劍道比賽編配表

## 一、公開組-團體得分賽

### △決賽：共5隊，取3名

三星 五結 羅東 宜市 冬山

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_

## 二、公開組-團體過關賽

### △決賽：共3隊，取1名

宜市 三星 羅東 五結 冬山

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_

## 三、公開組-個人賽

### △決賽：共10人，取8名

林宥佑(羅東) 張志丞(羅東) 陳願名(五結) 潘子愷(五結)  
李文豪(冬山) 吳志凱(宜市) 吳鎮宇(宜市) 鍾泓諺(冬山)  
張仁傑(三星) 林益山(三星)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_

## 三、級位組-1、2級個人賽

### △決賽：共9人，取7名

吳宇倫(宜市) 李書佑(羅東) 王鈺茗(羅東) 陳學宥(羅東)  
陳泓全(三星) 陳宏杰(三星) 翁群岳(三星) 張育理(三星)  
林宥均(大同)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_







# 混合組劍道比賽編配表

## 一、級位組-3、4級個人賽

### △決賽：：共8人，取6名

許祐得(冬山) 李文安(冬山) 張沛恩(冬山) 許祐誠(冬山)  
張安雅(冬山) 張 暉(羅東) 陳品嘉(羅東) 潘柏元(五結)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_

## 二、級位組-5級個人賽

### △決賽：共5人，取3名

吳沛臻(羅東) 吳沛鴻(羅東) 簡鉞恩(冬山) 藍永晴(冬山)  
李岫齊(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_



# 鐵人三項

比賽時間：110年4月17-18日

比賽地點：羅東運動公園

## 鐵人三項委員會

主任委員：游勝德

副主任委員：楊顯欽 陳宗鼎

委員：盛業本 鄭俊良 莊松茂 石乙峰 胡勝夫 宋隆揚

技術顧問：朱子毅 黃昶融

總幹事：鄭蓮池

副總幹事：陳俊吉 游義羲

裁判組組長：丁進添 競賽組長：游世良 公關組長：谷祖新

服務組組長：吳長聰 財務組長：蘇于玲

## 鐵人三項審判委員會

主任委員：游勝德

審判委員：楊顯欽 陳宗鼎 丁進添 蘇于玲

裁判長：鄭蓮池

游泳(兼檢錄)主任：游世良

游泳裁判：賴見誠 王竣佑 陳文榮 李志堅 梁興祺

蔡治弘 溫文欽 鄭文璋 張冠雄 謝光杰

賀志仁 朱宥辰

轉換區主任：游義羲

轉換區裁判：馮志杰 張志清 李志堅 謝光杰

巡迴主任：陳俊吉

巡迴裁判：李國雄 胡勝夫 莊瀧輝 曹述明 鄭俊良

劉彥魁 黃志龍 黃木村 黃昶融 黃文位

定點主任：陳俊吉(兼)

定點裁判：張順章 林文滄 張瑋達 林決樂 張家輝



呂紹齊 林顯彰 方恆裕 黃泓寓 葉友義  
黃溪木 李連春

路跑主任：謝錦輝(兼處罰區及供水站)

路跑裁判：陳春成 謝振富 鄭小桂 賴玫晴 游青岑

終點主任：傅德賢

終點裁判：黃淑芬 郭芸亘 林春月 林玉珍

服務組：蘇于玲 游語喬 李金峰 張惠能(攝影)

通訊組：劉錫鑫 林佳慧

## 鐵人三項競賽規程

一、比賽日期：110年4月17-18日(星期六、日)共2日

二、比賽地點：羅東運動公園(游泳池、周邊道路)

第一條 比賽項目：

- (一)個人男子組：奧運標準賽程(游泳1.5公里、自由車40公里、路跑10公里)，共計51.5公里(依現場場地會有增減)。
- (二)個人女子組：奧運標準賽程(游泳1.5公里、自由車40公里、路跑10公里)，共計51.5公里(依現場場地會有增減)。
- (三)混合接力賽：參加混合接力之選手須符合參賽標準，每隊2男2女共4人組成。比賽順序為女、男、女、男。每位選手須完成游泳250公尺、自由車6公里、路跑2公里，再交棒給下一名隊友，以最後一棒進入終點時間為名次判決依據。

第二條 比賽時程預定表：



時 間	流 程	時 間	流 程
4 月 16 日 ( 星 期 五 )			
4 月 17 日 ( 星 期 六 ) 個 人 賽		4 月 18 日 ( 星 期 日 ) 混 合 接 力 賽	
06 : 00 ~ 06 : 30	裁 判 會 議	07 : 00 ~ 07 : 30	裁 判 會 議
06 : 30 ~ 07 : 20	選 手 報 到 領 取 物 資		
06 : 30 ~ 07 : 20	轉 換 區 放 車	07 : 50 ~ 08 : 20	轉 換 區 放 車
06 : 50 ~ 07 : 20	游 泳 場 地 熱 身	07 : 50 ~ 08 : 20	游 泳 場 地 熱 身
07 : 20 ~ 07 : 50	賽 前 選 手 會 議	08 : 30 ~ 12 : 00	檢 錄 及 比 賽
07 : 50 ~ 13 : 00	檢 錄 及 比 賽		
13 : 30	頒 獎	12 : 30	頒 獎

### 第三條 參加辦法

- (一) 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形)。
- (二) 年齡規定：參加個人標準距離須年滿18足歲(民國92年4月17日(含)以前出生)；混合接力組須年滿15足歲(民國95年4月17日(含)以前出生)。
- (三) 註冊人數：各參賽單位(含混合接力項目)男子組12人、女子組12人。
- (四) 參賽人數：個人項目，各參賽單位各組至多10名，混合接力項目，各參賽單位限報1隊出賽。
- (五) 本賽事亦為110年全國運動會本縣鐵人三項代表選手選拔賽(成績須達全國運動會參賽標準)。

### 第四條 比賽辦法

- (一) 比賽規則：採用中華民國鐵人三項運動協會最新修訂出版之規



則；如規則解釋有爭議，以國際鐵人三項總會（ITU）英文版為準。規則中如有未盡事宜，則以審判委員會議之決議為最終判決。

## (二) 競賽制度

1. 比賽期間，如有不可抗拒干擾因素，影響選手成績時，大會無需處置，並以完賽成績為主。
2. 因氣候及環境因素，考量選手安全，大會保有調整為比賽方式或縮短比賽距離，並不排除開賽延遲、延期或取消比賽。
3. 比賽需服從裁判指示，如有違規及影響裁判名譽，視情節輕重，移送審判委員及紀律委員會議處。
4. 每位選手必須參加賽前選手會議。

## (三) 賽前比賽檢查規定（未完成者，依規定處分）

### (四) 驗車規定：

#### 1. 車輪：

- (1) 車輪的直徑最大70公分最小55公分（包含輪胎），亦即車輪必須為26吋或28吋。
- (2) 車輪必須包含至少12隻輻條（鋼絲）。
- (3) 可使用板輪但不得使用碟輪。
- (4) 車輪不得包含任何具有加速功能的機械裝置。

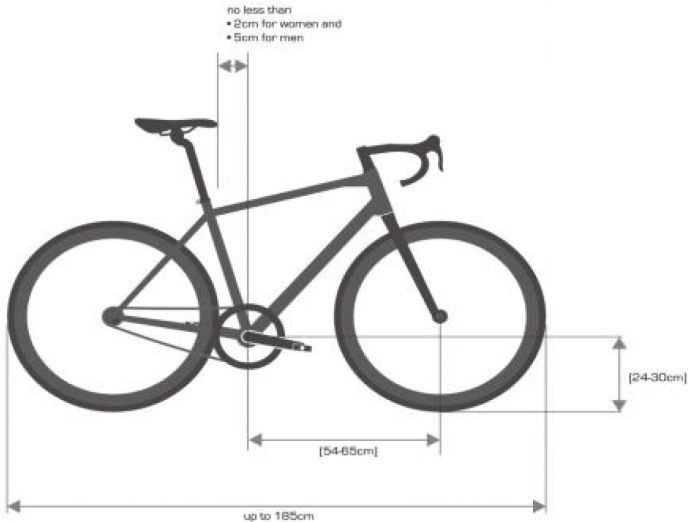
#### 2. 手把：

- (1) 可以使用手軸護墊。
- (2) 休息把不得超過煞車桿前緣。
- (3) 休息把前緣必須是連接的。

#### 3. 車架

- (1) 主體架構為管狀（橢圓、圓形、扁平形、淚滴形等），菱形解構組成。
- (2) 不得包含任何具有加速功能的機械裝置。
- (3) 車架設定規定，如附圖。





#### 第五條 細則說明：

參閱附件—110年宜蘭縣運動會鐵人三項競賽規則。

#### 第六條 器材設備檢定：

競賽場地與設備規格，以比賽現場設施為依據：

(一)游泳：羅東運動公園游泳池。

(二)自由車：

- 1.個人賽：羅東運動公園→公正路→長春路→大洲路→上將路一段→河濱路→四維路→圳邊路→公正路→羅東運動公園（4圈）。
- 2.混合接力賽：羅東運動公園→左轉公正路→圳邊路折返→公正路→長春路→大洲路→五分路口折返→大洲路→長春路→公正路→圳邊路折返→公正路→羅東運動公園。

(三)跑步：

- 1.個人賽：出轉換區往園區道路→至十字路口↑往棒球場方向→至圓環↓往壘球場方向→出園區經壘球場入口（近端折返點）→進自行車道→經歪仔歪橋涵洞→至3K遠端U TURN折返→往回至近端U TURN折返→再往遠端U TURN折返→原路返回終點。（2圈）終點設於游泳池前。

2.混合接力賽：出轉換區往園區道路→至十字路口↑往棒球場方向→至圓環→至1.0K折返→原路返回終點。終點設於游泳池前。

### 第七條 申訴：

依據110年宜蘭縣運動會競賽總則第十條相關規定辦理。

### 第八條 獎勵：

依據110年宜蘭縣運動會競賽總則第七條相關規定辦理。

各競賽分組報名在十隊（人）以上取八名，九隊（人）取七名，八隊（人）取六名，七隊（人）取五名，六隊（人）取四名，五隊（人）取三名，四隊（人）取二名，三隊取一名，其前三名發給金、銀、銅牌及獎狀，第四名至第八名發給獎狀

### 第九條 會議：

會議	時間	地點	備註
技術會議	中華民國110年4月16日 (星期五) 15時	羅東運動公園游泳池會議室	驗車、帽 15:30-16:00
裁判會議	中華民國110年4月17日 (星期六) 上午6時0分	羅東運動公園游泳池前	補驗車、帽 06:30-07:20
選手報到 領取物資	中華民國110年4月17日 (星期六) 上午6時30分	羅東運動公園游泳池前	轉換區放車 06:30~07:20
選手競賽 說明會議	中華民國110年4月17日 (星期六) 上午7時30分	羅東運動公園游泳池前	游泳場地熱身 06:50~07:20
混合接力選手競 賽說明會議	中華民國110年4月18日 (星期日) 上午7時30分	羅東運動公園游泳池前	補驗車、帽 游泳場地熱身 06:50~07:20

