

第四單元. 室內賽艇比賽



要將**室內賽艇**運動帶入學校，首先必須引起學生留意及興趣。室內賽艇比賽具有高度可觀性及刺激性，室內賽艇比賽可同時讓十數名參加者同時間作賽，比賽系統由電腦操作，由於每部賽艇機之間互相連接，有關比賽情況及名次可透過比賽系統及投影儀讓所有觀眾得悉，把現場氣氛及學生情緒推向高點。

舉辦比賽亦能帶動學生對室內賽艇的參與，由於學生每每於比賽舉辦前進行一系列的練習，以爭取於比賽取得佳績。故學校可以此作契機建立良好的運動風氣，並推動室內賽艇於學校的發展。如何舉辦成功的室內賽艇比賽。由於不同學校場地大小、學生人數等不一，故對比賽的要求及形式皆有分別，學校可跟據以下參考資料舉辦不同形式的室內賽艇比賽，如班際、社際、師生賽、校慶紀念杯、開放日等，學校亦可自行加入特式元素，以豐富比賽可觀性及吸引力，如舉辦廿人長途接力賽、混合賽等。

本單元將詳述有關舉辦室內賽艇比賽的相關事宜及細節事項，內容如下：

- (1) 比賽形式
- (2) 賽程編排
- (3) 人手安排
- (4) 賽事流程、運作及控制
- (5) 成績結果記錄及公佈
- (6) 場地及器材安排

(1) 比賽形式

中國香港艇協會一般採用的比賽形式如下:

1.1 - 個人 1000 米 / 2000 米

每位參賽者獨立於划艇機上划畢指定距離。

1.2 - 雙人 1000 米 / 2000 米

每隊由兩位隊員組成，兩位隊員同時分別在獨立划艇機上作賽。各隊成績以每隊划手所做出的總時間的平均值計算，並以此作為該隊的比賽成績。

1.3 - 四人 2000 米

每隊由四位隊員組成，四位隊員同時分別在獨立划艇機上作賽。各隊成績以每隊划手所做出的總時間的平均值計算，並以此作為該隊的比賽成績。

1.4 - 4 x 500 米接力

比賽距離為二千米，每隊四位運動員輪流坐上划艇機一次，各划 500 米，每划到 500 米之分段距離後，隊員必須在兩槳內替換給下一位隊員家庭，違者將被取消資格。

1.5 - 30 分鐘長途接力

每隊均以最少 6 名，但不多於 10 名運動員組成，其中必須包括最少一位男及一位女性隊員。各隊員均須輪流最少連續划 3 分鐘，如參賽隊伍少於 10 名隊員，只可由其中不多於 4 位隊員重覆接力。任何隊員只可作重覆一次之接力。於 30 分鐘比賽中，划行距離最長之隊伍為冠軍。

一般分組形式如下:

1.6 - 分齡

例如: 18 歲以下、19-29 歲組別、30-39 歲組別等

1.7 - 性別

例如: 男子組、女子組、混合隊際

1.8 - 體重

輕量級組 (男子): 體重限制為 75 公斤或以下

(女子): 體重限制為 61.5 公斤或以下

公開組: 任何體重

1.9 - 機構或團體類別

例如: 紀律部隊組別、工商機構組別、中學生組別等

(2) 賽程編排

2.1 – 每場比賽所需時間 (包括間場時間)

| <u>比場形式</u> | <u>大約所需時間</u> |
|---------------------|---------------|
| 個人 / 雙人 1000 米 | 10 分鐘 |
| 個人 / 雙人 / 四人 2000 米 | 15 分鐘 |
| 4 X 500 米接力 | 15 分鐘 |
| 30 分鐘長途接力 | 35 – 40 分鐘 |

2.2 – 中場休息時間

賽事每隔三小時應加設一個不少於 15 分鐘的小休，該小息可讓工作人員進膳、如廁或進行一個頒獎儀式；而更重要的是讓賽事按原定進行時間作調整。

2.3 – 熱身時間

賽會應編排參賽者於其比賽時間前 20 分鐘使用划艇機進行熱身，各參賽者或隊伍熱身時間約為 10 分鐘

2.4 – 召集時間

賽會應編排參賽者於其比賽時間前 10 分鐘向召集處報到，準備進入比賽場區作賽。

2.5 – 特別編排

2.5.1 - 分組賽事

當同一項目的參賽者或隊伍之數量多於用作比賽划艇機之數量，該項目便須作「分組賽」。所有參賽者或隊伍祇須於分組作賽一次，無須再作複賽或決賽；而最終名次將以參賽者或隊伍於分組造出的時間或距離來決定。

