



2025 臺灣國際扯鈴暨高雄城市盃扯鈴運動大賽辦法

- 一、目的：推展全民體育活動，促進市民身心健康，活絡城市運動交流，提升扯鈴運動水準。
- 二、主題：快樂 融和 夢想成真
- 三、指導單位：高雄市政府 高雄市政府教育局
高雄市政府運動發展局
- 四、主辦單位：高雄市扯鈴協會 國際扯鈴聯盟
- 五、協辦單位：高雄市工商發展投資策進會
國立中山大學附屬國光高級中學
高雄市前鎮區復興國小 高雄市楠梓區楠梓國小
康裕成議長服務處 黃昭順服務處 莊啟旺服務處
李雅芬議員服務處 黃文志議員服務處 陳麗珍議員服務處
奇賓機械有限公司 呂正鐘地政士事務所
功群台寶股份有限公司 健仁醫院
- 六、比賽日期：114 年 11 月 15 日（六）~11 月 16 日（日）上午 8 時至下午 8 時
- 七、比賽地點：國立中山大學附屬國光高級中學 體育館
(高雄市楠梓區後昌路 512 號 捷運紅線油廠國小站 3 號出口)
- 八、開幕典禮：114 年 11 月 15 日（六）上午 9 時於比賽地點體育館舉行
- 九、比賽類別：(如附件一)
 - (一) 技術類(詳如附件一 P1)
 - (二) 競速類(詳如附件一 P2)
 - (三) 特別類(詳如附件一 P3)
 - (四) 網路類(詳如附件一 P4)
 - (五) Battle 賽：比賽時間 1~2 分，可使用任何扯鈴及道具，進行 1 對 1 對決；此項目由主辦單位邀請。
- 十、比賽組別：
 - (一) 社會 組（年滿 18 歲以上）
 - (二) 青年 組（高中一、二、三年級學生或同年齡者）
 - (三) 青少年組（國中一、二、三年級學生或同年齡者）
 - (四) 少年 A 組（國小五、六年級學生或同年齡者）
 - (五) 少年 B 組（國小三、四年級學生或同年齡者）
 - (六) 少年 C 組（國小一、二年級學生或同年齡者）
 - (七) 幼幼 組（未就讀國小一年級或同年齡以下者）

備註：1.113 學年度(2025 年)應屆畢業生可報名原學校之年級。
2.以男女混合者須報名男子組。
3.以不同年齡混合者須報名年長之組。

4.以相同隊名(含 A、B 隊)報名技術、特別、網路類各組之隊伍最多可報名二隊(男、女可分開計算)。

5.請依上述規定辦理，嚴禁跨組報名，如犯規定，經審核屬實，取消比賽資格或已得之成績。

十一、報名資格：

凡扯鈴愛好者(不限高雄市)，得以個人、學校或社會團體之方式報名參加；
但以個人方式報名者，不得報單位名。

十二、報名日期：

114 年 6 月 9 日起至 114 年 7 月 31 日下午 5 時止，逾期恕不受理。

(本比賽場地可容納 800 人左右；如報名人數超過該人數，雖未逾期，報名系統亦會關閉，不得異議)。

十三、報名費用：

(一)競速類：個人賽單項 300 元，
雙人賽每組 500 元。

(二)技術類：個人賽單項 400 元，
雙人賽每組 700 元，
團體賽每組 1,200 元。

(三)特別類：個人賽單項 400 元。

※(1)完成報名繳費後，不予退費。

(2)內含公共意外責任險，每一人身體傷亡投保新台幣 200 萬元，每一事故身體傷亡新台幣 1,000 萬元，每一事故財物損失新台幣 200 萬元，保險期間內總保金額新台幣 2,400 萬元。)

