

104 年企業運動會-跟我一『企』動起來競賽規程

一、參賽規則：

- (一) 以企業為單位組隊報名，每單位報名隊數不限。
- (二) 每人以報名參加一隊為限，不得跨隊重複參賽。
- (三) 每一競賽項目各隊應依照參賽人數、男女比例推派合適隊員參賽。
- (四) 因時間關係，競賽為穿插進行，請注意出賽人員是否另有他項競賽衝突。
- (五) 參加人員必須與名單相同，如因故有更換隊員之必要時，請於報名截止前告知。
- (六) 為免除冒名頂替等糾紛事件發生，各運動員出賽時，請務必攜帶有照片身分證明證件(如：身分證、健保卡等)，以備查驗。

二、計分方式：

- (一) 競賽項目採取計時、計分或計量評分制，各競賽項目依全體隊伍成績優劣排名，依下表給予積分：

名次	一	二	三	四	五	六
積分	7	5	4	3	2	1

- (二) 如遇總積分相同時，以計時比賽項目決定排名，由所費時間較短者獲勝。

三、檢錄程序：

- (一) 各項競賽活動請**提前 20 分鐘**至檢錄區帳篷進行檢錄。
- (二) 各隊派 1 位代表收齊參賽人員之照片身分證明證件至檢錄區檢錄，確認證件與名單無誤，會發放號碼衣，若需要更換替補人員，請出示替補人員之照片身分證明證件，須與報名表單上填寫的替補人選相符，若缺少證件者則不能檢錄。
- (三) 檢錄時間未到，一律取消資格。
- (四) 檢錄完畢，但未能到場比賽，視同該場次棄權論。
- (五) 比賽完畢，需派 1 位代表簽名確認，隊員即可離場。

榮耀挑戰賽【你追我跑】競賽規程

競賽項目：你追我跑(800M 異程接力)

競賽時間：10:00-10:30 (提前 20 分鐘檢錄)

競賽場地：田徑場

參賽人數：每隊 6 人(2 男 2 女，替補 1 男 1 女)

計分標準：依各隊完成時間快慢排定名次

競賽性質：採計時制

競賽規則：

1. 距離分別為第一棒 100 公尺、第二棒 200 公尺、第三棒 200 公尺、第四棒 300 公尺，全程 800 公尺。第一棒需以蹲踞式起跑。
2. 比賽人數為 2 男 2 女，第一棒和第三棒為女生，第二棒和第四棒為男生。
3. 交接棒時，必須在 20 公尺的接力區內完成接棒動作(以棒為標準)，若交接棒瞬間在接力區外完成視同違規，違者每次加計 10 秒。
4. 第一棒完成交接棒後，傳棒者應沿著自己的跑道向前慢跑，待所有跑道完成交棒後迅速離開；第二棒完成交接棒後，傳棒者應沿著自己跑道向前慢跑，以無礙其他組接棒時，方得快速由跑道內側場區離開，若因不當的離場動作影響到他組傳接棒，情況嚴重者將取消該隊參賽資格。
5. 第二棒過了標誌物(黃旗)即可搶跑道，接棒者於接力區依傳棒者之到達先後順序，依序往內跑道遞補位子；若傳棒者兩隊以上距離過於接近，接棒者應依傳棒者實際跑道位置預備，不得影響他組傳接棒，若有違規情形嚴重者，將取消該隊比賽資格。
6. 比賽中發生掉棒情形，如傳棒者掉棒，須由傳棒者撿起接力棒到掉棒地點再傳給接棒者得以繼續比賽；接棒者掉棒，須由接棒者將接力棒撿起返回自己的跑道得以繼續比賽。
7. 基於安全理由，比賽過程中一律不得陪跑，一經檢舉查證屬實，將取消該隊比賽資格。
8. 請參賽選手發揮運動員精神，穿著運動服裝及運動鞋參賽。

榮耀挑戰賽【誰來接力】競賽規程

競賽項目：誰來接力(1600M 大隊接力)

競賽時間：11:40-12:20 (提前 20 分鐘檢錄)

競賽場地：田徑場

參賽人數：每隊 20 人(8 男 8 女，替補 2 男 2 女)