※（以上會議不另行通知，時間及地點如有任何異動，將依110年宜蘭縣運動會官網中公佈為準）

### 第十條

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。



# 鐵人三項競賽規則

## 一、通則

1. 距離及時限：游泳1.5公里（50分鐘）、自由車40公里（90分鐘）、路跑10公里（60分鐘），合計51.5公里（3小時20分鐘）。
2. 選手請注意安全及個人身體狀況，如有不適，應立即休息或停止比賽。
3. 選手參賽時須著比賽服裝，除游泳項目外，其他兩項不得裸露上身。
4. 選手於活動期間，須確實遵守大會規定與安排。
5. 選手不得服用藥物，興奮劑及酒類參賽，經大會發現得取消其資格或強制接受檢驗。
6. 選手須於規定時限內完成各項競賽，超過時限者即中止比賽。
7. 選手不得有妨礙他人之行為，違者取消比賽資格。
8. 大會提供之號碼布、號碼貼紙，選手須按規定配戴，不得變造。
9. 競賽活動當天如因天氣或環境不良、有安全顧慮時，大會得變更賽程或終止比賽。
10. 棄權或喪失參賽資格的選手不得再進行比賽。
11. 選手在轉換區內不得觸摸他人之用具。
12. 選手完成之競賽時間包括各項轉換時間。
13. 未盡事宜以大會審判委員會之決議增補。

## 二、轉換區

1. 選手自把自由車由車架上取下至比賽結束將車放回車架上止，都必須一直戴好安全頭盔。
2. 選手只能使用指定的自由車架，並且必須將自由車置於車架上。







3. 選手在轉換區內不得妨礙其他選手前進。
4. 選手在轉換區內不得挪動或動用其他選手的器材。
5. 選手必須在指定的區域或指定線上、下自由車。
6. 在轉換區域內不允許騎行。
7. 禁止裸露身體或過分暴露。
8. 選手禁止攜帶保特瓶水、毛巾、耳機、自拍棒等足以影響安全之器具，不聽勸阻者，沒收比賽。

### 三 游泳項目

1. 選手須配戴泳帽（大會提供）、泳鏡、著泳裝。
2. 下水起游時可跳水，選手須注意自身安全及保持安全距離，以免造成傷害。
3. 選手不得穿戴任何助游裝備。
4. 選手不得穿著防寒衣。
5. 選手應按裁判指定位置記入選手號碼，直至賽完為止，不得抹消。
6. 游泳競賽時，如身體不適或需救援，應立即停止游泳，高舉泳帽揮動，以利救生人員前往協助。
7. 超越前方選手時，必須在不影響對方的情況下，從左側超越。
8. 集合時須準時到場，並聽從裁判指揮。

### 四 自由車項目

1. 自由車及安全帽必須依大會規定位置佩戴號碼參賽。
2. 自由車比賽時，不可裸露上身。
3. 無安全帽不得參加比賽。
4. 比賽進行採套圈淘汰規定。
5. 不同組別，禁止輪車，違者依規定處分。
6. 競賽中，如自由車故障須自行修理，且不得向他人借用工具或零件。

7. 競賽時，嚴禁選手平行或成群集結行進，應保持安全距離。
8. 在轉換區、轉彎角、狹窄處，折返點等處特別危險，為確保安全，應減速通過。
9. 比賽途中不得更換自由車。
10. 不若因車輛損壞，不能繼續騎行時，選手可在不受外力協助下，推車或扛車回到轉換區。
11. 超車時，應保持右側1.5公尺以上間隔，迅速超越，在15秒內無法超越者，應自動回復原位，不得平行；被超越者不得以蛇行阻礙他人超越。
12. 不得借助外力進行比賽，違者取消比賽資格。
13. 未抵達終點時，選手須將自由車放置於自己的位置，始得進行路跑賽。
14. 選手攜帶水壺，必須使用自由車用水壺，且與水壺架尺寸相符，不致競賽途中鬆脫掉落，嚴禁攜帶保特瓶水罐

#### 五路跑項目

1. 選手須在胸前別上大會發給之號碼布，無號碼布者不得參賽。
2. 選手不得借助其他動力進行比賽，違者取消資格。
3. 比賽中，不得衝撞或阻擋其他選手，違者取消資格。
4. 選手身體不適或體力不支，可向裁判示意，並由裁判取下號碼布停止比賽。

六犯規行為及處罰規定：參閱附表。

七申訴：依據110年宜蘭縣運動會競賽總則第十條相關規定辦理。



## 犯規行為及處罰規定

序號	犯規行為	犯規性質	處罰方法
1	出發搶跳	非故意	罰15秒
		故意	取消比賽資格
2	游泳折返未觸壁者	非故意	每次處罰5秒
		故意	取消比賽資格 (距1公尺以上折返者)
3	不同性(組)別尾隨	第1次	處罰2分鐘
		第2次	取消比賽資格
	騎跑抄近路	非故意	罰15秒~2分鐘 (視情節由裁判認定)
		故意	取消比賽資格
4	騎車跨越分隔交通錐 或公路中線	非故意	每次罰15秒
		故意	取消比賽資格
5	1.阻礙他人比賽 2.比賽中肢體接觸 (1)游泳拉、扯、抓、拽、踢、蹬等 (2)騎跑時阻擋、推擠其他選手(尤其在彎道處)	非故意	每次處罰15秒
		故意	取消比賽資格
6	接受不正當協助 1.在飲水站以外接水 2.接受非大會人員遞水或食物 3.將泳帽、泳鏡交給他人		每次處罰15秒
7	故意同時通過終點		取消比賽資格
8	不服從裁判指示	第1次	警告並處罰15秒
		第2次	取消比賽資格
9	冒名參賽		1.取消比賽資格 2.兩人皆禁賽兩年



# 各單位參加鐵人三項比賽職、隊員名單

## 一、五結鄉

△領隊：陳弘偉

男隊員：陳弘偉

## 二、冬山鄉

△男隊員：簡任鋒 黃志超

## 三、宜蘭市

△教練兼管理：毛念祖 孫培瑀 教練：孫 駿

男隊員：林韋勳 張勝諺

女隊員：林耕攻 林瑋騏

## 四、羅東鎮

△教練：田志偉

男隊員：簡志軒 游豐維 林郁棠 毛培瑞

## 五、蘇澳鎮

△領隊：李明哲 教練：李萬得

男隊員：畢譯文 李興宗



# 鐵人三項賽程時間表

一、比賽日期：110年4月17日(星期六)

(一)比賽項目：男、女組個人賽

(二)比賽地點：羅東運動公園

1. 游泳：羅東運動公園游泳池。

2. 自由車：羅東運動公園→公正路→長春路→大洲路→上將路一段→河濱路→四維路→圳邊路→公正路→羅東運動公園(4圈)。

3. 跑步：出轉換區往園區道路→至十字路口↑往棒球場方向→至圓環↓往壘球場方向→出園區經壘球場入口(近端折返點)→進自行車道→經歪仔歪橋涵洞→至3K遠端U TURN折返→往回至近端U TURN折返→再往遠端U TURN折返→原路返回終點。(2圈)終點設於游泳池前。

(三)比賽時間：

1. 第1場次 08:00~11:20

5001陳弘偉(五結) 5003黃志超(冬山) 5005張勝諺(宜市)

5007李興宗(蘇澳) 5009游豐維(羅東) 5011毛培瑞(羅東)

6001林耕玫(宜市)

2. 第2場次 09:00~12:20

5002簡任鋒(冬山) 5004林韋勳(宜市) 5006畢譯文(蘇澳)

5008簡志軒(羅東) 5010林郁棠(羅東) 6002林瑋騏(宜市)

(四)頒獎：12:50

二、比賽日期：110年4月18日(星期日)

(一)比賽項目：混合接力賽

(無單位報名，取消；原時段改由主委盃賽事遞補進行)。



## 男子組鐵人三項比賽編配表

奧運標準賽程

△決賽：共11人，取8名

游豐維(羅東) 簡志軒(羅東) 林郁棠(羅東) 毛培瑞(羅東)  
陳弘偉(五結) 簡任鋒(冬山) 黃志超(冬山) 張勝諺(宜市)  
林韋勳(宜市) 畢譯文(蘇澳) 李興宗(蘇澳)

①	②	③	④
⑤	⑥	⑦	⑧

## 女子組鐵人三項比賽編配表

奧運標準賽程

△決賽：共2人，全運遴選賽

林耕玫(宜市) 林瑋騏(宜市)







一  
一〇  
年  
宜  
蘭  
縣  
運  
動  
會



# 游 泳

比賽時間：110年 5 月 8 日 08：30

比賽地點：羅東運動公園游泳池

## 游泳審判委員會暨裁判

召 集 人：黃天誠

審 判 委 員：黃天誠 陳淑如 黃源財 曹議鐸 林捷成 何旺國  
張彩文 游雪玉 陳坤祥 朱建華 盧廷珪

裁 判 長：陳淑如 黃源財

發 令 員：詹何輪 張建中

會 場 管 理：曹議鐸

大 會 祕 書：林捷成

檢 錄 主 任：何旺國 賴國璋

檢 錄 裁 判：林清祺 賴見誠

終 點 主 任：張彩文 吳開長

終 點 裁 判：陳枝萬 黃文彬

計 時 主 任：游雪玉 陳月卿

計 時 裁 判：蔡耀南 陳文宏 吳菊芳 楊秀英 余秋霞 黃美麗  
韓秋霞 吳麗禎 陳稚雯 王竣佑

轉身檢查主任：陳坤祥 蔡文二

轉身檢查裁判：江尚儒 簡龍華

姿勢檢查主任：朱建華 楊政金

姿勢檢查裁判：陳添泉 林紀達

紀 錄 主 任：盧廷珪 趙力行

紀 錄 裁 判：林佳慧 江宜庭 江昀蒨

報 告 員：林素味 薛建華



# 游泳競賽規程

一比賽日期：110年5月8日 星期六（開始比賽時間：8時30分）

二比賽地點：羅東運動公園游泳池

## 第一條 游泳競賽項目

### (一)男子：

自由式：50公尺、100公尺、200公尺、400公尺  
1500公尺

蛙式：50公尺、100公尺、200公尺

仰式：50公尺、100公尺、200公尺

蝶式：50公尺、100公尺、200公尺

混合式：200公尺、400公尺

自由式接力：4×100公尺、4×200公尺

混合式接力：4×100公尺

### (二)女子：

自由式：50公尺、100公尺、200公尺、400公尺  
800公尺

蛙式：50公尺、100公尺、200公尺

仰式：50公尺、100公尺、200公尺

蝶式：50公尺、100公尺、200公尺

混合式：200公尺、400公尺

自由式接力：4×100公尺、4×200公尺

混合式接力：4×100公尺

## 第二條 選手參賽年齡

(一)年滿十歲以上（民國100年5月8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，註冊隊員均可參加。
- (三)選手個人參賽項目不得超過四項。
- (四)單項比賽選手未超過三人，不列入比賽。

### 第四條 成績計分方式

績優個人成績：依實際參賽隊（人）數按下列名額錄取：

- (一)3隊（人）錄取1名。
- (二)4隊（人）錄取2名。
- (三)5隊（人）錄取3名。
- (四)6隊（人）錄取4名。
- (五)7隊（人）錄取5名。
- (六)8隊（人）錄取6名。
- (七)9隊（人）錄取7名。
- (八)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)選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 比賽細則