(四)網路類：免報名費(故無提供保險)。

十四、報名方式：

(一)報名競速、技術、特別類者請在本會首頁登錄網站會員，進入報名系統填報。

1. 報名確認無誤完成提交，請於 3 日內匯款繳交報名費，再進報名系統完成匯款回報(填寫匯款帳號後 5 碼或臨櫃匯款姓名或單位)。

2.匯款帳號：台灣銀行楠梓分行帳號：091001024146 高雄市扯鈴協會。

3.服務電話和電子信箱：0929-160797 李佩玲 peggy07103@yahoo.com.tw

(二)報名網路類者：

1.報名資格：

(1)限就讀國中一年級學生或同年齡者以上方可參加。

(2)組別：個人賽男子組、女子組(青少年組、青年組、社會組)。

(3)同一單位，每組最多報 2 人。



2.報名方式：請必須下載網路類報名表，並以電子郵件寄方式報名。

電子信箱：vivian1229tw@kimo.com（錢靜怡）0915121635

3.報名日期：114 年 6 月 9 日起至 114 年 7 月 31 日下午 5 時止。

十五、比賽程序：各項比賽順序由大會排定，對大會排定之順序不得異議。

十六、領隊及裁判會議：

114 年 11 月 15 日（星期六）上午 8 時 20 分於比賽地點召開。

十七、獎勵：

- （一）各類各項各組報名(人數/隊數)，三(人/隊)以內，錄取一名：
 - 1. 每人頒發獎章一面及獎狀一張，以資鼓勵。
- （二）各類各項各組報名(人數/隊數)，四(人/隊)以上，錄取三名：
 - 1. 前三名每人頒發獎章一面及獎狀一張，以資鼓勵。
- （三）各類各項各組報名(人數/隊數)，八(人/隊)以上，錄取六名：
 - 1. 前三名每人頒發獎章一面及獎狀一張，
 - 2. 第四至第六名每人頒發獎狀一張，以資鼓勵。
- （四）技術類各組第一名，各頒發城市之星獎座一座。
- （五）技術類團體賽各組前三名，加頒獎座一座。
- （六）各類各項各組之報名隊數過多時，本會得酌以增加錄取組數。
- （七）（五）各類各組前六名之選手，在二年內代表本會參加國外(含大陸)之比賽，由本會酌以補助。

十八、敘獎：

- （一）參加單位之選手 5 人（男女合計）以內，可報領隊和指導各 1 名。
- （二）參加單位之選手 6 人（男女合計）以上，可報領隊、指導、管理，各 1 名。
- （三）參加單位之選手 16 人（男女合計）以上，可報領隊、管理，各 1 名、指導 2 名。
- （四）以個人方式報名者，不可報領隊、指導、管理。
- （五）得獎之學校隊伍，請自行依各縣市獎勵辦法報請主管機關給予獎勵。

十九、申訴：

- （一）比賽爭議，如規則上有明文規定者，以裁判之判決為終決。
- （二）合法之申訴，應由各單位領隊或其代表簽字蓋章，並附保證金新台幣壹仟元整，用書面向審判委員會提出，如經查核認為申訴無理由時，得沒收保證金充作本次大會費用。
- （三）關於競賽所發生之問題，除當時得用口頭申訴外，仍須依照前項規定，於該項成績宣佈後三十分鐘以內，補具手續提出，否則概不受理。
- （四）各種比賽在進行中，各單位領隊、教練及運動員，不得當場直接質詢裁判員。