計分標準：依各隊完成時間快慢判定名次

競賽性質：採計時制

競賽規則：

1. 前 8 棒是女生，9-16 棒則為男生，每棒 100 公尺，全程 1600 公尺。
2. 交接棒時，必須在 20 公尺的接力區內完成接棒動作(以棒為標準)，若交接棒瞬間在接力區外完成視同違規，違者每次加計 10 秒。
3. 第一至第三棒完成交接棒後，傳棒者應沿著自己的跑道向前慢跑，待所有跑道完成交棒後迅速離開；第四棒完成交接棒後，傳棒者應沿著自己跑道向前慢跑，以無礙其他組接棒時，方得快速由跑道內側場區離開，若因不當的離場動作影響到他組傳接棒，情況嚴重者將取消該隊參賽資格。
4. 第四棒過了標誌物(黃旗)即可搶跑道，接棒者於接力區依傳棒者之到達先後順序，依序往內跑道遞補位子；若傳棒者兩隊以上距離過於接近，接棒者應依傳棒者實際跑道位置預備，不得影響他組傳接棒，若有違規情形嚴重者，將取消該隊比賽資格。
5. 比賽中發生掉棒情形，如傳棒者掉棒，須由傳棒者撿起接力棒到掉棒地點再傳給接棒者得以繼續比賽；接棒者掉棒，須由接棒者將接力棒撿起返回自己的跑道得以繼續比賽。
6. 基於安全理由，比賽過程中一律不得陪跑，一經檢舉查證屬實，將取消該隊比賽資格。
7. 請參賽選手發揮運動員精神，穿著運動服裝及運動鞋參賽。
8. 其餘依照中華民國田徑協會審定之最新田徑規則辦理。

榮耀挑戰賽【力拔山河】競賽規程

競賽項目：力拔山河(16 人制，男女混合)

競賽時間：11:00-11:40 (提前 20 分鐘檢錄)

競賽場地：田徑場(中央草坪)

參賽人數：每隊 18 人(女生不得少於 5 人，替補 2 人)