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。



# 各單位參加游泳比賽職、隊員名單

## 一、三星鄉

△教練：周淑貞

男隊員：周維則 周維濤

## 二、五結鄉

△領隊：黃祥晏

男隊員：謝博鈞

女隊員：黃祥晏

## 三、冬山鄉

△領隊：鄭筱穎 教練：孫逸 教練：張緯嘉

男隊員：潘政君 許俊郢 林冠霆 余俊明 張定睿 吳柏緯

陳亨睿 陳亨僖 李承修 吳旻軒 陳昕恩 陳仕恩

林菖宥 蔣宜樺 林旻澤 翁敬和

女隊員：翁郁姍 紀亮予 劉艾 黃于軒 石乃文 張佳恩

丁伊

## 四、壯圍鄉

男隊員：吳昱增

## 五、宜蘭市

△教練：張緯嘉

男隊員：林伯聰 林意得 何翊丞 全宥承 游涓丞 俞長志

李丞恩 張榮珉 劉宸霖 李培鼎 陳毅 陳永稷

盧紀綱 林建安 林宗毅 蕭仲德 蔡明倫 黃聿騏



李博鈞 李承烜  
 女隊員：劉庭維 詹沛璇 劉宇庭 楊欣樺 游喬欣 黃初晴  
 黃歆嫻 黃歆晴 黃歆喬 廖聿展

## 六、員山鄉

△教練：王昀婕 教練：張緯嘉  
 男隊員：宓厚德 李澤宇  
 女隊員：宓厚萱 成喜宣

## 七、礁溪鄉

△教練：李奇珞 教練：張緯嘉  
 男隊員：郭卜睿 廖寬展 廖進中  
 女隊員：林碧賢 廖翊婷

## 八、羅東鎮

△領隊：林紀閔 教練：田志偉 管理：林芳鈴  
 男隊員：張廷瑋 龍恭騰 陳政宏 楊子墨 翁愷呈 林東緯  
 陳亮諭 古庚霖 陳冠宇 葉豐睿 林冠昕 古皓丞  
 張珈維 張恩睿 游哲源 廖俊詠 陳威廷 盧煜  
 游沅錡 陳冠維  
 女隊員：張宜苓 黃茶鈺 余宜韻 廖晨聿 林亞錡 張彤  
 林郁烜 李采穎 許喬茵 林子安 吳沁芮 薛以昕

## 九、蘇澳鎮

△教練：黃勇順  
 男隊員：陳文慶 林吉祥 李興宗



# 游泳比賽程序表

07：00～08：00選手熱身  
08：15檢錄，08：30開始比賽

項次/女	人/組	項目	人/組	項次/男	備註
1		800／1500公尺自由式		2	
3		100公尺蝶式		4	
5		50公尺蛙式		6	
7		200公尺仰式		8	
9		800公尺自由式接力		10	
11		100公尺自由式		12	
13		200公尺混合式		14	
15		50公尺仰式		16	
17		200公尺蝶式		18	
19		100公尺蛙式		20	
21		50公尺自由式		22	
午 休					
23		100公尺仰式		24	
25		400公尺自由式接力		26	合併
27		400公尺混合式		28	
29		50公尺蝶式		30	
31		200公尺自由式		32	
33		200公尺蛙式		34	
35		400公尺混合式接力		36	合併
37		400公尺自由式		38	



# 男子組游泳比賽編配表

## 一、50公尺自由式

### △決賽：共19人，取8名

吳昱增(壯圍) 李興宗(蘇澳) 張榮(宜市) 李澤宇(員山)  
何翊丞(宜市) 陳永稷(宜市) 盧紀綱(宜市) 陳政宏(羅東)  
謝博鈞(五結) 龍恭騰(羅東) 張珈維(羅東) 游沅錡(羅東)  
陳文慶(蘇澳) 潘政君(冬山) 許俊郢(冬山) 張定睿(冬山)  
陳仕恩(冬山) 周維則(三星) 廖進中(礁溪)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_

## 二、100公尺自由式

### △決賽：共13人，取8名

張廷瑋(羅東) 陳永稷(宜市) 盧紀綱(宜市) 林宗毅(宜市)  
吳昱增(壯圍) 陳昕恩(冬山) 陳仕恩(冬山) 蔣宜樺(冬山)  
翁敬和(冬山) 龍恭騰(羅東) 張珈維(羅東) 游沅錡(羅東)  
謝博鈞(五結)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_

## 三、200公尺自由式

### △決賽：共12人，取8名

陳政宏(羅東) 翁愷呈(羅東) 陳亮諭(羅東) 劉宸霖(宜市)  
余俊明(冬山) 吳柏緯(冬山) 陳亨睿(冬山) 李承修(冬山)  
廖俊詠(羅東) 林意得(宜市) 李承烜(宜市) 吳昱增(壯圍)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_







#### 四、400公尺自由式

##### △決賽：共12人，取8名

吳昱增(壯圍) 俞長志(宜市) 劉宸霖(宜市) 余俊明(冬山)  
 吳柏緯(冬山) 李承修(冬山) 林旻澤(冬山) 葉豐睿(羅東)  
 林冠昕(羅東) 游哲源(羅東) 林建安(宜市) 翁愷呈(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
 ⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_

#### 五、1500公尺自由式

##### △決賽：共6人，取4名

余俊明(冬山) 李承修(冬山) 李丞恩(宜市) 林建安(宜市)  
 廖寬展(礁溪) 張珈維(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

#### 六、50公尺蛙式

##### △決賽：共14人，取8名

林冠霆(冬山) 陳亨僖(冬山) 吳旻軒(冬山) 蔣宜樺(冬山)  
 全宥承(宜市) 游洧丞(宜市) 陳毅(宜市) 李培鼎(宜市)  
 張恩睿(羅東) 周維濤(三星) 林東緯(羅東) 古庚霖(羅東)  
 林吉祥(蘇澳) 廖進中(礁溪)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
 ⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_

#### 七、100公尺蛙式

##### △決賽：共9人，取7名

林東緯(羅東) 古庚霖(羅東) 陳亨僖(冬山) 蔣宜樺(冬山)  
 張恩睿(羅東) 全宥承(宜市) 游洧丞(宜市) 陳毅(宜市)

李培鼎(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_

## 八、200公尺蛙式

### △決賽：共7人，取5名

張恩睿(羅東) 陳威廷(羅東) 陳亨僖(冬山) 李培鼎(宜市)  
蔡明倫(宜市) 游清丞(宜市) 古庚霖(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_

## 九、50公尺仰式

### △決賽：共9人，取7名

張榮珉(宜市) 周維則(三星) 陳亨睿(冬山) 陳昕恩(冬山)  
楊子墨(羅東) 廖俊詠(羅東) 盧煜(羅東) 陳冠維(羅東)  
宓厚德(員山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_

## 十、100公尺仰式

### △決賽：共9人，取7名

林宗毅(宜市) 蕭仲德(宜市) 許俊郢(冬山) 陳昕恩(冬山)  
盧煜(羅東) 陳冠維(羅東) 宓厚德(員山) 翁愷呈(羅東)  
張榮珉(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_





## 十一、200公尺仰式

**△決賽：共4人，取2名**

李丞恩(宜市) 陳亨睿(冬山) 葉豐睿(羅東) 林冠昕(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

## 十二、50公尺蝶式

**△決賽：共12人，取8名**周維則(三星) 潘政君(冬山) 吳旻軒(冬山) 陳仕恩(冬山)  
林菖宥(冬山) 郭卜睿(礁溪) 宓厚德(員山) 何翊丞(宜市)  
楊予墨(羅東) 張廷瑋(羅東) 陳亮諭(羅東) 陳冠宇(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_

## 十三、100公尺蝶式

**△決賽：共7人，取5名**吳旻軒(冬山) 林菖宥(冬山) 翁敬和(冬山) 李博鈞(宜市)  
楊予墨(羅東) 古皓丞(羅東) 陳冠宇(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_

## 十四、200公尺蝶式

**△決賽：共7人，取5名**古皓丞(羅東) 張廷瑋(羅東) 林東緯(羅東) 陳冠宇(羅東)  
林伯聰(宜市) 林菖宥(冬山) 林旻澤(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_

### 十五、200公尺混合式

#### △決賽：共8人，取6名

李丞恩(宜市) 黃聿騏(宜市) 林宗毅(宜市) 林冠昕(羅東)  
游哲源(羅東) 陳威廷(羅東) 游沅錡(羅東) 翁敬和(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_

### 十六、400公尺混合式

#### △決賽：共5人，取3名

林旻澤(冬山) 陳威廷(羅東) 廖寬展(礁溪) 全宥承(宜市)  
蕭仲德(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_

### 十七、400公尺自由式接力

#### △決賽：共2隊，不比賽

羅東 冬山

### 十八、800公尺自由式接力

#### △決賽：共2隊，不比賽

羅東 冬山

### 十九、400公尺混合式接力

#### △決賽：共2人，不比賽

羅東 冬山



# 女子組游泳比賽編配表

## 一、50公尺自由式

### △決賽：共8人，取6名

黃祥晏(五結) 石乃文(冬山) 黃初晴(宜市) 宓厚萱(員山)  
張宜苓(羅東) 余宜頡(羅東) 廖晨聿(羅東) 林亞錡(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_

## 二、100公尺自由式

### △決賽：共7人，取5名

劉宇庭(宜市) 黃歆嫻(宜市) 宓厚萱(員山) 張彤(羅東)  
劉 艾(冬山) 石乃文(冬山) 丁 伊(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_

## 三、200公尺自由式

### △決賽：共7人，取5名

紀亮予(冬山) 劉艾(冬山) 林郁烜(羅東) 李采穎(羅東)  
劉庭維(宜市) 劉宇庭(宜市) 黃歆嫻(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_

## 四、400公尺自由式

### △決賽：共5人，取3名

紀亮予(冬山) 劉 艾(冬山) 林郁烜(羅東) 成喜宣(員山)



林碧賢(礁溪)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

#### 四、800公尺自由式

##### △決賽：共5人，取3名

林碧賢(礁溪) 劉庭維(宜市) 詹沛璇(宜市) 劉宇庭(宜市)  
黃歆喬(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

#### 六、50公尺蛙式

##### △決賽：共7人，取5名

楊欣樺(宜市) 游喬欣(宜市) 丁伊(冬山) 吳沁芮(羅東)  
廖晨聿(羅東) 許喬茵(羅東) 林子安(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_

#### 七、100公尺蛙式

##### △決賽：共9人，取7名

吳沁芮(羅東) 薛以昕(羅東) 許喬茵(羅東) 林子安(羅東)  
楊欣樺(宜市) 游喬欣(宜市) 丁伊(冬山) 黃祥晏(五結)  
廖聿展(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_

#### 八、200公尺蛙式

##### △決賽：共6人，取4名



薛以昕(羅東) 許喬茵(羅東) 林予安(羅東) 廖聿展(宜市)  
楊欣樺(宜市) 游喬欣(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

## 九、50公尺仰式

### △決賽：共8人，取6名

黃茱鈺(羅東) 林亞錡(羅東) 張 彤(羅東) 李采穎(羅東)  
詹沛璇(宜市) 翁郁姍(冬山) 黃于軒(冬山) 張佳恩(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_

## 十、100公尺仰式

### △決賽：共6人，取4名

詹沛璇(宜市) 翁郁姍(冬山) 黃于軒(冬山) 張佳恩(冬山)  
黃茱鈺(羅東) 余宜頡(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

