傳統【拔河】技術手冊

壹、競賽日期：116 年 1 月 19 日星期二

貳、競賽地點：信義鄉運動廣場

參、競賽分組：社會男女混合組

肆、人數規定：

一、每單位限報名 1 隊。

二、每隊註冊選手人數 30 人，出賽 12 男 8 女，預備 6 男 4 女。比賽場地：拔河道長 60 公尺，寬 10 公尺為限制範圍，中間劃一中心線。

伍、比賽制度：視報名隊數狀況安排。進入前六強隊伍而未進四強者，皆以第五名給予積分。

陸、比賽規則：除大會另行規定者外，餘採用中華民國拔河協會最新審定傳統拔河運動規則。

柒、比賽用繩：採用審定合格之拔河繩，繩子上有 5 個標誌

一、1 個在正中央（紅色標誌）。

二、2 個在離中央標誌兩邊各 4 公尺（白色標誌）。

三、2 個在離中央標誌兩邊各 5 公尺（藍色標誌）。

捌、服裝規定：穿著統一之運動服裝，不得戴手套，可穿拔河鞋或運動鞋、雨鞋（不得赤足或穿釘鞋及鞋底有突起物之鞋）。

玖、體重限制：社會男女混合組體重總計限制 2,000 公斤。

壹拾、比賽制度：6 隊以下採單循環賽取前 4 名進行決賽；6 隊以上採分組循環賽（含 6 隊）取前 2 名進行決賽，勝隊爭冠、亞軍，敗隊爭季、殿軍，循環賽採 2 局制，決賽採 3 局 2 勝制。

壹拾壹、比賽細則：

一、參賽選手須於排定比賽時間前 15 分鐘提出比賽名單出場檢錄，而後成一路縱隊進入拔河道，檢錄時，人數不足 20 人以棄權論，並不得以任何理由要求補賽。

二、每場比賽分 3 局，採 3 戰 2 勝制，每局比賽時間為 1 分鐘，1 分鐘內無法分出勝負，以紅色中心標誌偏向之一方為勝，每局中間休息 2 分鐘。

三、每隊設指揮 1 人、指導 1 人，指揮全隊（不得吹哨、鳴笛…）；其他人不得進入比賽場內加油，如違反者以違反運動

精神處理之。

四、比賽開始第 1 局場地由大會排定之，第 2 局交換場地，若須第 3 局再由雙方領隊或教練抽籤選場地。

五、選手替補：

（一）替補需發生在第 1 場第 1 局比賽完成後始可進行。

（二）每局間替補由領隊或教練向主審裁判提出申請，經確認身分後始可替補入場。

（三）替補可因選手受傷或戰術運用需要而向主審提出申請。

六、勝負判定

（一）選手就定位後，主審裁判發出「舉繩」口令，雙方選手提起繩子，聞「拉緊」口令時，雙方選手使力讓繩子有伸展緊繃狀態，主審調整中心線時，雙方領隊或教練配合主審手勢，快速調整隊員位置，使中心線能符合；聞「預備」口令，雙方選手靜止不動，保持拉繩狀時，主審裁判鳴笛判定勝負。

（二）任何 1 局比賽至 1 分鐘仍未分出勝負時，以紅色中心標誌偏向之一方為勝隊。

七、繩子應向後拉，不得左右搖擺或故意放手鬆繩傷害對隊，違者取消該場比賽資格。

八、服裝可穿著拔河衣或運動服，可穿戴護腰，最後一位可穿戴防護衣，各隊自備。

九、特別規定：參賽選手禁止飲酒，經裁判認定有飲酒之情形，該名選手禁止下場比賽。

壹拾貳、獎勵：依據競賽總則第十條規定辦理。

壹拾參、申訴：依據競賽總則第十一條規定辦理。

壹拾肆、獎勵：依競賽規程第十二條規定辦理。

壹拾伍、申訴：依競賽規程第十三條規定辦理。

壹拾陸、爭議處理：依競賽規程第十四條規定辦理。

壹拾柒、罰則：依競賽規程第十五條規定辦理。