

# 114 年屏東縣中小學聯合運動會舉重技術手冊

## 壹、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：郭羿含

## 貳、競賽資訊

一、比賽日期：中華民國 114 年 3 月 7 日至 3 月 8 日。

二、比賽場地：屏東縣立舉重訓練中心（建國國小）

（一）3 月 7 日 9：00 技術會議 9:30 時裁判會議。國女、高女組 10：00 過磅，12：00 比賽

（二）3 月 8 日國男、高男組 10：00 過磅，12：00 比賽

## 三、比賽項目：

(一)高男組	(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 公斤至 61 公斤	第二級 (55 公斤級)：49.01 公斤至 55 公斤
第三級 (67 公斤級)：61.01 公斤至 67 公斤	第三級 (61 公斤級)：55.01 公斤至 61 公斤
第四級 (73 公斤級)：67.01 公斤至 73 公斤	第四級 (67 公斤級)：61.01 公斤至 67 公斤
第五級 (81 公斤級)：73.01 公斤至 81 公斤	第五級 (73 公斤級)：67.01 公斤至 73 公斤
第六級 (89 公斤級)：81.01 公斤至 89 公斤	第六級 (81 公斤級)：73.01 公斤至 81 公斤
第七級 (96 公斤級)：89.01 公斤至 96 公斤	第七級 (89 公斤級)：81.01 公斤至 89 公斤
第八級 (102 公斤級)：96.01 公斤至 102 公斤	第八級 (96 公斤級)：89.01 公斤至 96 公斤
第九級 (109 公斤級)：102.01 公斤至 109 公斤	第九級 (102 公斤級)：96.01 公斤至 102 公斤
第十級 109.00 公斤以上：109.01 公斤以上	第十級：102.00 公斤以上：102.01 公斤以上
(三)高女組	(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 公斤至 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)：55.01 公斤至 59 公斤	第四級 (55 公斤級)：49.01 公斤至 55 公斤
第五級 (64 公斤級)：59.01 公斤至 64 公斤	第五級 (59 公斤級)：55.01 公斤至 59 公斤
第六級 (71 公斤級)：64.01 公斤至 71 公斤	第六級 (64 公斤級)：59.01 公斤至 64 公斤
第七級 (76 公斤級)：71.01 公斤至 76 公斤	第七級 (71 公斤級)：64.01 公斤至 71 公斤
第八級 (81 公斤級)：76.01 公斤至 81 公斤	第八級 (76 公斤級)：71.01 公斤至 76 公斤
第九級 (87 公斤級)：81.01 公斤至 87 公斤	第九級 (81 公斤級)：76.01 公斤至 81 公斤
第十級(87.00 公斤以上)：87.01 公斤以上	第十級(81.00 公斤以上級)：81.01 公斤以上

## 四、參加辦法：

（一）學籍規定：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，每人限參加一級。。

五、註冊：由各單位依據競賽規程總則第 8 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，則以審判委員會議之決議為最終判決。
- (二) 比賽制度：依據規則規定辦理。
- (三) 比賽規定：
1. 運動員均須按照其所註冊級別，於競賽開始前 2 個小時至 1 個小時內參加過磅體重及丈量個人使用之裝備，倘體重未能於規定時限內合於所註冊之級量者，則可按照複查當時逾限之體重參加越上一級比賽，但需視註冊該級比賽之同隊隊員是否已滿限額（2 人），如滿 2 人即不可越級參加比賽，也就是該員喪失與賽資格並計已出賽一名。
  2. 舉重競賽分雙手抓舉與雙手挺舉兩項依序分別進行。未參加抓舉者不得參加挺舉。
  3. 名次判定方式：
    - (1) 個人名次之先後，係由賽員所舉兩項舉重最高重量相加得來。僅完成一項舉重者，作無總合成績論。
    - (2) 個人總和，倘遇同級賽員有舉重成績相同情形，倘體重亦同，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。
  5. 無論正式報名或候補選手，凡喪失與賽資格及參加體重過磅者計已出賽一名，如該隊報名 8 名，有資格參與比賽者只剩 7 名。餘此類推。
  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。
  8. 個人總和名次以 4、2、1、0.5 計分，團體名次以各隊所得之總和計算。
  9. **團體名次依據競賽規程第十一條辦理。**

#### 參、管理資訊

- 一、競賽管理：由舉重委員會負責舉重競賽各項技術工作
- 二、申訴：依競賽規程第十三條規定辦理。
- 三、獎勵：依競賽規程第十二條規定辦理。