2.5.2 – 混合項目賽事

當同一項目的參賽者或隊伍之數量遠低於用作比賽划艇機之數量，賽會可選擇編排多於一個不同項目同場作賽以增加該場賽事的可觀性及比賽氣氛；當選擇項目組合時，賽會必須將相同比賽距離及參賽者性別之項目編排同場作賽。

2.5.3 - 多項參賽

賽會應盡可能避免將兩個由相同參賽者參與的項目連續進行。例如「男子個人 2000 米」項目與「男子 4 x 500 米接力」項目不應接著進行，應以「女子個人」或「女子隊際接力」項目相隔，讓參賽者有足夠時間休息。

2.6 – 賽事排位抽籤

賽會必須安排一位適當人選為每場賽事的排位進行抽籤，以決定每位參賽者或隊伍的比賽機號或分組組別。

2.7 – 模擬比賽程序表 (請參閱第 48 頁)

2.8 – 模擬賽事排位表 (請參閱第 49 頁)

(3) 人手安排

一般賽事所需的人手如下:

| 功能/區域 | 職位 | 人數 | 職責 |
|-----------|----------|-----------|---|
| 3.1 賽事籌組 | 賽事籌辦員 | 1 | <ul style="list-style-type: none"> 統籌及協調整個賽事 |
| 3.2 賽事控制區 | 賽事總指揮 | 1-2 | <ul style="list-style-type: none"> 控制賽事運作，確保賽事流暢進行 |
| | 賽事系統控制員 | 1-2 | <ul style="list-style-type: none"> 操作比賽電腦系統 |
| | 廣播 / 司令員 | 1 | <ul style="list-style-type: none"> 負責大會所有資訊廣播及每場賽事發號司令 |
| 3.3 比賽場區 | 總裁判 | 1 | <ul style="list-style-type: none"> 確保賽事按照賽例進行，作最終裁決 |
| | 計時員 | (每部機 1 位) | <ul style="list-style-type: none"> 協助總裁判執行職務 |
| | 器材管理員 | 1-2 | <ul style="list-style-type: none"> 安排及監察比賽器材之使用，確保器材正操作 |
| 3.4 成績發放 | 成績處理員 | 1 | <ul style="list-style-type: none"> 記錄成績及名次排序 |
| | 成績核實員 | 1 | <ul style="list-style-type: none"> 核對成績及名次，確保賽果正確公佈 |
| 3.5 報到處 | 參賽核實員 | 1-2 | <ul style="list-style-type: none"> 核對參賽者身份及其參賽項目 |
| | 物資派發員 | 1-2 | <ul style="list-style-type: none"> 向參賽者派發參賽標織/號碼佈及有關資料 |
| 3.6 熱身區 | 熱身區控制員 | 1 | <ul style="list-style-type: none"> 控制參賽者按程序表時間進入熱身區使用划艇機 |
| 3.7 召集區 | 召集員 | 1-2 | <ul style="list-style-type: none"> 召集參賽者作賽及組織參賽者或隊伍進場 |
| 3.8 頒獎儀式 | 司儀 | 1-2 | <ul style="list-style-type: none"> 控制儀式進行 |
| | 獎牌/盃遞送員 | 1-2 | <ul style="list-style-type: none"> 組織及傳遞獎牌/盃 |
| | 攝影師 | 1 | <ul style="list-style-type: none"> 攝影 |
| 3.9 資訊傳遞 | 資訊傳遞員 | 2 | <ul style="list-style-type: none"> 負責各區域之間的資訊傳遞 張貼賽果及所有賽事資料 |
| 3.10 急救處 | 急救員 | 2-6 | <ul style="list-style-type: none"> 提供醫療及急救服務 (可邀請註冊救護團體提供義務服務) |

