



中華民國 111 學年度全國有氧體操錦標賽競賽規程

壹、依據：教育部111年10月25日臺教授體字第1110038267號函核定辦理；教育部體育署 111 年 11 月 2 日臺教體署競（二）字第1110039646 號函核定辦理。

貳、宗旨：為提倡全民體育，推展有氧體操運動，提昇有氧體操技術水準。

參、指導單位：教育部體育署

中華奧林匹克委員會

中華民國體育運動總會

肆、主辦單位：中華民國體操協會

桃園市政府

伍、承辦單位：桃園市體育總會體操委員會

陸、協辦單位：桃園市龍潭區武漢國民小學

全國各縣市體育（總）會體操委員（協）會

柒、比賽時間與地點：

一、時間：112年 3 月 10 日至 12 日（星期五～日），10日（星期五）為賽前練習。

二、地點：桃園市龍潭區武漢國民小學-體操館（桃園市龍潭區武漢路 100 號）。

捌、組別及項目：

一、有氧體操

（一）國小低年級組：個人（男單、女單）、混雙（可二男或二女）、三人、五人。

（二）國小中年級組：個人（男單、女單）、混雙（可二男或二女）、三人、五人。

（三）國小高年級組：個人（男單、女單）、混雙、三人、五人。

（四）國中組：個人（男單、女單）、混雙、三人、五人。

（五）高中組：個人（男單、女單）、混雙、三人、五人。

（六）大專社會組：個人（男單、女單）、混雙、三人。

二、有氧舞蹈

（一）國小組

（二）國中組

（三）高中組

（四）大專社會組

（五）以上各組每隊 6 至 8 人，性別、年齡不限。惟須符合各級學校學籍之要求。

三、有氧階梯

（一）一般組

（二）每隊 6 至 8 人，性別、年齡不限。



四、一般推廣組

(一)組別及項目：

1. 國小組低年級組：男單、女單
2. 國小組中年級組：男單、女單
3. 國小組高年級組：男單、女單

(二) 名次評定與獎勵辦法

1. 一般推廣組與公開組成績分別計算。
2. 一般推廣組頒發前8名獎狀。
3. 曾參與公開組榮獲前8名者不得報名一般推廣組。

玖、報名辦法：

一、時間及地點：即日起至 112 年 2 月 3 日（星期五）止，於協會官網 ctga.com.tw 進行網路報名。

二、資格：

(一) 有氧體操

1. 代表學校之選手，以各校正式核准學籍之在學學生為限。
2. 參加國小、國中、高中組別實驗教育學生，須檢附直轄市、縣（市）主管機關發給學生身分證明，以證明該選手參賽組別資格。
3. 代表縣、市體育（總會）或委員（協）會，或非以學校單位報名之選手，僅能報名大專社會組，且須設籍或居留地址於該縣市，組隊不限同校學生。

(二) 有氧舞蹈依選手學籍劃分，組隊不限同校學生，參報單位亦不限學校單位，惟不得跨組。
若以學校單位報名之選手，須為同校在學學生，不限年級。

(三) 有氧階梯依戶籍或居留地址劃分，限同一縣市，不限年齡、學校選手組隊。

(四) 參賽選手若為在學學生，報到時須檢附在學證明書（附照片，加註出生年月日），或學生證正反面影本備查。

(五) 非本國籍選手，得以參賽，惟名次另計，不佔國內選手排名名額。

(六) 有氧體操各組競賽項目可兼報，每位選手僅能代表一單位、一組別。有氧舞蹈及有氧階梯不在此限。

(七) 報名公開組之選手不得同時報名一般推廣組。

三、抽籤：各組比賽出場順序由大會統一抽籤，不得異議，時間另行公告於協會官網。

四、保險：依據教育部體育署輔導全國性民間體育活動團體經費補助規定，投保 300 萬以上人身保險（含死亡、傷殘及醫療給付）。本會已辦理保險，仍請各單位務必自行再保險（不接受學生保險）。報到時，未繳交保險單影本不得參賽。

