

# 中華民國 109 學年度中等學校暨 110 年全國青年盃健力錦標賽 大會競賽規程計畫書

- 一、依據：109 年 11 月 18 日臺教授體字 1090037869 號函及 年 月 日  
臺教授體字第 號函辦理。
- 二、主旨：配合政府打造台灣運動島，推廣我國全民體育，鼓勵國人踴躍參與健力運動，落實基層體育向下紮根，使健力運動蓬勃發展，祈以提升我國健力運動競賽實力。
- 三、指導單位：教育部體育署、中華奧林匹克委員會、中華民國體育運動總會、  
高雄市政府。
- 四、主辦單位：中華民國健力協會、高雄市體育總會。
- 五、承辦單位：高雄市體育總會健力委員會。
- 六、協辦單位：高雄市政府運動發展局、凱爾健身、BULL 台灣、高雄市立中正高工、  
台灣 SBD。
- 七、賽會日期：中華民國 110 年 2 月 2 日(星期二)至 2 月 7 日(星期日)共 6 天。
- 八、比賽地點：凱爾健身（高雄市三民區九如一路 67 號）
- 九、參加單位：台北市、高雄市、各縣、市及金馬地區之學校、軍警單位、機  
關團體或縣市推廣單位等團體會員及個人會員。
- 十、參加資格與分組：
  1. 為響應政府倍增運動人口計劃，增加本會健力運動人口，凡中華民國國民、  
身心健康且年滿 14 歲以上，皆可報名參加；非本國國民可報名參賽，並依照  
本條各項分組資格規定報名參賽，惟成績不列入紀錄及排名，但可出具參賽  
成績證明，報名費同非會員之繳納金額。
  2. 公開組：凡中華民國國民 96 年以前出生者、均可以縣、市、學校、軍警單位、  
機關團體或縣市推廣單位等自由組隊參加(註：縣、市代表隊參加隊  
數無限制，惟應由該代表縣/市政府或健力委員會組隊方可)。
  3. 高(中/職)組：限在學學籍並符合法令規定就學年齡之學生，團體組須以學校  
為單位組隊(不得跨校組隊)；個人組得以個人報名參賽。
  4. 國中組：限在學學籍並符合法令規定就學年齡之學生，團體組須以學校為單  
位組隊(不得跨校組隊)；個人組得以個人報名參賽。
  5. 長青組：須年滿 40 歲以上(70 年次以前出生)，並依報名年齡分級比賽均可  
以縣、市、學校、團體、個人、自由組隊參加(縣、市代表隊參  
加隊數無限制，惟應由該代表縣/市政府或健力委員會組隊方可)。
  6. 選手過磅：(1)國、高中組過磅時須檢驗學生證。  
(2)社會、長青組過磅時須檢驗國民身分證或駕照或健保 IC 卡等

附照片之身分證明文件。

(3) 注意事項：

是項比賽為每年度報名參賽人數最多之國內賽事，為利於行政作業，不致延誤賽事，過磅時間擬調整為 1 小時，非 1.5 小時，敬請參賽單位教練、選手注意。

十一、比賽項目：1. 蹲舉 2. 臥舉 3. 硬舉 4. 總和。

十二、比賽方法：

(一) 女子組(含公開、長青、高中、國中組，註：公開及長青組不含 43 公斤級)

※依國際最新規則，後補選手可報 5 人

- (1)43 公斤級 (2)47 公斤級 (3)52 公斤級 (4)57 公斤級  
(5)63 公斤級 (6)69 公斤級 (7)76 公斤級 (8)84 公斤級  
(9)+84 公斤以上級

(二) 男子組(含公開、長青、高中、國中組，註：公開及長青組不含 53 公斤級)

※依國際最新規則，後補選手可報 5 人

- (1)53 公斤級 (2)59 公斤級 (3)66 公斤級 (4)74 公斤級  
(5)83 公斤級 (6)93 公斤級 (7)105 公斤級 (8)120 公斤級  
(9)+120 公斤以上級

十三、比賽規則：採用最新國際健力規則(出場比賽時應穿著健力服裝，全國賽，以推廣健力運動為主，可不限使用品牌，但須符合比賽裝備規格)

十四、報名手續：

(一) 日期：自即日起至 110 年 1 月 10 日截止，逾期不接受報名。

(二) 填寫報名表：使用網路報名，無使用網路報名者則喪失報名資格，以縣、市、學校單位團體報名者，須另繳交團體印信戳章之證明，郵寄 806 高雄市前鎮區草衙一路 28 號，中華民國健力協會 收。

<https://docs.google.com/forms/d/1Hw3tf0VuIso033NDxE4nj8KCXjmkmZ50e-sUXjQH12Q/edit>

(三) 報名費：採用現場繳費，以繳費收據方可參加過磅。

(1) 本會會員：

個人 500 元、團體 2,500 元，過磅前未繳交報名費者不得參賽

(2) 非本會會員：

個人 700 元、團體 3,500 元，過磅前未繳交報名費者不得參賽

(四) 因應個人資料保護法，「所填報名參加本賽事之個人資料，僅供本賽事相關用途使用。

十五、領隊技術會議：

技術會議，請各參賽單位於 110 年 2 月 2 日下午 03:00，請務必要派代表參

加，並於會議中確認報名參賽選手名單與參賽級別是否正確。技術會議結束後，雖即舉行裁判會議。

( \*未參加技術會議，視同確認原報資料。參加兩單位以上之選手應在技術會議名單內確認參賽之單位，若仍無法確認者，則由選手於過磅時為最後之確定。 )