(4) 賽事流程、運作及控制

4.1 – 一般流程



4.2 – 資料公佈

賽會必須透過廣播或資料板張貼以下資料:

- 4.2.1 比賽程序表
- 4.2.2 賽事排位表
- 4.2.3 比賽規則
- 4.2.4 場地平面圖
- 4.2.5 賽事成績結果
- 4.2.6 頒獎儀式進行時間

4.3 賽事司令員講稿

| | |
|---|--|
| Race No. (), (event name), is about to begin. | 第 ()場賽事，(項目名稱)，即將開始！ |
| Getting on the ergometers, we have on machine/Lane 1, (name of competitor); ... | 首先介紹各參賽者。一號機有(參賽者/機構名稱); 二號機有..... |
| May I remind all competitors that pulling the handle during the countdown to race start before the "ROW" command, will activate the race system and result in a "False Start" . A competitor causing TWO false starts will be disqualified. | 提醒各參賽者，如果於倒數未到“ROW”指令之前，拉動手柄，會當作偷步處理。任何一位賽手偷步兩次會即時被取消參賽資格。 |
| Competitors are reminded NOT to stop racing under any circumstances unless the race is called off by the Race Controller. | 另外，如賽事進行期間，有任何故障或意外，除非賽事總指揮宣佈賽事暫停之外，所有參賽者應繼續進行比賽！ |
| Competitors please stop rowing now and replace the handle. | 參賽者請停止拉動划艇機，與及將手把放回原處。 |
| Competitors come forward, pick up the handle. | 參賽者請提起手把預備。 |

4.4 - 處理特別情況

4.4.1 – 更改參賽資料

任何參賽資料需要作更改時(包括更正參賽者或隊伍名稱、補加或刪除參賽者/隊伍等)，必須按下列程序：

- 通知賽事總指揮
- 更改張貼於資料板上的資料
- 通知賽事系統控制員，讓其更改電腦系統內的資料
- 通知成績處理員，讓其更改有關資料
- 通知熱身區及召集區工作人員，讓其改有關資料

4.4.2 – 比賽器材發生故障

常見的故障如下：

- 顯示器電池耗盡
- 比賽電腦系統線路接駁不穩定
- 顯示器未能於開賽前自動從新設定

4.4.3 – 參賽者上訴

有關參賽者上訴之處理，請參閱「比賽規則」MR14、MR22、MR23、MR24 及 MR25

(5) 成績結果記錄及公佈

最終成績以比賽電腦系統列印出來的紀錄為準，唯成績記錄員需將所屬同一項目的成績排序，並決定參賽者或隊伍的最終名次。

(6) 場地及器材安排

6.1 場地環境要求

場地可分「室內」及「戶外」兩類，一般使用室內為佳，但必須有充足空調

| 室內 | 戶外 |
|-----------|----------------------|
| 環境比較穩定 | 環境比較難掌握 |
| 不受天氣影響 | 受天氣影響 |
| 賽事及人流較易控制 | 賽事及人流較難控制 (因場地會比較開放) |
| 必須有充足空調 | 空氣會較流通 |

6.2 場地配套設施

- 為電腦提供電源
- 設有廣播及影音系統
- 設有更衣室

- 長桌及椅
- 急救設備
- 圍欄

6.3 比賽區設定

- 用作比賽的划艇機數量可由賽會自行決定，一般用機數量由 4 部至 20 部不等。
- 划艇機放置距離不能少於 1.3 米。
- 划艇機與比賽外圍邊界距離不能少於 2 米。
- 每行划艇機放置距離不能少於 2 米。
- 比賽區應被圍欄劃分，避免觀眾影響參賽者作賽。
- 賽會可自行決定划艇機於比賽區內放置及排列的方向。
- 設立比賽區的程序：
 1. 先將所有賽艇機放好適當位置
 2. 設立賽事控制台及電腦
 3. 連接所有賽艇機及電腦
 4. 系統測試
 5. 進行模擬賽事
 6. 整理所有線路

6.4 模擬場地平面圖 (請參閱第 50 頁)

6.5 主要器材

主要器材包括:

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ● 室內賽艇機 ● PM4 顯示器 ● 電腦器材 | <ul style="list-style-type: none"> ● 連線器材 ● 播映及廣播系統 ● 裁判器材 |
|--|---|