## 十一、200公尺仰式

### △決賽：共5人，取3名

翁郁姍(冬山) 黃于軒(冬山) 張佳恩(冬山) 黃歆喬(宜市)  
余宜頡(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_

## 十二、50公尺蝶式

### △決賽：共9人，取7名

宓厚萱(員山) 劉庭維(宜市) 黃初晴(宜市) 張宜苓(羅東)



廖晨聿(羅東) 張 彤(羅東) 紀亮予(冬山) 石乃文(冬山)  
黃祥晏(五結)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_

### 十三、100公尺蝶式

**△決賽：共3人，取1名**

廖翊婷(礁溪) 廖聿展(宜市) 成喜宣(員山)

① \_\_\_\_\_

### 十四、200公尺蝶式

**△決賽：共4人，取2名**

廖翊婷(礁溪) 黃初晴(宜市) 黃歆晴(宜市) 黃歆喬(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_

### 十五、200公尺混合式

**△決賽：共3人，取1名**

張宜苓(羅東) 李采穎(羅東) 黃歆嫻(宜市)

① \_\_\_\_\_

### 十六、400公尺混合式

**△決賽：共3人，取1名**

林碧賢(礁溪) 廖翊婷(礁溪) 成喜宣(員山)

① \_\_\_\_\_

### 十七、400公尺自由式接力





**△決賽：共3隊，取1名**

羅東 冬山 宜市

① \_\_\_\_\_

十八、800公尺自由式接力

**△決賽：共3隊，取1名**

羅東 冬山 宜市

① \_\_\_\_\_

十九、400公尺混合式接力

**△決賽：共3隊，取1名**

羅東 宜市 冬山

① \_\_\_\_\_



## 游泳比賽得分紀錄表

性別	項目	單位	頭	礁	宜	五	羅	冬	壯	員	蘇
			城	溪	市	結	東	山	園	山	澳
男	50 公尺自由式										
	100 公尺自由式										
	200 公尺自由式										
	400 公尺自由式										
	1500 公尺自由式										
	100 公尺蛙式										
	200 公尺蛙式										
	100 公尺仰式										
	200 公尺仰式										
	100 公尺蝶式										
	200 公尺蝶式										
	200 公尺混合式										
	400 公尺混合式										
	400 公尺自由式接力										
	800 公尺自由式接力										
400 公尺混合式接力											
子	得 分 合 計										
	名 次										



## 游泳比賽得分紀錄表

性別	項目	單位	礁溪	壯圍	宜市	五結	羅東	冬山	壯圍	員山	蘇澳	得分
												名次
女	50 公尺自由式											
	100 公尺自由式											
	200 公尺自由式											
	400 公尺自由式											
	800 公尺自由式											
	100 公尺蛙式											
	200 公尺蛙式											
	100 公尺仰式											
	200 公尺仰式											
	100 公尺蝶式											
	200 公尺蝶式											
	200 公尺混合式											
	400 公尺混合式											
	400 公尺自由式接力											
	400 公尺混合式接力											
子	得 分 合 計											
	名 次											



# 宜蘭縣運動會行政區組游泳最高紀錄表

姓名 成績 項目	男子組		女子組	
	姓名 (單位)	紀錄 (年次)	姓名 (單位)	紀錄 (年次)
50 公尺自由式	曾偉裕(羅東)	24.79(95)	鄭筱穎(羅東)	29.00(87)
100 公尺自由式	魏佳慶(五結)	55.64(96)	黃文廷(羅東)	1:02.75(97)
200 公尺自由式	魏佳慶(五結)	2:03.93(96)	張宇萱(羅東)	2:22.10(99)
400 公尺自由式	魏佳慶(五結)	4:20.80(96)	黃文廷(羅東)	4:56.94(92)
800 公尺自由式	游啟立(蘇澳)	10:12.60(86)	黃文廷(羅東)	10:00.49(92)
1500 公尺自由式	李儒承(五結)	17:47.52(94)		
50 公尺蛙式	林東緯(羅東)	33.57(108)	羅巧喻(羅東)	40.45(108)
100 公尺蛙式	吳金龍(蘇澳)	1:12.34(83)	陳佩筠(五結)	1:20.69(96)
200 公尺蛙式	吳金龍(蘇澳)	2:42.32(83)	陳佩筠(五結)	2:55.97(96)
50 公尺仰式	許峻郢(羅東)	31.00(106)	翁郁珊(冬山)	35.93(108)
100 公尺仰式	魏佳慶(五結)	1:08.77(94)	方 羚(羅東)	1:16.88(96)
200 公尺仰式	魏佳慶(五結)	2:29.20(95)	黃文廷(五結)	2:45.77(95)
50 公尺蝶式	簡呈原(羅東)	28.27(107)	宓厚軒(員山)	34.75(107)
100 公尺蝶式	魏佳慶(五結)	1:00.24(95)	陳婷勳(頭城)	1:14.13(93)
200 公尺蝶式	魏佳慶(五結)	2:20.38(94)	陳婷勳(頭城)	2:53.26(93)
200 公尺混合式	魏佳慶(五結)	2:21.50(94)	張宇萱(羅東)	2:40.68(99)
400 公尺混合式	魏佳慶(五結)	5:01.60(94)	黃文廷(五結)	5:49.93(94)
400 公尺自由式 接力	五 結 鄉	4:03.03(94)	五 結 鄉	4:40.97(94)
800 公尺自由式 接力	五 結 鄉	9:16.02(94)	五 結 鄉	10:34.01(94)
400 公尺混合式 接力	五 結 鄉	4:27.16(96)	羅 東 鎮	5:21.95(107)



# 輕艇競速激流

比賽時間：110年 4 月 30 — 5 月 1 日

比賽地點：龍 潭 湖

## 輕艇委員會

主任委員：黃定和

副主任委員：廖學滄

技術顧問：木場修

委員：李宜恭 游志偉 莊秀貞 林裕堯 林張秀娥

總幹事：林佳聖

副總幹事：葉麟慶

財務組：汪美惠

資訊組：覃宏科

## 輕艇審判委員會

裁判：吳政辰 廖學滄 謝耀陞 陳妤婷 石佳政 王文政

石珈瑋 林昊廷 陳承佑 吳融政 林佳聖 黃旭舜

李汪哲 游庭瑜 魏廷融



# 輕艇競速競賽規程

一比賽日期：110年4月30日至5月1日（開始比賽時間：9時）

二比賽地點：龍潭湖

第一條 選手參賽資格：

(一)年滿十歲以上（民國101年(含)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形）。

第二條 報名人數規定：

每單位應規定項目人數報名，每單項至多報兩組，每艘艇得列後補一人。

第三條 競賽項目：如下

- (一)男子：
- 1.200公尺單人愛斯基摩艇（K-1/200M）
  - 2.200公尺雙人愛斯基摩艇（K-2/200M）
  - 3.200公尺單人加拿大式艇（C-1/200M）
  - 4.200公尺雙人加拿大式艇（C-2/200M）
  - 5.1000公尺單人愛斯基摩艇（K-1/1000M）
  - 6.1000公尺雙人愛斯基摩艇（K-2/1000M）
  - 7.1000公尺四人愛斯基摩艇（K-4/1000M）
  - 8.1000公尺單人加拿大式艇（C-1/1000M）
  - 9.1000公尺雙人加拿大式艇（C-2/1000M）
- (二)女子：
- 1.500公尺單人愛斯基摩艇（K-1/500M）
  - 2.500公尺單人加拿大式艇（C-1/500M）



- 3.500公尺單人加拿大式艇 (C-1/500M)
- 4.500公尺雙人加拿大式艇 (C-2/500M)
- 5.500公尺四人愛斯基摩艇 (K-4/500M)
- 6.200公尺四人愛斯基摩艇 (K-1/500M)
- 7.200公尺單人加拿大式艇 (C-1/200M)
- 8.200公尺雙人愛斯基摩艇 (K-2/200M)
- 9.200公尺雙人加拿大式艇 (C-2/200M)

#### 第四條

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。



# 輕艇激流競賽規程

一比賽日期：110年5月8日至9日（開始比賽時間：9時）

二比賽地點：三星安農溪雙賢2號橋

第一條 競賽項目：

(一)公開男子組：

K-1、C-1、C-2

(二)公開女子組

K-1、C-1、C-2。

第二條 選手參賽資格：

(一)年滿10歲以上（民國101年(含)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形）。

第三條 報名人數規定：

每單位應規定項目人數報名，每單項至多報兩艘艇。

第四條 比賽辦法：

採用國際輕艇總會(ICF)最新激流標竿規則

(一)比賽成績：以最短時間依序正確通過標杆者為優勝；成績之計算採兩趟完成的時間加上罰點之總合。

(二)罰點計算：

1. 「0」點：正確通過。





2. 「2」點：正確通過但碰撞標竿。
  3. 「50」點：未通過標竿、錯誤方向通過標竿或通過時翻艇。
- (二)男子K-1、C-1、C-2及女子K-1、C1，均以二趟成績總合為決賽成績，不再進行預、決賽。

## 第五條

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。



# 各單位參加輕艇競速比賽職、隊員名單

## 一、冬山鄉

△教練：沈逸鳳

男隊員：葉麟慶

## 二、壯圍鄉

△教練：游志偉

男隊員：江峰邦 林冠宏

## 三、宜蘭市

△領隊：廖學淦 教練：黃挺嘉 游志偉 陳慧芳

男隊員：石展睿 吳聖杰 張政毅 張聖恩 陳柏宇 曾筠皓

女隊員：尤雨萱 吳亭儀 林易旻 姚瑞瑩 張婷玉

## 四、員山鄉

△領隊：汪美惠 教練：游志偉 黃旭舜

教練兼管理：吳聖杰

男隊員：游智強 張兆翔 王引新 游智傑 楊坤樹 朱韋承

趙羿 游昆憲 吳俊諺

女隊員：游嘉靜 王惟暄 張兆瑩 李沅嬪 蘇苡慈

## 五、頭城鎮

△領隊：蘇文輝 教練：林佳聖

男隊員：林佳聖 蘇育新 吳宜益 康德明 王文政 吳健忠

劉宗翰 吳焄仲



女隊員：施虹如 吳宜樺 吳焜綺

## 六、礁溪鄉

△領隊：許志成 教練兼管理：林裕堯

教練：游志偉 廖學濠 賴冠傑

男隊員：賴冠傑 吳俊杰 吳融政 周羿澤 游承祐 楊凱翔

楊宇傑 魏柏翔

女隊員：黃韻珈 林姿儀 游欣玲 林芸伊 吳惠琴 林芸涓



# 男子組輕艇競速比賽編配表

## 一、男子200公尺單人愛斯基摩艇 (K-1)

### △決賽：共10人，取8名

趙 羿(員山) 游昆憲(員山) 游承祐(礁溪) 魏柏翔(礁溪)  
張聖恩(宜市) 曾筠皓(宜市) 劉宗翰(頭城) 葉麟慶(冬山)  
林冠宏(壯圍) 江峰邦(壯圍)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_