二十、其他注意事項：

- (一) 報名截止兩週後，會將賽程表和參加選手公佈於本會網站，請自行上網查閱核對。
- (二) 凡當場無比賽之運動員擅自進入比賽場地者，一經發現，得取消該運動員之資格及在所有比賽中所有成績。
- (三) 參加本比賽之運動員資格不合者，在一週內經舉發或證實，即取消其比賽之資格及個人已得之名次，其餘依序遞補之；並函文所屬單位依規定懲處。
- (四) 運動員在大會期間，如有違背運動之精神，或有不正當之行為，如冒名頂替、資格不符等，或不服從裁判等情形，經察明屬實者，除即取消該運動員之資格，及所有比賽中所有已得或應得之成績外，並宣佈該運動員之姓名及所屬單位，其單位領隊、教練及管理員，應負行政責任，報請所屬主管單位議處之。
- (五) 參加比賽者請攜帶身分證明文件，以備檢查。
- (六) 比賽音樂播放系統由大會提供，可以 MP3 或 CD 音樂檔格式由大會統一播放；為避免播放出錯，CD 一片燒錄一首即可。恐因機器挑片而無法播放，請參賽選手事先確認或多準備 1 份備用；如自備播放設備須經裁判長同意。比賽請使用合法音樂，避免版權糾紛。
- (七) 技術類個人、雙人賽及特別類個人賽，每位(組)選手擺放扯鈴時間為 30 秒內，超過扣 5 分。
- (八) 參賽選手上場比賽，身上需貼上本會製發之名牌貼紙，以便識別。
- (九) 比賽期間如有毀損該場地之設備或器材者，須自行負責賠償。
- (十) 參加比賽之單位開幕時須攜帶單位(學校)旗幟。
- (十一) 本次比賽本會聘有專人拍攝影片、圖片等；本會有權公布於本會網站和刊物、獎章、獎座等，不得異議。

二十一、創意攤位：

- (一) 擺設之商品以有創意性或和比賽主題有關為優先；且符合安全、衛生、公平為原則。
 - (二) 攤位設於大會指定之位置，大會提供桌椅等設備；須不影響比賽進行和維護攤位之整潔。
 - (三) 攤位場地捐贈費為新台幣 3000 元整；所得當作本次比賽自籌經費。
 - (四) 比賽前兩週須攜帶商品至本會辦理簽約手續，由本會網站協助宣傳。
- 聯絡電話和電子信箱：0983181370 余俗慧 sheranyu@yahoo.com.tw



二十二、本辦法經本會競賽委員會審核通過，函報本市教育局和運動發展局核備後實施之；如有未盡事宜，主辦單位得隨時修訂補充之並公佈於本會網站，在領隊會議時宣佈之。

比賽類別及說明

附件一 P1

一、技術類(○代表有比賽之組別，×代表無比賽之組別)

賽別 組別		個人賽	雙人賽	4人團體賽	8人團體賽
男子	社會組	○	○	○	○
	青年組	○	○	○	○
	青少年組	○	○	○	○
	少年 A 組	×	○	○	○
	少年 A-6 組	○	×	×	×
	少年 A-5 組	○	×	×	×
	少年 B 組	○	○	○	○
	少年 C 組	○	○	○	○
女子	社會組	○	○	○	○
	青年組	○	○	○	○
	青少年組	○	○	○	○
	少年 A 組	×	○	○	○
	少年 A-6 組	○	×	×	×
	少年 A-5 組	○	×	×	×
	少年 B 組	○	○	○	○
	少年 C 組	○	○	○	○

規則說明：

- 1.參照 91.12 中華民國民俗體育運動規則扯鈴之比賽辦法和評審規則實施，特別規定請參照下列 2~8 項說明。
- 2.不限扯鈴種類及數量。
- 3.個人賽可不施作單頭鈴；若施作，不可以使用定向之單頭鈴。
- 4.個人賽及雙人賽時間：3.5~4 分鐘；每組擺放扯鈴時間限為 30 秒內，超過扣 5 分。
- 5.4 人團體賽及 8 人團體賽時間：5~6 分鐘。
- 6.幼幼組併入少年 C 組比賽。
- 7.個人賽少年 A 組另分為少年 A-5 組(5 年級)及少年 A-6 組(6 年級)。
- 8.男、女混合者須報男子組。

