



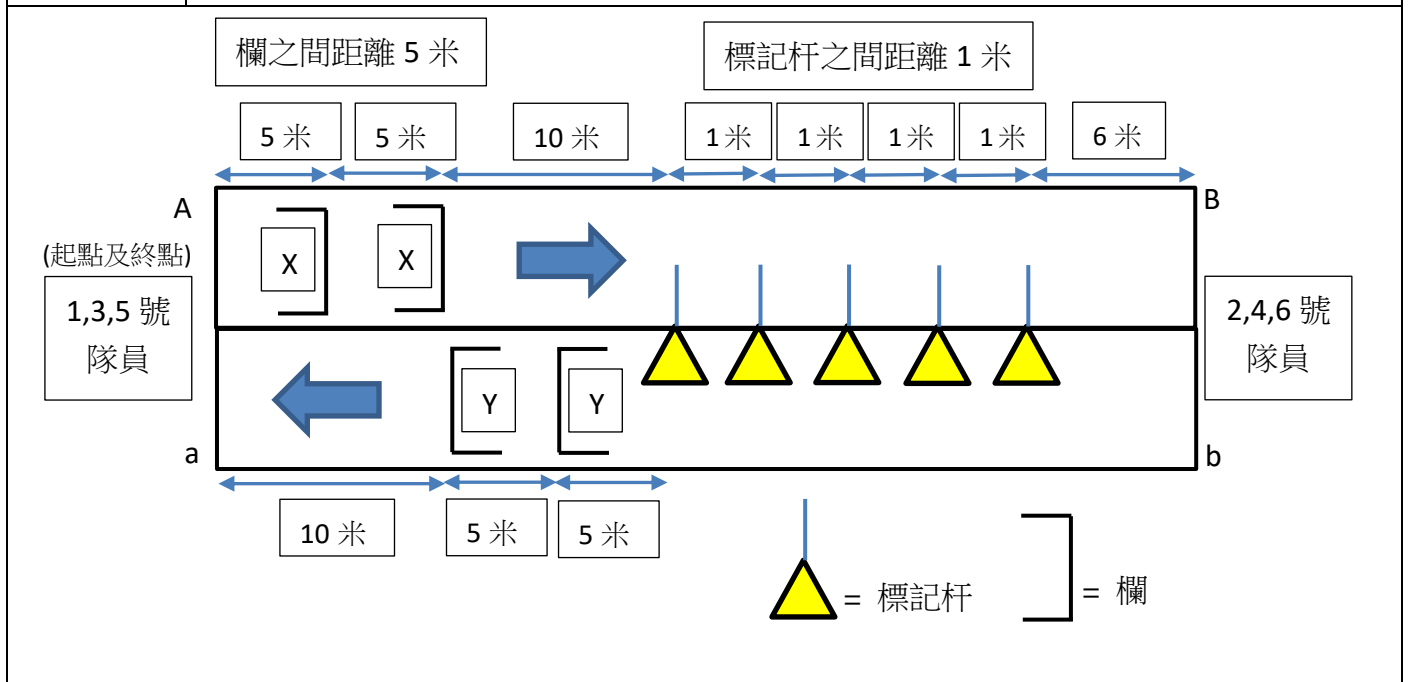
敬啟者：

2023 - 2024 年度九龍東區小學校際遊戲比賽
更改障礙賽跑比賽模式事宜

鑑於先後有學校反映障礙賽跑所使用的器材殘舊，亦難於市面上購置新器材，因此建議修改比賽模式以便使用其他器材取代。經過本區分會比賽委員會詳細商討，並由執委會議決，由 2023-2024 年度開始，九龍東區小學校際遊戲比賽障礙賽跑將更改有關比賽模式如下：

障礙賽跑 Obstacle Shuttle-Run (所有組別)

比賽人數	每隊六人。
比賽用具	1. 矮欄兩個放置如圖中之 X 及 Y 所示，矮欄高度為 30 厘米，每個相隔 5 米。 2. 相隔五米後有標記杆五支，每支相隔一米。 3. 另備膠圈一個，開始時放在起點。
比賽場地	每隊佔用兩條田徑跑線（每線寬 1.2 米），兩條線道一去一返，如圖所示（最多四隊同時比賽）。





香港學界體育聯會 九龍東區小學分會
The Hong Kong Schools Sports Federation
Kowloon East Primary Schools Area Committee

香港學界體育聯會

通訊處(主席): 九龍 觀塘 啟業道 23 號 九龍灣聖若翰天主教小學 電話: 2343 2311

比賽方法	<ol style="list-style-type: none">1. 每隊六人,各人將 1 至 6 號之號碼布或號碼標籤佩於胸前(由參賽學校自備)。2. 1、3、5 號運動員排列在 Aa 線之後,2、4、6 號運動員排列在 Bb 線之後。3. 6 號運動員穿上大會供應之線道號碼衣。4. 比賽開始,1 號運動員聞號令手持膠圈向前跑,跨越矮欄兩個,再向前跑並以 S 形繞過五支標記杆,繼續向前跑至 Bb 線,將膠圈交給 2 號運動員5. 2 號運動員接過膠圈後,向前跑至標記杆並以 S 形繞過五支標記杆,接著跨越兩個矮欄,繼續向前跑至 Aa 線,將膠圈交 3 號運動員。6. 其他運動員依樣進行,直至 6 號完成動作,抵達 Aa 線,先到之隊伍為勝。7. 比賽分初賽、複賽及決賽進行,前兩名之隊伍進入下一輪比賽。
起 跑	可採用站立式或蹲踞式起跑,每隊之第二次犯規,將取消比賽資格。
比賽規則	<ol style="list-style-type: none">1. 比賽中,如矮欄離開預設範圍,須自行拾起恢復原狀。2. 須在界線後交接膠圈(以接圈運動員身體或足部接觸地面計算)。3. 不能將膠圈拋擲給隊友。4. 進入其他隊伍區域而妨礙對方者,作犯規論。5. 若觸犯上述規則,將不會被判取消資格(起跑犯規例外),但名次將被排在該組之最後,如有多隊犯規,依同樣方法處理,原本名次優先者排先;犯規次數多者比次數少者排得更後。

上述事宜,敬請垂注。如有任何查詢,歡迎致電 2711 9182 與本人或本會職員聯絡,謝謝!

此致

九龍東區小學分會各會員學校

校長及體育科主任

香港學界體育聯會

執行秘書 李啟茂 謹啟

二零二三年六月廿九日