## 二、男子200公尺雙人愛斯基摩艇 (K-2)

### △決賽：共8隊，取6名

壯圍：林冠宏 江峰邦  
頭城：王文政 吳健忠  
員山：游昆憲 吳俊諺  
員山：朱韋承 趙 羿  
礁溪：吳融政 游承祐 魏柏翔  
礁溪：楊宇傑 賴冠傑 吳俊杰  
宜市：張政毅 陳柏宇 石展睿  
宜市：吳聖杰 曾筠皓 張聖恩

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_

## 三、男子200公尺單人加拿大式艇 (C-1)

### △決賽：共9人，取7名

張兆翔(員山) 朱韋承(員山) 吳聖杰(宜市) 陳柏宇(宜市)  
林冠宏(壯圍) 江峰邦(壯圍) 賴冠傑(礁溪) 楊凱翔(礁溪)



吳宜益(頭城)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_

#### 四、男子200公尺雙人加拿大式艇 (C-2)

##### △決賽：共7隊，取5名

礁溪：楊凱翔 賴冠傑 吳俊杰  
礁溪：吳融政 周羿澤 楊宇傑  
宜市：吳聖杰 張政毅 陳柏宇  
壯圍：林冠宏 江峰邦  
頭城：林佳聖 吳宜益  
員山：張兆翔 楊坤樹  
員山：朱韋承 游智強

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_

#### 五、男子1000公尺單人愛斯基摩艇 (K-1)

##### △決賽：共10人，取8名

林冠宏(壯圍) 江峰邦(壯圍) 張聖恩(宜市) 曾筠皓(宜市)  
趙羿(員山) 游昆憲(員山) 游承祐(礁溪) 魏柏翔(礁溪)  
劉宗翰(頭城) 葉麟慶(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_

#### 六、男子1000公尺雙人愛斯基摩艇 (K-2)

##### △決賽：共8隊，取6名

頭城：蘇育新 吳健忠



壯圍：林冠宏 江峰邦  
 員山：趙 羿 游昆憲 吳俊諺  
 員山：游智強 王引新 楊坤樹  
 礁溪：吳融政 游承祐 魏柏翔  
 礁溪：楊宇傑 周羿澤 吳俊杰  
 宜市：曾筠皓 張聖恩  
 宜市：陳柏宇 吳聖杰

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
 ⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_

### 七、男子1000公尺四人愛斯基摩艇 (K-4)

#### △決賽：共6隊，取4名

宜市：石展睿 吳聖杰 張聖恩 陳柏宇 曾筠皓  
 礁溪：賴冠傑 游承祐 楊凱翔 魏柏翔  
 礁溪：楊宇傑 吳俊杰 吳融政 周羿澤  
 頭城：林佳聖 蘇育新 吳宜益 吳焄仲  
 員山：游智強 朱韋承 趙 羿 游昆憲 吳俊諺  
 員山：張兆翔 王引新 游智傑 楊坤樹

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_

### 八、男子1000公尺單人加拿大式艇 (C-1)

#### △決賽：共10人，取8名

吳聖杰(宜市) 張聖恩(宜市) 賴冠傑(礁溪) 楊凱翔(礁溪)  
 林佳聖(頭城) 康德明(頭城) 林冠宏(壯圍) 江峰邦(壯圍)  
 張兆翔(員山) 朱韋承(員山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
 ⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_





## 九、男子1000公尺雙人加拿大式艇 (C-2)

### △決賽：共8隊，取6名

壯圍：林冠宏 江峰邦  
 頭城：康德明 王文政  
 礁溪：賴冠傑 楊凱翔 魏柏翔  
 礁溪：楊宇傑 周羿澤 游承祐  
 員山：游智傑 張兆翔 朱韋承  
 員山：王引新 楊坤樹  
 宜市：張聖恩 曾筠皓 張政毅  
 宜市：陳柏宇 吳聖杰

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
 ⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_

## 十、激流標杆—K-1

### △決賽：共9人，取7名

林冠宏(壯圍) 江峰邦(壯圍) 游智傑(員山) 游昆憲(員山)  
 吳俊杰(礁溪) 吳融政(礁溪) 張聖恩(宜市) 曾筠皓(宜市)  
 劉宗翰(頭城)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
 ⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_

## 十一、激流標杆—C-1

### △決賽：共9人，取7名

張兆翔(員山) 朱韋承(員山) 吳宜益(頭城) 吳聖杰(宜市)  
 陳柏宇(宜市) 吳俊杰(礁溪) 吳融政(礁溪) 林冠宏(壯圍)  
 江峰邦(壯圍)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
 ⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_

## 十二、激流標杆—C-2

### △決賽：共8隊，取6名

頭城：林佳聖	蘇育新	壯圍：林冠宏	江峰邦
礁溪：吳俊杰	吳融政	礁溪：周羿澤	賴冠傑
宜市：石展睿	吳聖杰	宜市：張聖恩	曾筠皓
員山：張兆翔	王引新	員山：楊坤樹	游智強

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
 ⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_





## 輕艇輕艇競速比賽時間表

比賽日期：4月24日

時 間	比 賽 項 目	備 註
09:00	男子1000公尺單人愛斯基摩艇 (K-1 1000M)	預賽
09:30	男子1000公尺單人加拿大式艇 (C-1 1000M)	預賽
10:00	男子1000公尺雙人愛斯基摩艇 (K-2 1000M)	預賽
10:30	男子1000公尺雙人加拿大式艇 (C-2 1000M)	預賽
11:00	男子1000公尺四人愛斯基摩艇 (K-4 1000M)	預賽
11:30	男子1000公尺單人愛斯基摩艇 (K-1 1000M)	決賽
12:00	男子1000公尺單人加拿大式艇 (C-1 1000M)	決賽
午 休		
13:00	男子1000公尺雙人愛斯基摩艇 (K-2 1000M)	決賽
13:20	男子1000公尺雙人加拿大式艇 (C-2 1000M)	決賽
13:40	男子1000公尺四人愛斯基摩艇 (K-4 1000M)	決賽
14:00	女子500公尺單人愛斯基摩艇 (K-1 500M)	預賽
14:20	女子500公尺雙人愛斯基摩艇 (K-2 500M)	預賽
14:40	女子500公尺單人加拿大式艇 (C-1 500M)	預賽
15:00	女子500公尺雙人加拿大式艇 (C-2 500M)	預賽
15:20	女子500公尺四人愛斯基摩艇 (K-4 500M)	預賽
15:40	男子500公尺四人愛斯基摩艇 (K-4 500M)	預賽



比賽日期：4月24日

時間	比賽項目	備註
09:10	女子500公尺單人愛斯基摩艇 (K-1 500M)	決賽
09:20	女子500公尺單人加拿大式艇 (C-1 500M)	決賽
09:30	女子500公尺雙人愛斯基摩艇 (K-2 500M)	決賽
09:40	女子500公尺雙人加拿大式艇 (C-2 500M)	決賽
09:50	女子500公尺四人愛斯基摩艇 (K-4 500M)	決賽
10:00	男子500公尺四人愛斯基摩艇 (K-4 500M)	決賽
10:10	男子200公尺單人愛斯基摩艇 (K-1 200M)	預賽
10:20	女子200公尺單人愛斯基摩艇 (K-1 200M)	預賽
10:30	男子200公尺單人加拿大式艇 (C-1 200M)	預賽
10:40	女子200公尺單人加拿大式艇 (C-1 200M)	預賽
10:50	男子200公尺雙人愛斯基摩艇 (K-2 200M)	預賽
11:00	女子200公尺雙人愛斯基摩艇 (K-2 200M)	預賽
11:10	男子200公尺雙人加拿大式艇 (C-2 200M)	預賽
11:20	女子200公尺雙人加拿大式艇 (C-2 200M)	預賽
11:30	女子200公尺四人愛斯基摩艇 (K-4 200M)	預賽
午 休		
13:00	男子200公尺單人愛斯基摩艇 (K-1 200M)	決賽
13:15	女子200公尺單人愛斯基摩艇 (K-1 200M)	決賽
13:30	男子200公尺單人加拿大式艇 (C-1 200M)	決賽
13:45	女子200公尺單人加拿大式艇 (C-1 200M)	決賽
14:00	男子200公尺雙人愛斯基摩艇 (K-2 200M)	決賽
14:15	女子200公尺雙人愛斯基摩艇 (K-2 200M)	決賽
14:30	男子200公尺雙人加拿大式艇 (C-2 200M)	決賽
14:45	女子200公尺雙人加拿大式艇 (C-2 200M)	決賽
15:00	女子200公尺四人愛斯基摩艇 (K-4 200M)	決賽



# 女子組輕艇競速比賽編配表

## 一、競速女子500公尺單人愛斯基摩艇 (K-1)

### △決賽：共7人，取5名

游嘉靜(員山) 王惟暄(員山) 游欣玲(礁溪) 吳惠琴(礁溪)  
吳宜樺(頭城) 尤雨萱(宜市) 吳亭儀(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_

## 二、競速女子500公尺雙人愛斯基摩艇 (K-2)

### △決賽：共7隊，取5名

頭城：吳宜樺 吳焄綺  
宜市：尤雨萱 吳亭儀 林易旻  
宜市：姚瑞瑩 張婷玉  
員山：游嘉靜 蘇苡慈 張兆瑩  
員山：李沄 王惟暄  
礁溪：林姿儀 游欣玲 林芸涓  
礁溪：吳惠琴 林芸伊 黃韻珈

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_

## 三、競速女子500公尺單人加拿大式艇 (C-1)

### △決賽：共7人，取5名

林姿儀(礁溪) 林芸涓(礁溪) 吳亭儀(宜市) 張婷玉(宜市)  
李沄瑱(員山) 蘇苡慈(員山) 吳宜樺(頭城)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_



⑤

---

#### 四、競速女子500公尺雙人加拿大式艇 (C-2)

##### △決賽：共6隊，取4名

礁溪：林姿儀 吳惠琴 林芸涓

礁溪：游欣玲 林芸伊 黃韻珈

員山：游嘉靜 李沅嬪 王惟暄

員山：蘇苡慈 張兆瑩

宜市：尤雨萱 吳亭儀 林易旻

宜市：姚瑞瑩 張婷玉

①

②

③

④

---

#### 五、競速女子500公尺單人愛斯基摩艇 (K-4)

##### △決賽：共3隊，取1名

宜市：尤雨萱 吳亭儀 林易旻 姚瑞瑩 張婷玉

礁溪：黃韻珈 林姿儀 游欣玲 林芸伊 吳惠琴

員山：游嘉靜 王惟暄 張兆瑩 李沅嬪 蘇苡慈

①

---

#### 六、競速女子200公尺單人愛斯基摩艇 (K-1)

##### △決賽：共7人，取5名

尤雨萱(宜市) 林易旻(宜市) 施虹如(頭城) 黃韻珈(礁溪)

游欣玲(礁溪) 游嘉靜(員山) 王惟暄(員山)

①

②

③

④

---

⑤

---

#### 七、競速女子200公尺單人加拿大式艇 (C-1)



**△決賽：共7人，取5名**

施虹如(頭城) 姚瑞瑩(宜市) 張婷玉(宜市) 林芸伊(礁溪)  
林芸涓(礁溪) 李沅嬪(員山) 蘇苡慈(員山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_