五、報名費：請於單位報到時繳交，否則視同未報名論。

(一) 有氧體操：個人每人新台幣 500 元、混雙每組 800 元、三人每組 1000 元、五人每組 1200 元。

(二) 成隊報名費：每隊 3500 元（包含男單、女單、混雙、三人及五人各一組）。



(三) 有氧舞蹈：國小組、國中組、高中組、大專社會組，每單位每組 1500 元。

(四) 有氧階梯：一般組（年齡不限），每組 1500 元。

(五) 一般推廣組：每單位每人 500 元

(六) 報名後未參賽者，須繳交行政作業、保險等費用（每人/每組 500 元）。

六、隊職員人數

(一) 領隊：各單位至多一人。

(二) 管理：各組各單位至多一人。

(三) 教練：各組各單位各項目至多兩人。

拾、比賽規則：採用 2022 至 2024 年 FIG 之有氧體操評分規則評分。

一、有氧舞蹈特殊規定：

組別	大專社會組	高中組	國中組	國小組
成套時間	1 分 25 秒 (±5 秒)	1 分 20 秒 (±5 秒)	1 分 15 秒 (±5 秒)	1 分 15 秒 (±5 秒)
技巧連結	成套中 <u>最多</u> 出現 3 次	成套中 <u>最多</u> 出現 2 次	不允許	不允許
	1. 單個技巧動作的數量不限制。 2. 一串技巧連結最多 2 個技巧動作，且必須 <u>同時</u> 展示相同或不同的技巧連結。 3. 若依次或不同時間展示相同或不同的技巧連結，則將計為 2 次技巧連結或更多。 4. 例如： ● 側翻內轉 + 後手翻 + 空翻 = 扣分 ● 側翻內轉 + 空翻 = 不扣分		1. 只允許展示 A1-A4 的技巧動作。不允許 A5 的技巧動作，除非其展示在動力性協作裡，且落地時必須要有同伴的輔助。 2. 技巧動作不能重複使用（包括其變形）。 3. 必須 <u>同時</u> 展示 <u>相同</u> 的技巧動作。	
舞蹈內容	1. 舞蹈操化動作有別於一般操化單元，呈現應該更加自由，就像舞蹈動作一樣可以運用整個身體、頭部。這些動作不能做的像機器人的運動。 2. 成套中，必須展現至少 6 個舞蹈操化單元（不含第二風格）。			
第二風格	成套動作中，須包含 32-64 拍的第二風格（允許任何風格的舞蹈）動作，該部分動作必須要區別於其他的創編內容。			
動力性協作	成套動作中 <u>至少</u> 出現 3 次			
違例動作	1. 不可以高於 2 個人站立時垂直高度的疊加。 2. 2022-2024 有氧體操評分規則中列舉的違例動作。			

二、有氧階梯特殊規定：

組別	一般組
成套時間	1 分 25 秒 (±5 秒)
階梯內容	1. 所有運動員須 <u>同時</u> 在踏板上（移動/不移動）完成 8 拍，才能算一個階梯操化單元。 2. 成套中，所有運動員須 <u>同時</u> 在踏板上（不移動/不變換踏板），完成連續 3 個 8 拍的階梯操化。 3. 成套中，必須展現至少 9 個階梯操化單元（含連續 3 個 8 拍的階梯操化）。



動力性協作	成套動作中 <u>最多</u> 出現 3 次
違例動作	1. 除了最後的造型以外，在成套動作中堆疊踏板。 2. 拋接踏板（扔至空中）。 3. 粗暴處理踏板（踢/扔向隊友/空中）。 4. 出現任何難度動作/技巧動作。 5. 從一個踏板跳向另一個踏板 6. 不可以高於 2 個人站立時垂直高度的疊加。 7. 2022-2024 有氧體操評分規則中列舉的違例動作。