二、競速類

項目 組別		個人 大 鵬 展 翅	個人 繞 腳 金 龍	個人 拋 鈴 跳 繩	個 人 繞 手	個人 一 線 二 鈴	個人 一 線 三 鈴	個人 一 線 四 鈴	二人一鈴 繞 腳 互 拋	二人二鈴 互 拋
社會 組	男	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	女	○	○	○	○	○	○	○	○	○
青年 組	男	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	女	○	○	○	○	○	○	○	○	○
青少 年組	男	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	女	○	○	○	○	○	○	○	○	○
少年 A 組	男	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	女	○	○	○	○	○	○	○	○	○
少年 B 組	男	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	女	○	○	○	○	○	○	○	○	○
少年 C 組	男	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	女	○	○	○	○	○	○	○	○	○
幼幼 組	男	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	女	○	○	○	○	○	○	○	○	○
備 註		※最多二組扯鈴(含備用)。	※最多二組扯鈴(含備用)。	※最多二組扯鈴(含備用)。 ※以一拋一跳過繩次數計算，一次拋鈴過繩二次不予計分。 ※不限拋鈴高度。	※最多二組扯鈴(含備用)。	※最多三組扯鈴(含備用)。 ※自起二鈴。	※最多四組扯鈴(含備用)。 ※時間內未達二十次不列名次。	※自起三鈴。 ※最多五組扯鈴(含備用)。 ※時間內未達二十次不列名次。	※最多二組扯鈴(含備用)。 ※一位選手接到鈴，就計完成一次。	※二位選手相距二公尺，二人都接到鈴才完成一次，越線拋接鈴不予計算。 ※不限扯鈴高度。 ※最多三組扯鈴(含備用)。
規 則 說 明		1.時間以一分鐘內完成之次數，採累加方式計算，次數多者為勝。 2.次數相同時，以失誤少者為勝。再相同時，成績並列。 3.本類比賽為鼓勵初學者，各組各項獲得第1名者，下屆比賽不得再參加本類該項該組之競賽。經發現有前述情形，取消該選手之名次，其餘依次遞補。 4.本類比賽不限扯鈴種類。鈴繩之長度不限。 5.以鈴轉動為開始計時。 6.男、女混合者須報男子組。								

三、特別類

賽別 組別		單頭鈴賽	單鈴賽	雙鈴賽	直立鈴賽
社會組	男	○	○	○	○
	女	○	○	○	○
青少年組	男	○	○	○	○
	女	○	○	○	○
少年 A 組	男	○	○	○	○
	女	○	○	○	○
少年 B 組	男	○	○	○	○
	女	○	○	○	○
備註	1.可使用定軸及培鈴單頭鈴 2.禁止使用定向之單頭鈴				
規則說明	1.本類為個人賽 2.時間：1~1.5 分鐘，由大會統一提供音樂。 3.幼幼組、少年 C 組併入少年 B 組比賽。青年組併入社會組比賽。 4.評分標準比照技術類個人賽。 5.每項每組最多報 2 人。 6.特別類個人賽每位(組)選手擺放扯鈴時間限為 30 秒內，超過扣 5 分。				

四、網路類

組別	規則說明
個人賽 男子 組	1.限就讀國中一年級學生或同年齡者以上方可參加 (含青少年組、青年組、社會組)。 2.本類競賽時間為 1 分 20 秒至 1 分 30 秒，動作必須以雙鈴以上為之，加上配樂。 3.參加本類競賽須將影片上傳到 youTube 網站或其他網站，再將連結路徑 E-mail 至本會 vivian1229tw@kimo.com (錢靜怡) 0915121635，經本會審核通過，將該影片連結至高雄市扯鈴協會首頁→活動專區→票選活動，提供大家票選。直接以網路票選總數決定名次。
個人賽 女子 組	4.上傳之影片必須註明： (1)標題：2025 臺灣國際扯鈴暨高雄城市盃扯鈴運動大賽-網路類 (2)姓名： (3)隊名： 5.拍攝參賽之影片須將大會提供之標題含 LOGO 全程入鏡。 6.本類比賽不限扯鈴種類；禁止使用附加其他道具。 7.本類可不施作單頭鈴；若施作，不可以使用定向之單頭鈴。 8.同一單位，每組最多報 2 人。 9.拍攝方式請參照示範影片。 10.其它相關規定如大會之“網路類票選和報名”說明"