**八、競速女子200公尺單人愛斯基摩艇 (K-2)**

**△決賽：共7隊，取5名**

礁溪：林姿儀 黃韻珈 林芸涓  
礁溪：游欣玲 林芸伊 吳惠琴  
宜市：尤雨萱 吳亭儀 林易旻  
宜市：姚瑞瑩 張婷玉  
頭城：施虹如 吳焄綺  
員山：游嘉靜 蘇苡慈 王惟暄  
員山：李沅嬪 張兆瑩

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_

**九、競速女子200公尺單人加拿大式艇 (C-2)**

**△決賽：共6隊，取4名**

礁溪：林姿儀 吳惠琴 林芸涓  
礁溪：游欣玲 林芸伊 黃韻珈  
員山：游嘉靜 蘇苡慈 李沅嬪  
員山：王惟暄 張兆瑩  
宜市：尤雨萱 吳亭儀 林易旻  
宜市：姚瑞瑩 張婷玉

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_



## 十、激流標杆—K-1

### △決賽：共7人，取5名

吳宜樺(頭城) 尤雨萱(宜市) 吳亭儀(宜市) 游嘉靜(員山)  
蘇苡慈(員山) 林芸伊(礁溪) 吳惠琴(礁溪)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_

## 十一、激流標杆—C-1

### △決賽：共7人，取5名

黃韻珈(礁溪) 林芸涓(礁溪) 游嘉靜(員山) 李沄(員山)  
施虹如(頭城) 吳亭儀(宜市) 林易旻(宜市)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_

## 十二、激流標杆—C-2

### △決賽：共7隊，取5名

員山：李沄嬪	王惟暄	員山：張兆瑩	蘇苡慈
宜市：吳亭儀	姚瑞瑩	宜市：張婷玉	尤雨萱
礁溪：黃韻珈	吳惠琴	礁溪：林芸涓	林芸伊
頭城：吳宜樺	吳焄綺		

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_



# 帆船

比賽時間：110年4月24—25日08：30

比賽地點：冬山河親水公園水域

## 帆船委員會

主任委員：陳鴻禧

委員：周煒雄 馮逸材 江一良 陳俊安 甘瑞芳 李明晏

梁智雄 林慧蓁 錢修億 黃宇暉 何建國

總幹事：江志宏

會務組長：曹世昌

競賽組長：林家慶

裁判組長：簡偉樑

財務組長：李麗珠

## 帆船審判委員會

裁判：江志宏 周煒雄 馮逸材 江一良 陳俊安 錢修億

陳鵬洲 蔡嘉佑 梁智雄 江進榮



# 帆船競賽規程

一、比賽日期：110年4月24－25日（報到時間：8時30分）

二、比賽地點：冬山河親水公園水域（司令台前碼頭）

## 第一條 帆船競賽項目

(一)樂觀型帆船 男子組

(二)樂觀型帆船 女子組

(三)Laser4.7型 男子組

(四)Laser4.7型 女子組

(五)中型帆船 開放組（不分男女）

中型帆船包括 Laser Radial型、Laser Standard型及國際420型報名參賽，將依最新公佈之RYA PY handicap system計分。

## 第二條 選手參賽年齡

(一)樂觀型帆船：限於民國95年1月1日（含）以後出生。

(二)Laser4.7型帆船：限於民國92年1月1日（含）以後出生。

(三)其餘船型無年齡限制。

(四)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形）。

## 第三條 報名人數規定

(一)每單位報名人數，由各單位自行訂定。

(二)每一選手參加之項目不得超過一項。

第四條 比賽地點 冬山河（親水公園段水域）







## 第五條 選手參賽責任

- (一)船隻／選手的安全及管理（包括保險在內），完全是船主／選手自行的責任，依據國際帆船競賽規則 2021～2024版（以下簡稱：R. R. S.）第一章基本規則 4 規定，每一艘帆船或選手都有自行決定是否參加一個比賽或繼續比賽之自主權。
- (二)於競賽期間，大會委員或其指派之組織、推廣、管理等人員或代表都明白他們不會在賽期內，由於第三者蓄意或疏忽之行為，導致他人身體受傷或財物受損遺失之結果，因而承擔任何直接或間接的責任。

## 第六條 比賽規則及成績計算方式

- (一)採用 2021～2024國際帆船競賽規則（R. R. S.）附錄第 1 部附錄 A 低分記分法。
- (二)預計比賽六個航次，完成 4 航次可扣一航次。

## 第七條

其他比賽相關事項，請參閱競賽當天公告之航行指示書。

## 第八條 獎勵：

依競賽規程總則第七條規定辦理。

## 第九條

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。

# 各單位參加帆船比賽職、隊員名單

## 一、三星鄉

△教練：李鑑芳

女隊員：李心平

## 二、五結鄉

△教練：梁智雄 管理：梁齊詠

男隊員：李奕宣 李承軒 陳鈺凱 陳鈺新 簡偉樑

女隊員：李奕昕

## 三、冬山鄉

△領隊：李麗珠 何紫安 黃怡鳳

男隊員：陳科豪 陳永軍 吳元希 凌嘉樂 詹之昕 簡睿箴

劉子禾 塗喬歲 林彥均 黃宜 李維 張沛恩

許維元 楊歲翔 莊永諒 莊永睿 陳俊介 呂忻育

莊凱勝 葉騰晰 曹哲嘉 曹耘瑞 張泰瑞 黃紹恩

錢軒晨 賴玉宸 張永駿 蔡睿哲 吳騏宇 吳采謙

林遠均 楊歲棋 陳睿騰 江根仲 李謙 鄭秉宸

陳冠銘 周暉薰 黃信欽 李明晏 江秀川 張皓凱

花翊庭

女隊員：陳睿婕 鄭宇涵 許安渝 塗喬茵 蔡沂潔 張艾綸

洪芷甯 張安雅 林恩晴 許家馨 范雅茹 黃祺方

黃蕙珊 游若莚 陳妍希 康倍蓉 張永芯 康予澣

康予馨 江香卉 錢采活 黃禾曦 李愛 陳品潔

## 四、壯圍鄉

△教練：陳靖騰



男隊員：陳翊禾

## 五、宜蘭市

△領隊：李麗珠

男隊員：郭紘愿

## 六、員山鄉

△教練：游永進

男隊員：黃暉宸

女隊員：張楚楚

## 七、羅東鎮

△領隊：馮逸材

女隊員：陳昀

## 八、蘇澳鎮

△教練：梁智雄

管理：梁齊詠

男隊員：陳士展

謝仲勛

黃宇霆

何兆恩

林育誠

陳宥鈞

許丞崗

簡冠益

王翌丞

陳東郁

許乙生

蔡誠恩

馮佳樂

蕭杭靄

林佳濬

王冠智

梁齊恩

林廷任

林廷恩

女隊員：王于芬

郭宥函

俞芊卉

王芄芄

羅以嫻

許咨羚

王師宥

陳映叡

黃 芬



# 男子組帆船比賽編配表

## 一、樂觀型帆船 (OP)

### △決賽：共49人，取8名

李奕宣(五結)	李承軒(五結)	陳鈺凱(五結)	陳鈺新(五結)
陳翊禾(壯圍)	林廷任(蘇澳)	林廷恩(蘇澳)	陳科豪(冬山)
陳永軍(冬山)	吳元希(冬山)	凌嘉樂(冬山)	詹之昕(冬山)
簡睿箴(冬山)	劉子禾(冬山)	塗喬巖(冬山)	林彥均(冬山)
黃宜(冬山)	李維(冬山)	張沛恩(冬山)	許維元(冬山)
楊歲翔(冬山)	莊永諒(冬山)	莊永睿(冬山)	呂忻育(冬山)
莊凱勝(冬山)	葉騰晰(冬山)	陳俊介(冬山)	曹哲嘉(冬山)
曹耘瑞(冬山)	張泰瑞(冬山)	黃紹恩(冬山)	錢軒晨(冬山)
賴玉宸(冬山)	張永駿(冬山)	蔡睿哲(冬山)	陳士展(蘇澳)
謝仲勛(蘇澳)	黃宇霆(蘇澳)	何兆恩(蘇澳)	林育誠(蘇澳)
陳宥鈞(蘇澳)	許丞崗(蘇澳)	簡冠益(蘇澳)	王翌丞(蘇澳)
陳東郁(蘇澳)	許乙生(蘇澳)	蔡誠恩(蘇澳)	馮佳樂(蘇澳)
蕭杭震(蘇澳)			

①	②	③	④
⑤	⑥	⑦	⑧

## 二、Laser4.7型帆船

### △決賽：共11人，取8名

郭紘愿(宜市)	黃暉宸(員山)	吳騏宇(冬山)	吳采謙(冬山)
林遠均(冬山)	楊歲棋(冬山)	江根仲(冬山)	李謙(冬山)
陳睿騰(冬山)	林佳濬(蘇澳)	王冠智(蘇澳)	

①	②	③	④
⑤	⑥	⑦	⑧



# 女子組帆船比賽編配表

## 一、樂觀型帆船 (OP)

### △決賽：共30人，取8名

張安雅(冬山)	林恩晴(冬山)	范雅茹(冬山)	黃祺方(冬山)
黃蕙珊(冬山)	張永芯(冬山)	許安渝(冬山)	康倍蓉(冬山)
康予馨(冬山)	陳睿婕(冬山)	塗喬茵(冬山)	蔡沂潔(冬山)
張艾綸(冬山)	洪芷甯(冬山)	許家馨(冬山)	游若莚(冬山)
陳妍希(冬山)	張楚楚(員山)	康予澗(冬山)	鄭宇涵(冬山)
黃 芩(蘇澳)	李心平(三星)	王于芩(蘇澳)	郭宥函(蘇澳)
俞芊卉(蘇澳)	王芄芄(蘇澳)	羅以嫫(蘇澳)	許咨羚(蘇澳)
王師宥(蘇澳)	陳映叡(蘇澳)		

①	②	③	④
⑤	⑥	⑦	⑧

## 二、Laser4.7型帆船

### △決賽：共6人，取4名

陳 昀(羅東)	黃禾曦(冬山)	李愛(冬山)	江香卉(冬山)
錢采活(冬山)	李奕昕(五結)		

①	②	③	④
---	---	---	---



## 混合組帆船比賽編配表

### 一、中型帆船

#### △決賽：共11人，取8名

梁齊恩(蘇澳) 簡偉樑(五結) 黃信欽(冬山) 李明晏(冬山)  
 花翊庭(冬山) 鄭秉宸(冬山) 陳品潔(冬山) 江秀川(冬山)  
 張皓凱(冬山) 陳冠銘(冬山) 周詭薰(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_ ③ \_\_\_\_\_ ④ \_\_\_\_\_  
 ⑤ \_\_\_\_\_ ⑥ \_\_\_\_\_ ⑦ \_\_\_\_\_ ⑧ \_\_\_\_\_

## 帆船競賽時程表

日期	時間	活動內容	地點
4月24日 星期六	08:00~09:00	選手、裁判及工作人員 報到 - 器材準備	冬山河親水 公園基地
	09:30~10:00	賽前會議	
	10:00~16:00	各船型開始比賽	
	16:00~17:00	仲裁會議	
4月25日 星期日	09:30~10:00	賽前會議	冬山河親水 公園基地
	10:00~15:00	各船型開始比賽	
	15:00~16:00	仲裁會議	
	16:00	頒獎典禮	



# 划 船

比賽時間：110年5月2日09：00起

比賽地點：宜蘭縣冬山河水上競技場  
(親水公園段)