【女生可補至男生的差額，惟男生不得補至女生】

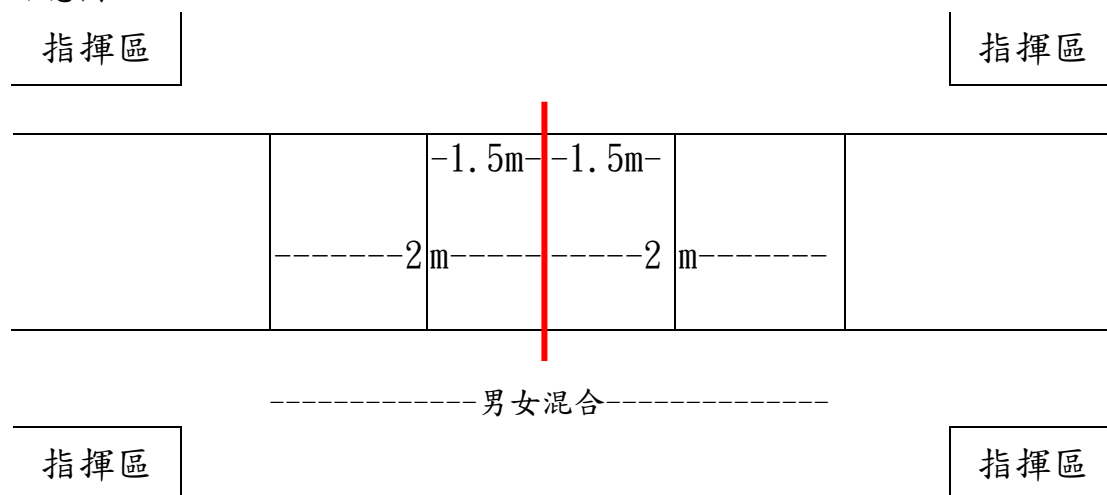
計分標準：以3分鐘停錶，視紅點接近哪一隊為獲勝

競賽性質：採單敗淘汰賽制，三戰二勝。

競賽規則：

1. 場地之選擇以猜拳決定，優先選場地。決勝局，亦以此方式進行選擇場地。
2. 競賽兩隊相距中線〔紅點〕向外延伸至兩公尺處〔白點〕，第一位舉繩時需握繩於白點向外延伸至半公尺處〔藍點〕後面，聽裁判喊『舉繩時』把繩子舉起來，『拉緊時』把繩子拉緊，看裁判動作將繩子的紅點調整到中線，當裁判雙手向外放下時，比賽開始。當有一方把對方的白點拉到我方的兩公尺線時，裁判吹哨子結束比賽，判定勝方獲勝。
3. 限時3分鐘，將白點拉回己隊兩公尺處即勝。若僵持不下，以3分鐘停錶，視紅點接近哪一隊，既由裁判判定獲勝。
4. 每局間替補，隊長向主審裁判提出申請，經主審裁判確認之後才能替補，提出替補申請必須在前一局比賽後馬上提出。比賽開始、主審裁判發出「舉繩」口令之後，不能替補。
5. 後位 - 其繩子必須通過腋下，斜過背後，掛在反側肩上，多餘繩子置於後方外側。且一定要配帶背帶及安全帽。
6. 進場後選手馬上站好比賽位置，前後距離一公尺。
7. 如有下列之犯規，經線審裁判所屬證明，先以手勢警告，且舉紅旗告知主審裁判，經主審裁判所屬證明，先以手勢警告，警告不聽判以犯規一次，累計犯規三次者則該局判為對方獲勝。
 - (1) 「坐著犯規」：故意坐著不動或滑倒之後沒有立刻歸正。所謂「立刻歸正」是拔河選手在地上滑倒後，努力回復正規拔河位置。
 - (2) 「鎖繩犯規」：利用膝、腿頂住繩子不動，繩子固定在某隊員的身體。
 - (3) 「越線犯規」：比賽中，故意由邊線踏出。雙腳完全踏出邊線，沒有立刻回拔河道。
8. 比賽用繩採用中華民國拔河運動協會審定合格之拔河繩。

示意圖：



*標誌中心線為紅色，男女混合為2m。

歡樂趣味賽【親子趣味投籃】競賽規程

競賽項目：親子趣味投籃(定點投籃)

競賽時間：10:30-11:00(提前 20 分鐘檢錄)

※因時間關係，此競賽與「大球推推樂」同時進行，請注意人員是否出賽衝突。

競賽場地：籃球場

參賽人數：每隊 12 人(5 大人 5 小孩，替補 1 大人 1 小孩)

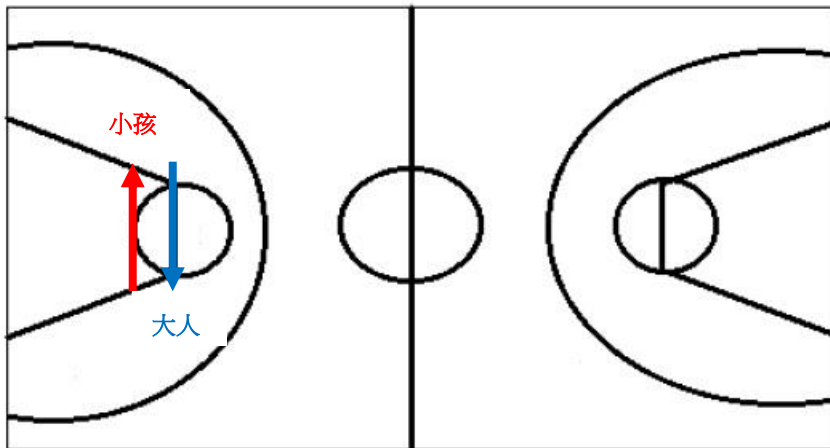
計分標準：依各隊進球數多寡判定名次

競賽性質：採計分制，限時 5 分鐘

競賽規則：

1. 大人站於藍色標示處(罰球線)，小孩站於紅線標示處。
2. 依裁判哨音一長聲開始比賽，二短音比賽結束。
3. 計時 5 分鐘，每組輪流順序為一大人一小孩進行投球，依序補位，每人投 1 球，下一位投籃者須於規定預備線後接到球，方可進入投籃，1 球 1 分，比賽結果分數高者獲勝。
4. 投籃者須站於規定範圍之線外投籃，不得踩線，違規進球不算。
5. 比賽結束請勿離開，如比賽結果同分，再進行 3 分鐘 PK 賽，得分最高者獲勝，離開者判加賽失效。

示意圖：



歡樂趣味賽【大球推推樂】競賽規程

競賽項目：大球推推樂(600m)

競賽時間：10:30-11:00（提前 20 分鐘檢錄）

※因時間關係，此競賽與「親子趣味投籃」同時進行，請注意人員是否出賽衝突。

競賽場地：田徑場

參賽人數：每隊 14 人(男女不拘共 12 人，替補 2 人)

計分標準：依各隊完成時間快慢判定名次

競賽性質：採計時決賽

競賽規則：

1. 全程 600 公尺（操場 2 圈）。
2. 共設 3 個接力站，2 人一組合推一球跑 100 公尺。
3. 本比賽第一站起跑後即可搶跑道，另外第六棒(最後一棒)必須人球同時通過終點站即完成比賽。
4. 參賽者不可將球抬離地面或扛在肩上跑步，違者每次加計 10 秒。
5. 球及人必須同時到達才可交給下一棒，否則算違規，違者每次加計 10 秒。

示意圖：

