

附錄三：

110 學年度全國國民中小學班際大隊接力錦標賽比賽規則

- 一、所謂「大隊接力賽跑」，意指接力比賽，16人x100 公尺，男女生各8人，每人跑100 公尺，女生須先完成前8棒次，9~16棒次始可安排男生，每隊報名至多35人。參加大接力賽跑的選手服裝，全隊的式樣、顏色必須一致，如穿著學校運動服，男女生顏色則可不同。褲子穿著應以短褲為限（內穿緊身衣、褲不受限制）。違犯者，如未能於最後一次檢錄前改善，不准出場比賽。比賽中違反，該接力隊將會被取消資格。跑鞋一律為平底運動鞋、不得有顆粒。並且不可赤足參加比賽。
- 二、接力區為20 公尺。只有在接力區內，才能進行起跑、助跑、接力棒傳接。每一接力區的起跑準備位置，為接力區入口線後。
- 三、在400 公尺跑道進行之比賽，前三棒必須是分道比賽（選手在彎道跑道時，若踩內線，則每次加總時間5 秒），第四棒選手通過320 公尺搶道線後即可不再分道。分道比賽時，選手可以在自己的跑道上標示記號，如使用自粘膠帶，最大面積為5 公分*40 公分，而且色彩不可混淆跑道上其他永久記號。不分道比賽時，不可在跑道上標示記號。
- 四、第五棒之接棒選手順序，應在該接力區裁判指揮下，依檢錄單上之順序排列，第六棒(含)以後之接棒順序，則依前一棒跑出接力區之先後順序，由內到外排列接棒順序。接棒選手不可改變在接力區起點處原來排列的順序，（違反此規定每隊加總時間5秒）。
- 五、在整個比賽過程中，接力棒必須拿在手上。若掉棒時，必須由掉棒者拾回。掉棒選手可以離開自己的跑道去拾棒，但不可由此而減少應跑距離，也不可因此而妨礙其他跑道選手。
- 六、接力棒的傳接，開始於接力棒傳交於次一接棒者手中為完成。選手不可穿戴手套或在手中放置物質，以獲得較佳接棒抓力。在接力區內的判定是根據接力棒的位置，而不是根據選手的身體位置。如在接力區外傳接棒，（違反此規定每隊加總時間5秒）。
- 七、選手在接棒之前和傳棒之後，應留在各自跑道或接力區內，直到跑道通暢，以

免阻擋其他選手。若離開自己的位置或跑道，以致妨礙他隊選手進行比賽時，每隊加總時間5秒。

- 八、 用手推動或用其他方法（如場外陪跑）來協助選手者，該隊將會被取消資格。
- 九、 接力隊選手一旦參加比賽後，往後賽次只准15 位選手替換。替換的選手只要是報名參加該次賽會的選手，均可替換。
- 十、 比賽晉級方式：預賽採抽籤分組，計時取前八名進入決賽；決賽道次依45367821 進行編配。
- 十一、 接力隊的正確名單與棒次，應在每輪比賽前1 小時30 分至檢錄處正式提出。
- 十二、 參賽選手需於比賽前40 分鐘，至檢錄處檢錄。
- 十三、 違反運動道德者，該隊則取消資格。
- 十四、 起跑犯規第一次口頭警告，第二次犯規則該選手取消資格，可立即替換。___