## 划船委員會

主任委員：李山維

副主任委員：林賴金 張振源

委員：王銘德 宋明達 沈黎明 林聿鈺 林再榮

林永茂 林榮哲 陳昱志 黃偉哲 黃壬申

黃照雄 曾文炳 曾漢明 楊登安 蕭泳源

蕭文通

顧問：陳歐珀 陳漢鍾 林峻輔 游宜恆 張耀徽

陳兆瑞 黃智良 梅正慶 張永忠 黃錫富

陳仕澄 李清洋 翁松根 林定麟 莊坤曉

簡恆松 林伯勳 謝銓錫 林祺祥 鄭美麗

蔡勇郎 黃麗娜 李永福 林惠美

總幹事：林博文

行政組組長：蔡佳玲 組員：莊涵羽

裁判組組長：游宗威

競賽組組長：張介鏗

場地器材組長：林彥禎 組員：陳旭金

財務組：洪婉萍

服務組組長：游貞純

醫護組長：陳杏潔

水上安全組：蘭陽救援協會(6人)

## 划船審判委員會

召集人：李山維

審判委員：李山維 毛盈海 林賴金 陳旭君 林博文

裁判長：張介鏗

裁判：黃正龍 陳惠玲 林忠誠 江宏章 張松竹

陳保華 林曼琳 許儀荳 陳旭金 王銘德



# 划船競賽規程

一、比賽日期：110年5月2日星期六（開始比賽時間：09:00）

二、比賽地點：宜蘭縣冬山河水上競技場（親水公園段）

## 第一條 划船競賽項目

(一)男子1000公尺：

- 1.單人雙槳式：【單雙】／（M1X）
- 2.輕量級單人雙槳式：【輕單雙】／（LM1X）
- 3.雙人雙槳式：【雙雙】／（M2X）
- 4.輕量級雙人雙槳式：【輕雙雙】／（LM2X）
- 5.四人雙槳式：【四雙】／（M4X）
- 6.四人單槳無舵手式：【四單】／（M4-）
- 7.輕量級四人單槳無舵手式：【輕四單】／（LM4-）

(二)女子1000公尺：

- 1.單人雙槳式：【單雙】／（W1X）
- 2.輕量級單人雙槳式：【輕單雙】／（LW1X）
- 3.雙人雙槳式：【雙雙】／（W2X）
- 4.雙人單槳式：【雙單】／（W2-）
- 5.四人雙槳式：【四雙】／（W4X）

## 第二條 選手參賽年齡

(一)年滿十三歲以上（民國97年5月2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形）。

## 第三條 報名人數規定

(一)每單位在每項比賽至多可報一人或一組。





- (二)每一選手參加之項目以三項為限。
- (三)凡規定參加未滿三項者，可替補參加比賽（但須正選手受傷經大會醫師證明不能出場比賽時）

第四條 比賽地點 宜蘭縣冬山河親水公園

第五條 比賽距離 1000公尺水道賽進行比賽（由0m—1000m）

第六條 比賽制度

- (一)以比賽場地使用情況，得設四水道進行比賽。並將比賽時間縮短為一日比完。
- (二)單一項目若參賽隊數未達二隊時，則取消該項比賽。
- (三)比賽用船由大會提供抽籤決定借用，如有損壞時，借用單位人員應負責賠償。
- (四)預賽、複賽、準決賽、決賽均依中華民國划船規則四條水道之進階系統進行。
- (五)每場次以四艘船參加競賽，以領隊會議公開抽籤之順序或水道熱身賽之名次，在複賽準決賽與決賽中，前一輪賽程中名次較佳的隊伍，可使用划道內部水道。
- (六)競賽途中斷槳或器材損害者，在0—100m（起航區內）距離中有器材損壞規則之適用，否則，能繼續比賽者，以通過終點線時，槳手齊全，則成績照算，否則依 DNF（未到達終點）處理。另各隊參加比賽時，所有槳手必須穿著顏色、樣式統一的服裝。
- (七)未在規定時間內辦妥報名手續或證件不齊，一律不予註冊。另報名單位、教練、參賽選手，必須對競賽規程所提出之划船距離，具良好的健康狀況及身體狀況，且可在不需要依賴其他划者及人員之狀況下獨立處理危機，且確定能在意外中自救。必須會游泳（會游50公尺以上），此為報名單位、教練、參賽選手所必須事先確認者。



- (八)輕量級選手的條件：依中華民國划船規則第22條規定：每一船隊之選手（不含舵手）之平均體重；須不超過男70公斤，女57公斤，另槳手之個人體重、必須不超過男子72.5公斤，女子59公斤。且須在每日第一場比賽前一至二小時內過磅（須著該隊比賽服裝，逾時失格）。依中華民國划船規則第23條規定：舵手體重之下限（著該隊比賽服裝）男子為55公斤，女子為50公斤。為彌補體重之不足，舵手可攜帶淨重10公斤之物品（非比賽用裝備），應盡可能將之置於船中靠近其本人（舵手）處。
- (九)本次比賽成績僅作為本縣各鄉鎮發展全民體育、運動水準知競賽參考，非關全國運動會參賽資格。

第七條 成績計分方式及名次判別方式  
每項錄取六名。

第八條 比賽規則  
採用2021年最新審定之中華民國划船規則。

第九條 獎勵

(一)依照宜蘭縣運動會競賽規程總則：

各項競賽項目實際參賽在十隊(人)以上時錄取八名，九隊(人)以上時錄取七名，八隊(人)以上時錄取六名，七隊(人)錄取五名，六隊(人)錄取四名，五隊(人)錄取三名，四隊(人)錄取二名，三隊(人)錄取一名，前三名分別頒給金、銀、銅牌及獎狀，第四名至第八名發給獎狀。

(一)表演項目，成績大會不予計算，但可參照本條第一款方式發給參賽證明。

(一)其他獎勵方式依宜蘭縣運動會競賽規程總則規定頒發。

第十條

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。



# 划船比賽賽程表

日期	場次	時間	代碼	項目	賽別	備註	
五月二日	101	09:00	M2X	男子雙人雙槳式	H	1、2、3、4-FA	
	102	09:15	W1X	女子單人雙槳式	H	1、2、3、4-FA	
	103	09:30	LM4-	輕量級男子四人單槳式	H	1、2、3、4-FA	
	104	09:45	LM1X	輕量級男子單人雙槳式	H	1、2、3、4-FA	
	105	10:00	W2-	女子雙人單槳式	H	1、2、3、4-FA	
	106	10:15	LM1X	輕量級女子單人雙槳式	H	1、2、3、4-FA	
	107	10:45	M4-	男子四人單槳式	H	1、2、3、4-FA	
	108	10:30	W2X	女子雙人雙槳式	H	1、2、3、4-FA	
	109	11:00	LM2X	輕量級男子雙人雙槳式	H	1、2、3、4-FA	
	110	11:15	M1X	男子單人雙槳式	H	1、2、3、4-FA	
	111	11:30	W4X	女子四人雙槳式	H	1、2、3、4-FA	
	112	12:00	M4X	男子四人雙槳式	H	1、2、3、4-FA	
	午間休息						
	113	13:30	M2X	男子雙人雙槳式	FA		
	114	13:40	W1X	女子單人雙槳式	FA		
	115	13:50	LM4-	輕量級男子四人單槳式	FA		
	116	14:00	LM1X	輕量級男子單人雙槳式	FA		
	117	14:10	W2-	女子雙人單槳式	FA		
	118	14:20	LW1X	輕量級女子單人雙槳式	FA		
	119	14:30	M4-	男子四人單槳式	FA		
	120	14:40	W2X	女子雙人雙槳式	FA		
	121	14:50	LM2X	輕量級男子雙人雙槳式	FA		
	122	15:00	M1X	男子單人雙槳式	FA		
	123	15:10	W4X	女子四人雙槳式	FA		
124	15:20	M4X	男子四人雙槳式	FA			



日期	場次	時間	代碼	項目	賽別	備註
	125	15:30		預備賽程		
賽程結束						

備註：本賽程得視天候狀況、報名隊伍等因素做適度調整。



## 各單位參加划船比賽職、隊員名單

### 一、五結鄉

△教練：洪婉萍 林彥禎

男隊員：賴冠儒 陳宏軒 黃埴誠 莊士賢 楊邵予 吳冠葦  
林彥志 林裕庭 莊 皓 陳逸晟

女隊員：邱欣慧 萬士緯 林家伊 楊竺霖 張鈺苒 賴宜君  
王純郁 黃欣儀 陳芷瑩 何欣潔

### 二、冬山鄉

△管理：陳建淳 指導：林兆駿 羅祥倫

男隊員：吳全宏 盧胤丞 盧胤融 吳融秉 李至翔 陳世豪  
林誠恩 游宗威 李吉弘 張晏鈞 張宇智 黃洋泓

女隊員：王維醇 賴乙錚 羅萱 羅婕 陳杏潔 李雅雯  
游捷羽 黃韻庭

### 三、宜蘭市

△指導：黃照雄      管理：黃茂林  
男隊員：游晉承      黃旭祺      張名哲  
女隊員：游貞純      王勤雯      邱品瑄      黃筱婷

### 四、羅東鎮

△領隊：李芷寧      教練兼管理：李芷寧  
男隊員：黃楷軒      蔡承軒      邱聖傑      邱志維      彭代君      吳傳奇  
          林首辰  
女隊員：蔡佳玲      葉懿萱      潘佳鈴      林昀臻      林昀潔



## 男子組划船比賽編配表

### 一、1000公尺單人雙槳式

#### △決賽：共4人，取2名

張晏鈞(冬山) 黃旭祺(宜市) 賴冠儒(五結) 吳傳奇(羅東)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_

### 二、1000公尺輕量級單人雙槳式

#### △決賽：共4人，取2名

黃旭祺(宜市) 黃楷軒(羅東) 賴冠儒(五結) 吳全宏(冬山)

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_

### 三、1000公尺雙人雙槳式

#### △決賽：共4隊，取2名

冬山：游宗威 張晏鈞

羅東：彭代君 邱志維

宜市：游晉承 張名哲

五結：吳冠葦 林裕庭

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_

### 四、1000公尺輕量級雙人雙槳式

#### △決賽：共4隊，取2名

宜市：游晉承 張名哲

五結：吳冠葦 林彥志

羅東：黃楷軒 吳傳奇

冬山：吳融秉 李吉弘

① \_\_\_\_\_ ② \_\_\_\_\_



## 五、1000公尺四人雙槳式

### △決賽：共3隊，取1名

羅東：彭代君 林首辰 蔡承軒 邱聖傑  
冬山：吳全宏 吳融秉 陳世豪 李吉弘  
五結：林彥志 林裕庭 莊 皓 陳逸晟

①

---

## 六、1000公尺四人單槳無舵手式

### △決賽：共3隊，取1名

冬山：盧胤丞 李至翔 張宇智 黃洋泓  
羅東：吳傳奇 林首辰 蔡承軒 邱聖傑  
五結：陳宏軒 黃堉誠 莊士賢 楊邵予

①

---

## 七、1000公尺輕量級四人單槳無舵手式

### △決賽：共3隊，取1名

冬山：盧胤丞 盧胤融 李至翔 林誠恩  
五結：陳宏軒 黃堉誠 莊士賢 楊邵予  
羅東：彭代君 邱志維 蔡承軒 邱聖傑

①

---



## 女子組划船比賽編配表

### 一、1000公尺單人雙槳式

#### △決賽：共3人，取1名

潘佳鈴(羅東) 王維醇(冬山) 黃欣儀(五結)

