

# 111 年屏東縣運動會舉重技術手冊

## 壹、舉重運動組織：

屏東縣體育會舉重委員會

主任委員：鄭志郎

總幹事：賴建宏

## 貳、競賽資訊：

一、比賽日期：中華民國 111 年 11 月 11 日至 11 月 12 日。

(一) 11 月 11 日 9:00 技術會議、9:30 裁判會議. 國女、社高女組 10:00 過磅.12:00 比賽

(二) 11 月 12 日國男、社高男組 10:00 過磅.12:00 比賽

二、比賽場地：屏東縣立舉重訓練中心（建國國小）

三、比賽項目：

(一)社高男	(二)國男組
第一級 55 公斤以下(含 55 公斤)	第一級 49 公斤以下(含 49 公斤)
第二級(61 公斤級) :55.01 至 61 公斤	第二級(55 公斤級) :49.01 至 55 公斤
第三級(67 公斤級) :61.01 至 67 公斤	第三級(61 公斤級) :55.01 至 61 公斤
第四級(73 公斤級) :67.01 至 73 公斤	第四級(67 公斤級) :61.01 至 67 公斤
第五級(81 公斤級) :73.01 至 81 公斤	第五級(73 公斤級) :67.01 至 73 公斤
第六級(89 公斤級) :81.01 至 89 公斤	第六級(81 公斤級) :73.01 至 81 公斤
第七級(96 公斤級) :89.01 至 96 公斤	第七級(89 公斤級) :81.01 至 89 公斤
第八級(102 公斤級) :96.01 至 102 公斤	第八級(96 公斤級) :89.01 至 96 公斤
第九級(109 公斤級) :102.01 至 109 公斤	第九級(102 公斤級) :96.01 至 102 公斤
第十級 109. 公斤以上級(109.01 公斤以上 )	第十級 102. 公斤以上級:(102.01 公斤以上)
(三)社高女	(四)國女組:
第一級 45 公斤以下(含 45 公斤)	第一級 40 公斤以下(含 40 公斤)
第二級(49 公斤級) :45.01 公斤至 49 公斤	第二級(45 公斤級) :40.01 公斤至 45 公斤
第三級(55 公斤級) :49.01 至 55 公斤	第三級(49 公斤級) :45.01 公斤至 49 公斤
第四級(59 公斤級) :59.01 至 59 公斤	第四級(55 公斤級) :49.01 至 55 公斤
第五級(64 公斤級) :59.01 至 64 公斤	第五級(59 公斤級) :59.01 至 59 公斤
第六級(71 公斤級) :64.01 至 71 公斤	第六級(64 公斤級) :59.01 至 64 公斤
第七級(76 公斤級) :71.01 至 76 公斤	第七級(71 公斤級) :64.01 至 71 公斤
第八級(81 公斤級) :76.01 至 81 公斤	第八級(76 公斤級) :71.01 至 76 公斤
第九級(87 公斤級) :81.01 至 87 公斤	第九級(81 公斤級) :76.01 至 81 公斤
第十級 87. 公斤以上級:(87.01 公斤以上 )	第十級 81. 公斤以上級:(81.01 公斤以上 )

## 四、參加辦法：

(一) 戶籍規定：須符合競賽規程總則第 8 條相關規定。

(二) 年齡規定：須符合競賽規程總則第 8 條相關規定。

(三) 註冊人數：每單位註冊運動員以 12 人為限，惟參加比賽以 10 名為限，每量級至多 2

名運動選手參賽。。

五、註冊：由各單位依據競賽規程總則第 10 條規定辦理。

六、比賽辦法：

(一) 比賽規則：採用中華民國舉重協會修訂最新舉重規則。規則中如有未盡事宜，則以審判委員會之決議為最終判決。

(二) 比賽制度：依據規則規定辦理。

(三) 比賽規定：

1. 運動員均須按照技術會議所決定之量級，於競賽開始前 2 個小時至 1 個小時內參加過磅體重，倘體重未能於規定時限內合於技術會議之級量者，取消比賽資格。

2. 舉重競賽分抓舉與挺舉兩項依序分別進行。未參加抓舉者不得參加挺舉比賽。

3. 名次判定方式：

(1) 個人名次之先後，係由參賽選手所舉兩項舉重最高重量相加得來。僅完成一項舉重者，無總合成績論。

(2) 個人總和，倘遇同級賽之選手舉重成績相同時，較先達到此成績者列名在前。

4. 運動員出場比賽應穿著大會規定舉重衣褲及鞋，並在舉重衣上標明代表鄉鎮市名稱或學校名稱。

5. 個人總和名次以 7、5、4、3、2、1 計分，團體名次以各隊所得之總和計算。

6. 每場比賽由運動員介紹開始，介紹完畢後，計時 10 分鐘後開始比賽；未參加運動員介紹者，取消比賽資格。

7. 凡喪失比賽資格者，皆已出賽一人計算，名次判定亦同。