#### 十六、錦標與獎勵：

- (一) 單項與總和成績各錄取前三名，分別頒給獎狀與獎牌各乙枚。
- (二) 團體錄取前四名，均頒給獎狀、獎盃各乙座，另頒發精神總錦標獎盃。
- (三) 頒給男、女最佳舉者獎盃各乙座。
- (四) 本比賽為符合教育部「中等以上學校運動成績優良學生升學輔導辦法第6條第6款」之指定盃賽，其甄試資格取得所需，實際參賽隊伍(人)數及獲得最優級組前幾名隊伍(人)數，依教育部最新公布之辦法辦理如下：

參加本部核定中華民國高級中等學校體育總會或全國單項運動協會指定之各種運動錦標賽，其成績符合下列規定者：

1. 參賽隊(人)數為十六個以上者，獲得最優級組前八名。
2. 參賽隊(人)數為十四個或十五個者，獲得最優級組前七名。
3. 參賽隊(人)數為十二個或十三個者，獲得最優級組前六名。
4. 參賽隊(人)數為十個或十一個者，獲得最優級組前五名。
5. 參賽隊(人)數為八個或九個者，獲得最優級組前四名。
6. 參賽隊(人)數為六個或七個者，獲得最優級組前三名。
7. 參賽隊(人)數為四個或五個者，獲得最優級組前二名。
8. 參賽隊(人)數為二個或三個：最優級組第一名。。

- (五) 前述不具運動績優生甄試資格之特殊情形如下：

1. 本比賽成績於同學年度中等學校運動聯賽或全國中等學校運動會將「健力」列為競賽種類〈或項目〉時，本賽事各項目依規定將不具前述運動績優生甄試資格。
2. 本賽事所辦除國中組和高中組以外，不具運動績優生甄試資格。
3. 本賽事各比賽項目，僅「總和」成績具運動績優生甄試資格；其餘「蹲舉」、「臥舉」及「硬舉」等單項成績皆不具運動績優生甄試資格。
4. 本賽事「團體成績」不具運動績優生甄試資格。
5. 僅1人參賽不具運動績優生甄試資格。

- (六) 學生申請甄試，以招生簡章所列各校之運動種類及名額為限。歷年各運動種類開缺情形，請參見『運動成績優良學生升學輔導網站』(網址：<https://lulu.ntupes.edu.tw/>)歷年簡章。

## 十七、懲戒：

比賽期間選手/裁判/職員發生違反紀律事故至妨礙大會進行者，決送本會紀律委員會議處或警局處理。

## 十八、賽會期間進行運動禁藥檢測事宜：

(一) 參賽選手有接受運動禁藥檢測之義務，拒絕接受檢測或經檢測證實違規用藥者，除依運動禁藥管制辦法相關規定處理外，取消其參賽成績及所得之獎勵。

(二) 參賽選手如須使用禁用清單所列藥物作為治療用途者，請依中華奧會運動禁藥管制治療用途豁免申請及審查作業要點辦理，於賽會舉辦1個月前向中華奧會提出「治療用途豁免」申請，相關訊息可參考：

1. 年度禁用清單 <https://www.antidoping.org.tw/prohibitedlist/>

2. 治療用途豁免 <https://www.antidoping.org.tw/tue/>

## 十九、重要附則：

(一) 參加選手資格限制，特別規定：

曾違反運動禁藥管制規定，其處分將屆期滿或已期滿前，而計畫復出參賽者適用之。如附件「中華民國健力協會違反運動禁藥管制規定選手復出改善措施」

(二) 如違反運動禁藥管制規定，除依中華奧會運動禁藥管制辦法相關規定處理外，將由紀律委員會視情節輕重決議，另裁處1至10倍之罰款，不得異議。

(三) 應聘全國性賽會活動之裁判及工作人員方得受聘為本年度各級講習會講師。

(四) 過磅前未繳交選手保證書(含運動禁藥檢測)暨個人資料授權同意書(附表一)及報名費者不得參賽。(協會不提供紙本請自行自協會網站附件下載影印。

二十、本會按規定投保公共意外責任保險，保險額度依「全國性體育團體經費補助辦法」第6條規定(每一個人身體傷亡：新臺幣300萬元；每一事故身體傷亡：新臺幣1,500萬元；每一事故財物損失：新臺幣200萬元；保險期間內總保險金額：新臺幣3,400萬元)辦理，參賽單位應自行辦理人身意外等保險事宜。

二十一、因應新型冠狀病毒肺炎(COVID-19)疫情，防疫期間請隨時至衛生福利部疾病管制署全球資訊網(<https://www.cdc.gov.tw>)之新型冠狀病毒肺炎(COVID-19)專區查詢相關資訊，或撥打防疫專線1922或0800-001922洽詢，並請配合中央流行疫情指揮中心之防疫政策，落實相關防疫措施。

二十二、大會賽程表俟報名截止後，另行通知。

二十三、本規程如有未盡事宜，得由大會作成決定，隨時於會場公佈實施之。