①

---

### 二、1000公尺輕量級單人雙槳式

#### △決賽：共3人，取1名

陳芷瑩(五結) 羅 婕(冬山) 潘佳鈴(羅東)

①

②

③

---

### 三、1000公尺雙人雙槳式

#### △決賽：共4隊，取2名

冬山：賴乙錚 羅 萱

羅東：林昀臻 林昀潔

宜市：游貞純 王勤雯

五結：王純郁 何欣潔

①

②

---

### 四、1000公尺雙人單槳式

#### △決賽：共4隊，取2名

宜市：邱品瑄 黃筱婷

羅東：蔡佳玲 葉懿萱

冬山：羅 萱 羅 婕

五結：邱欣慧 萬士緯

①

②

---





## 五、1000公尺四人雙槳式

### △決賽：共4隊，取2名

五結：林家伊 楊竺霖 張鈺苒 賴宜君

冬山：陳杏潔 李雅雯 游捷羽 黃韻庭

宜市：游貞純 王勤雯 邱品瑄 黃筱婷

羅東：蔡佳玲 葉懿萱 林昀臻 林昀潔

①

②

---



# 游泳水球

比賽時間：110年4月24日08：30

比賽地點：羅東運動公園游泳池

## 游泳水球委員會

主任委員：林紀閔

副主任委員：蕭秀如

總幹事：陳政宏

副總幹事：盧煜

裁判組長：張琬渝

競賽組長：鄭筱穎

訓練組長：盧煜

場地組長：田志偉

記錄組長：張逵揚

公關組長：許峻郢

行政組長：林冠霆

## 游泳水球審判委員會

召集人：張琬渝

委員：陳政宏 潘政君 盧煜

裁判長：張琬渝

裁判：張琬渝 郭威聖 毛奕翔 鄭育亭 林品竹 楊筑榮  
吳啟銘 王德靖



# 游泳水球競賽規程

一、比賽日期：110年4月24日（開始比賽時間：08：30）

二、比賽地點：羅東運動公園游泳池

## 第一條 競賽項目

混合組：男女不拘，年齡不拘。

## 第二條 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形）。

## 第三條 報名人數規定

每單位選手至多可註冊13人。

## 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分證或相關證明完建，否則不得參加比賽。

### 第六條 比賽細則

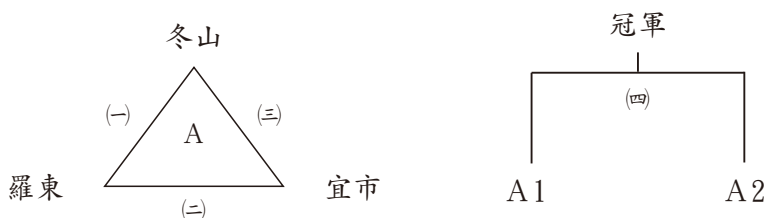
- (一)採用中華民國游泳協會審定之最新水球規則及修訂部份辦理。
- (二)各單位運動員需在比賽前30分鐘至指定地點接受檢查準備比賽。
- (三)賽程之安排視各組參賽隊數由大會競賽組決定賽制。
- (四)每場比賽分為4節，每節比賽8分鐘，每節之間依序休息，第1-2節休息2分鐘、第2-3節休息5分鐘、第3-4節休息2分鐘。比賽時間結束，兩隊平手時，依水球規則規定辦理。

### 第七條

本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。



## 游泳水球賽程表



## 游泳水球競賽時程表

日期	時間	場次	比賽隊伍	比數
四月廿四日	09:00	(一)	冬山鄉 VS 羅東鎮	:
	10:40	(二)	羅東鎮 VS 宜蘭市	;
	13:00	(三)	冬山鄉 VS 宜蘭市	;
	14:10	(四)	A1 VS A2	;

註：

- (一)預賽勝負比最高之2隊晉級決賽，如勝負比相同，將以得失分為最終判決，得失分勝出隊伍晉級決賽。
- (二)預賽每節8分鐘均不停錶，決賽每節8分鐘均停錶。

會議	時間	地點	備註
裁判會議	中華民國110年4月24日 上午7時30分	羅東運動公園 游泳池會議室	
領隊會議	中華民國110年4月24日 上午8時30分		



# 各單位參加水球比賽職、隊員名單

## 一、冬山鄉

△領隊：潘政君      教練：鄭筱穎  
男隊員：潘政君    許俊郢    張定睿    吳柏緯    陳亨睿    陳亨僖  
          李承修    林冠霆    邱仁祥    黃蔚程    曾偉裕    余俊明  
          余斯逸

## 二、宜蘭市

△教練兼管理：陳淑華      教練：孫    駿  
男隊員：林韋勳    張榮    趙晨恩    李培鼎    陳永稷    李奇珞  
          孫    逸    楊黠毓

## 三、羅東鎮

△領隊：林紀閔      教練：蕭秀如      管理：林芳鈴  
男隊員：林郁棠    林東緯    盧    煜    簡志軒    游豐維    陳威廷  
          游沅錡    陳政宏    龍恭騰    張遠揚    張廷瑋    楊予墨  
女隊員：許喬茵





# 110年宜蘭縣運動會競賽事項申訴書

附表一

申請事由				糾紛發生 時間及地點			
申請事實							
證件或證人							
單位總領隊	(簽章)	指導 單位		時間	年	月	日 時
裁判長意見							
審判委員會 判 決							

(簽章)

審判委員會

年 月 日 時 分

附註：1.凡未按規程各項規定辦理之申訴者概不受理。

2.單位總領隊簽章權，可按本規程第十條之規定，由總領隊本人簽章或其代表簽章辦理。  
申訴規定：(第十條)

- 1.縣運會有關比賽事項之爭議，應於該項比賽結束30分鐘內，以書面提出申訴，不得以口頭提出，未依規定時間內提出申訴者，不予受理。
- 2.書面申訴應由代表團該項領隊簽名蓋章，向該競賽種類之審判委員會或裁判長正式提出，並繳交保證金新臺幣伍仟元，如經審判委員會裁定其中訴理由未能成立時，得沒收其保證金。





# 110年宜蘭縣運動會運動員資格申訴書 附表二

被申訴者 姓名		單位		參加 項目	
申請事實				證件或證人	
聯合簽署 單位	總領隊				(簽章)
申訴單位	總領隊				(簽章)

(簽章)

審判委員會

年 月 日 時 分

附註：1.凡未按規程各項規定辦理之申訴者概不受理。

2.單位總領隊簽章權，可按本規程第十條之規定，由總領隊本人簽章或其代表簽章辦理。  
申訴規定：(第十條)

- 縣運會有關比賽事項之爭議，應於該項比賽結束30分鐘內，以書面提出申訴，不得以口頭提出，未依規定時間內提出申訴者，不予受理。
- 書面申訴應由代表團該項領隊簽名蓋章，向該競賽種類之審判委員會或裁判長正式提出，並繳交保證金新臺幣伍仟元，如經審判委員會裁定其申訴理由未能成立時，得沒收其保證金。



## 110年宜蘭縣運動會選手保證書暨個人資料授權同意書

本人確實符合參加中華民國110年宜蘭縣運動會選手參賽資格，並經醫院檢查，認定可參加劇烈運動競賽。

姓名（具結人，請參賽選手親自簽名）：  
性別：  
出生年月日：  
身分證統一編號：  
代表單位：  
設籍日：  
參賽組別：男子組女子組（請勾選）  
參賽種類：  
參賽項目：                    分項：  
領隊或教練簽名（蓋章）：

各鄉鎮市公所核章

未滿18歲監護人同意參賽簽名或蓋章：

參賽選手親自簽名：

附註：

- 一、保證書必須由選手及領隊或教練親自簽章（字），並檢附110年1月份後戶籍謄本正本（記事欄不得省略）。
- 二、填寫保證書時，請先詳閱110年宜蘭縣運動會競賽規程及技術手冊有關資格規定。
- 三、保證書各項資料，必須正確詳填。
- 四、保證書必須親自填妥，以示負責，並由教練簽名或蓋章；未滿18歲者，必須取得監護人簽名或蓋章同意。最後，由各縣市政府主管單位校對後核章。
- 五、請各鄉鎮市公所依照組別及比賽種類分別裝訂成冊；選手名單依登記註冊報名順序排列。
- 六、同意授權提供之個人資料於本次賽會及相關單位必要性之使用。
- 七、參加2種競賽種類，需填列2張運動會選手保證書暨個人資料授權同意書。
- 八、設籍日定義：從未遷過戶籍之參賽選手以出生年月日為設籍日，有遷過戶籍之參賽選手以備註欄日期為準。

附表三



## 各項錦標賽（男子組）成績一覽表

單位 項目	名次	參加隊	冠 軍	亞 軍	季 軍	殿 軍
1. 田 徑						
2. 籃 球						
3. 手 球						
4. 羽 球						
5. 排 球						
6. 桌 球						
7. 網 球						
8. 棒 球						
9. 高爾夫球						
10. 足 球						
11. 橄 欖 球						
12. 保 齡 球						
13. 撞 球						
14. 慢 速 壘 球						
15. 軟 式 網 球						
16. 自 由 車						
17. 射 擊						
18. 射 箭						
19. 角 力						
20. 拳 擊						
21. 跆拳道						





單位 項目	名次	參加隊	冠 軍	亞 軍	季 軍	殿 軍
22. 柔 道						
23. 體 操						
24. 空 手 道						
25. 武 術						
26. 圍 棋						
27. 滑 輪 溜 冰						
28. 民 俗 體 育						
29. 劍 道						
30. 鐵 人 三 項						
31. 韻 律 體 操						
32. 卡 巴 迪						
33. 游 泳						
34. 輕 艇 競 速 激 流						
35. 帆 船						
36. 划 船						
37. 游 泳 水 球						

## 各項錦標賽（女子組）成績一覽表

單位 項目	名次	參加隊	冠 軍	亞 軍	季 軍	殿 軍
1. 田 徑						
2. 籃 球						
3. 手 球						
4. 羽 球						
5. 排 球						
6. 桌 球						
7. 獨木舟激流標竿						
8. 棒 球						
9. 高爾夫球						
10. 足 球						
11. 橄 欖 球						
12. 保 齡 球						
13. 撞 球						
14. 慢 速 壘 球						
15. 軟 式 網 球						
16. 自 由 車						
17. 射 擊						
18. 射 箭						
19. 角 力						
20. 拳 擊						
21. 跆拳道						





單位 項目	名次	參加隊	冠 軍	亞 軍	季 軍	殿 軍
22. 柔 道						
23. 體 操						
24. 空 手 道						
25. 武 術						
26. 圍 棋						
27. 滑 輪 溜 冰						
28. 民 俗 體 育						
29. 劍 道						
30. 鐵 人 三 項						
31. 韻 律 體 操						
32. 卡 巴 迪						
33. 游 泳						
34. 輕 艇 競 速 激 流						
35. 帆 船						
36. 划 船						
37. 游 泳 水 球						





一  
一〇  
年  
宜  
蘭  
縣  
運  
動  
會