第十屆 XXX 室內賽艇錦標賽

賽事程序

日期：2010 年 7 月 24 日

| 場次 | 比賽時間 | 比賽項目 | 報到時間 | 過磅時間 | 熱身時間 | 召集時間 |
|------|-----------|---------------------|-------------|---------------|-------------|-----------------|
| Race | Race Time | Event | Report Time | Weighing Time | Warmup Time | Assembling Time |
| 1 | 10:00 | 男子公開組個人 1000 米(第一組) | 9:00 | | 9:40 | 9:50 |
| 2 | 10:10 | 男子公開組個人 1000 米(第二組) | 9:10 | | 9:50 | 10:00 |
| 3 | 10:20 | 女子公開組個人 1000 米 | 9:20 | | 10:00 | 10:10 |
| 4 | 10:30 | 男子輕量級組個人 2000 米 | 9:30 | 8:30-9:30 | 10:10 | 10:20 |
| 5 | 10:45 | 女子輕量級組個人 2000 米 | 9:45 | 8:45-9:45 | 10:25 | 10:35 |
| 6 | 11:00 | 男子公開組雙人 2000 米 | 10:00 | | 10:40 | 10:50 |
| 7 | 11:15 | 女子公開組雙人 2000 米 | 10:15 | | 10:55 | 11:05 |
| 8 | 11:30 | 男子公開組 4 x 500 米接力賽 | 10:30 | | 11:10 | 11:20 |
| 9 | 11:45 | 女子公開組 4 x 500 米接力賽 | 10:45 | | 11:25 | 11:35 |
| 10 | 12:00 | 30 分鐘長途接力賽 | 11:00 | | 11:40 | 11:50 |
| | 12:40 | 頒獎禮 | | | | |

