

## 臺南市 114 年中等學校聯合運動會舉重技術手冊

- 一、比賽日期：中華民國 114 年 11 月 28-29 日（星期五、六）。
- 二、比賽地點：臺南市南商運動生活館（臺南市南區健康路一段 327 號）。
- 三、競賽項目：舉重

高男組	高女組
60公斤級：60 公斤以下（含 60公斤）	48公斤級：48 公斤以下（含 48公斤）
65公斤級：65 公斤以下（60.01 至 65.00 公斤）	53公斤級：53公斤以下（48.01 至 53.00 公斤）
71公斤級：71 公斤以下（65.01 至 71.00 公斤）	58公斤級：58公斤以下（53.01 至 58.00 公斤）
79公斤級：79 公斤以下（71.01 至 79.00 公斤）	63公斤級：63公斤以下（53.01 至 63.00 公斤）
88公斤級：88 公斤以下（79.01 至 88.00 公斤）	69公斤級：69公斤以下（63.01 至 69.00 公斤）
94公斤級：94 公斤以下（88.01 至 94.00 公斤）	77公斤級：77公斤以下（69.01 至 77.00 公斤）
110公斤級：110公斤以下（94.01至 110.00公斤）	86公斤級：86公斤以下（77.01 至 86.00 公斤）
110+公斤級：110.01 公斤以上	86+公斤級：86.01 公斤以上
國男組	國女組
56公斤級：56 公斤以下（含 56 公斤）	44公斤級：44公斤以下（含 44 公斤）
60公斤級：60 公斤以下（56.01 至 60.00 公斤）	48公斤級：48公斤以下（44.01 至 48.00 公斤）
65公斤級：65 公斤以下（60.01 至 65.00 公斤）	53公斤級：53公斤以下（48.01 至 53.00 公斤）
71公斤級：71 公斤以下（65.01 至 71.00 公斤）	58公斤級：58公斤以下（53.01 至 58.00 公斤）
79公斤級：79 公斤以下（71.01 至 79.00 公斤）	63公斤級：63 公斤以下（58.01 至 63.00 公斤）
88公斤級：88 公斤以下（79.01 至 88.00 公斤）	69公斤級：69公斤以下（63.01 至 69.00 公斤）
94公斤級：94 公斤以下（88.01 至 94.00 公斤）	77公斤級：77 公斤以下（69.01 至 77.00 公斤）
94+公斤級：94.01 公斤以上	77+公斤級：77.01 公斤以上

四、比賽賽程：114 年 11 月 28-29 日（星期五、六）。

日期	過磅時間	比賽時間	比賽級別
11/28 (五)	08:00-09:00	10:00	高女組 48. 53. 58 公斤級 國女組 44. 48. 53 公斤級
11/28 (五)	10:00-11:00	12:00	高男組 60. 65. 公斤級 國男組 56. 公斤級
11/28 (五)	12:00-13:00	14:00	高女組 63. 69. 77. 86. 86+公斤級 國女組 58. 63 公斤級
11/28 (五)	13:10-14:10	15:10	高男組 71. 79. 88. 公斤級 國男組 60. 公斤級
11/29 (六)	08:00-09:00	10:00	高男組 94. 110. 110+公斤級 國男組 65. 71. 79.
11/29 (六)	09:40-10:40	11:40	國女組 69. 77. 77+公斤級
11/29 (六)	10:50-11:50	12:50	國男組 88. 94. 94+公斤級

五、參賽資格：

(一) 學籍規定：依據競賽規程第八條第一款規定辦理。

(二) 年齡規定：依據競賽規程第八條第二款規定辦理

國中部：須滿 14 歲為限年齡計算至 115 年 4 月 18 日開幕日止。

六、報名規定：

(一) 團體報名最多 10 名，最終參賽 8 名，每個量級以 2 名選手為限。

(二) 每一位選手參賽以一個量級為限。

七、過磅時均應繳驗；1. 學生證正本 2. 第二證件(身分證、健保卡等可證明文件即可)。

八、比賽辦法及規定

(一) 比賽規則：參採國際舉重總會公佈之最新技術規則。規則中未盡事宜，由審判委員會解釋。

(二) 競賽制度：

1. 男子 8 個級別、女子 8 個級別以總和決定名次，未參加抓舉者，不得參加挺舉。
2. 技術會議時得提出更改參賽級別。
3. 倘體重未能於過磅時間內，合於技術會議之量級，則喪失競賽資格。
4. 各參賽選手比賽未準時參加該級比賽前選手介紹之選手，取消其比賽資格。
5. 選手出場競賽應穿著國際規定之專業舉重衣及舉重鞋。

九、獎勵：依競賽規程總則第十條規定辦理。

(一)頒獎於每項決賽後舉行，接受頒獎者必須穿著代表隊制服。

(二)1、2、3 名頒發金、銀、銅牌及獎狀，4、5、6、7、8 名頒發獎狀。

(三)團體總錦標：設以下各組錦標，錄取名額依競賽規程總則第十條規定辦理，頒發獎盃暨獎狀。

1. 高中男子組舉重錦標

2. 高中女子組舉重錦標

3. 國中男子組舉重錦標

4. 國中女子組舉重錦標

(四)團體總錦標計分方式如下：參賽 10 人(組)以上時錄取 8 名，8 至 9 人(組)取 6 名，6 至 7 人(組)取 4 名，4 至 5 人(組)取 2 名，1 至 3 人(組)取 1 名。

1. 累積總分最多之單位為第 1 名，得分次多之單位，按所得分數之多寡，依次列為第 2 名、第 3 名。

2. 如遇金牌數相同時，以各單位在比賽獲得銀牌數多寡判定之，依此類推。

十、會議：

(一)領隊技術會議：114 年 11 月 9 日(星期日)中午12時視訊會議。

(二)裁判會議 114年11月9日(星期日)於技術會議結束後視訊會議。

十一、本次比賽如有未盡事宜，得於比賽時修定之。