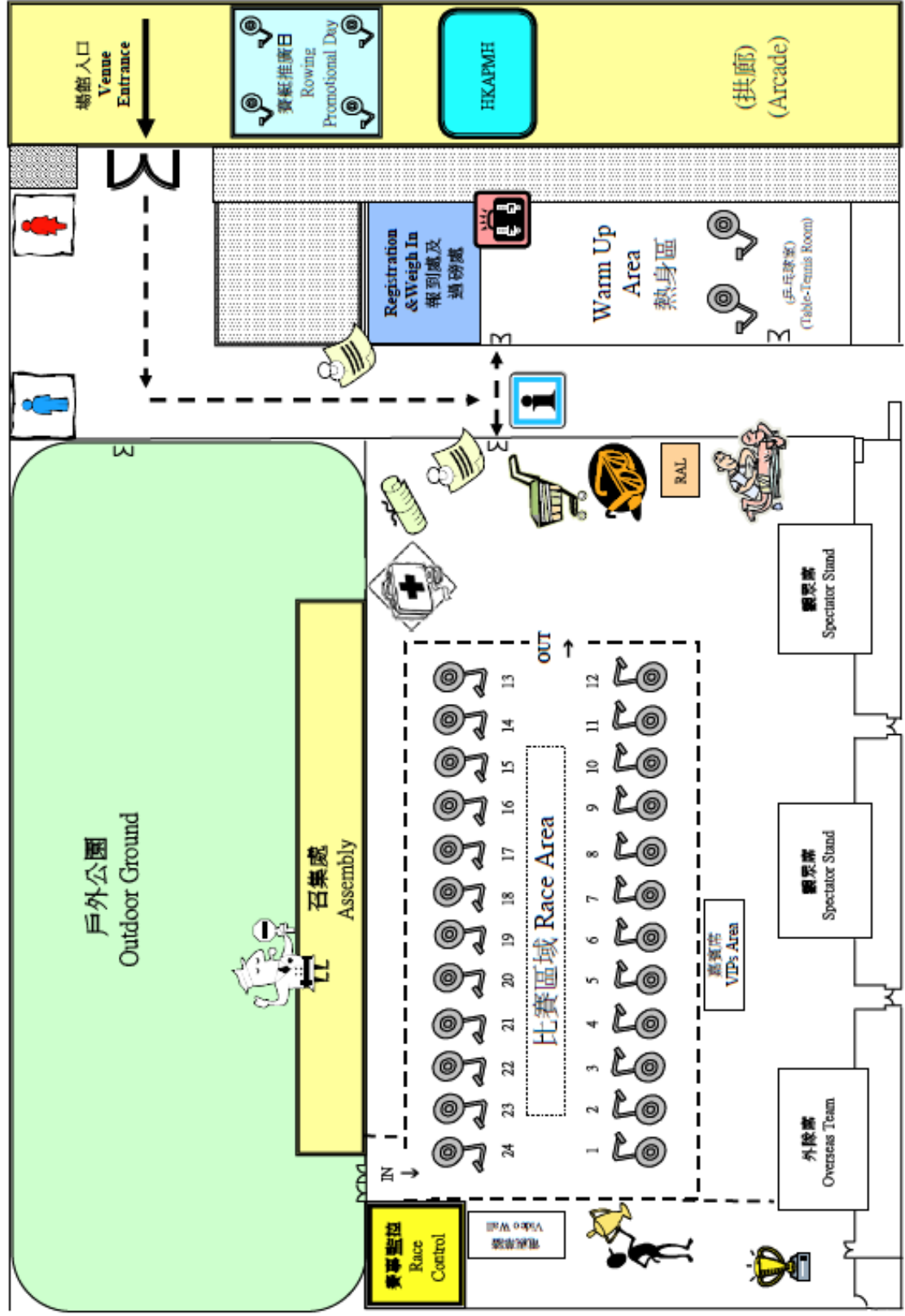
第十屆 XXX 室內賽艇錦標賽

(附件二)

賽事排位表

| | | | | |
|-----------------------|------------------------|--|-------------|-----------|
| 第 1 場 10:00 | 男子輕量級個人 2000 米 (第一組) | | | |
| 機號 | 參賽者 / 隊伍名稱 | | 造出時間 | 名次 |
| 1 | XXX XXX XXX | | | |
| 2 | XXX XXX XXX | | | |
| 3 | XXX XXX XXX | | | |
| 4 | XXX XXX XXX | | | |
| 5 | XXX XXX XXX | | | |
| 6 | XXX XXX XXX | | | |
| 7 | XXX XXX XXX | | | |
| 8 | XXX XXX XXX | | | |
| 第 2 場 10:15 | 男子輕量級個人 2000 米 (第二組) | | | |
| 機號 | 參賽者 / 隊伍名稱 | | 造出時間 | 名次 |
| 1 | XXX XXX XXX | | | |
| 2 | XXX XXX XXX | | | |
| 3 | XXX XXX XXX | | | |
| 4 | XXX XXX XXX | | | |
| 5 | XXX XXX XXX | | | |
| 6 | XXX XXX XXX | | | |
| 7 | XXX XXX XXX | | | |
| 8 | XXX XXX XXX | | | |
| 第 3 場 10:30 | 女子輕量級個人 2000 米 | | | |
| | 女子公開組個人 2000 米 | | | |
| 機號 | 參賽者 / 隊伍名稱 | | 造出時間 | 名次 |
| | 女子輕量級個人 2000 米 | | | |
| 1 | XXX XXX XXX | | | |
| 2 | XXX XXX XXX | | | |
| 3 | XXX XXX XXX | | | |
| 4 | XXX XXX XXX | | | |
| 5 | XXX XXX XXX | | | |
| | 女子公開組個人 2000 米 | | | |

| | | | | |
|----|-------------|--|--|--|
| 6 | XXX XXX XXX | | | |
| 7 | XXX XXX XXX | | | |
| 8 | XXX XXX XXX | | | |
| 9 | XXX XXX XXX | | | |
| 10 | XXX XXX XXX | | | |



-  詢問及接待處
Reception
-  急救站
First Aid
-  賽事資料板
Information Board
-  香港精神健康促進會
HK Association for the Promotion of Mental Health
-  頒獎台
Prize Presentation
-  香港賽艇學院
HK Rowing Association
-  得獎者召集處
Winners Assembly
-  香港賽艇協會
HK Rowing Association
-  證書派發
Certificate Collection
-  Zeroh+
-  寄物處
Cloak Room
-  紀念品銷售處
Souvenirs Sales

RAL 賽艇運動亞洲有限公司
Row Sport Asia Ltd.