三、一般推廣組：

(一)成套時間：1分15秒（±5秒）

(二)成套規定動作內容：

1. 音樂：指定曲目

2. 編排內容：相關內容含操化動作、編排要素、動作結構，如影片示範說明，請參閱影片連結：

3. 難度規定動作：

(1)低中年級難度：伏地挺身、分腿支撐or直角支撐、跳轉一圈、團身跳、垂直劈腿

(2)高年級難度：伏地挺身、分腿支撐or直角支撐、跳轉一圈、團身跳一圈、立轉一圈

4. 評分標準：採用 2022 至 2024 年 FIG 之有氧體操評分規則評分。

四、裁判：參加隊伍請派一名具該週期之合格裁判，若是未派裁判之單位應支付 1600 元裁判費，由本會委派裁判，不得有異議。

拾壹、名次評定與獎勵：

一、本部核定之錦標賽，其成績符合下列規定者，得申請甄試：

(一) 參賽隊（人）數 16 個以上：最優級組前 8 名。

(二) 參賽隊（人）數 14 個或 15 個者：最優級組前 7 名。

(三) 參賽隊（人）數 12 個或 13 個者：最優級組前 6 名。

(四) 參賽隊（人）數 10 個或 11 個者：最優級組前 5 名。

(五) 參賽隊（人）數 8 個或 9 個者：最優級組前 4 名。

(六) 參賽隊（人）數 6 個或 7 個者：最優級組前 3 名。

(七) 參賽隊（人）數 4 個或 5 個者：最優級組前 2 名。

(八) 參賽隊（人）數 2 個或 3 個：最優級組前 1 名。

(九) 實際參賽隊（人）數僅 1 個者，不辦理該比賽或不得申請甄試升學。

註：1. 本賽事除國中組、高中組外，其餘組別不具運動績優生甄試資格。

2. 該比賽於同學年度中等學校運動聯賽或全國中等學校運動會，將該比賽種類列為競賽種類時，依規定將不具有運動績優生甄試資格。

3. 有氧舞蹈及有氧階梯，競賽成績不列入中等以上學校運動成績優良學生升學輔導辦法。

4. 學生申請甄試，以招生簡章所列各校之運動種類及名額為限。歷年各運動種類開缺情



形，請參見「運動成績優良學生升學輔導網站」（網址：<https://lulu.ntus.edu.tw>）歷年簡章。

5. 一般組為推廣有氧體操運動之組別；不得申請各縣市之獎勵金。

二、取得中等以上學校運動成績優良學生升學輔導甄試資格之學生，將自 112 學年度兩年內有效。

三、國中組及高中組：為符合中等以上學校運動成績優良學生升學輔導辦法，各項目依實際參賽隊伍數量取其名次，各組至多錄取前八名，頒發獎狀，前三名並頒發獎牌。成隊前三名，頒發獎盃及獎狀。

四、國小各組、大專社會組：各組各單位最多錄取兩名，各組選手各項目之得分最高者為第一名，次之者為第二名，餘依此類推。各組錄取前八名，頒發獎狀，前三名並頒發獎牌。如名次未滿八名，不予遞補。成隊前三名，頒發獎盃及獎狀。

五、各組各項目得分相同時，依次參照以下標準進行排名：

（一）執行最高分

（二）藝術最高分

（三）難度最高分。如果分數依然相同，則名次並列。

六、成隊成績計算：每組每校限報一隊。

（一）從有氧體操中挑選五項成績計算，分別為男子單人、女子單人、混雙、三人、五人，五項成績計算成隊成績。

（二）成隊分數計算：第一名 8 分，第二名 7 分，第三名 6 分，第四名 5 分，第五名 4 分，第六名 3 分，第七名 2 分，第八名 1 分，由此類推，分數最多者為冠軍。

（三）成隊總分相同時，依次參照以下標準進行排名：

1. 五人成績最高分

2. 三人成績最高分

3. 混雙成績最高分。如果分數依然相同，則名次並列。

拾貳、單位報到、技術及裁判會議時間：

一、單位報到時間：112 年 3 月 10 日（星期五）下午 2 時至 4 時，於桃園市龍潭區武漢國民小學-體操館辦理報到。

二、於報到時繳交音樂檔（請自行設定檔名為【出場序－參賽組別－單位－姓名－項目】）。

三、技術會議：112 年 3 月 10 日（星期五）下午 4 時，假桃園市龍潭區武漢國民小學-體操館舉行。

四、裁判會議：112 年 3 月 10 日（星期五）下午 5 時，假桃園市龍潭區武漢國民小學-體操館舉行。

五、如對參賽隊伍資格有問題時，得在技術會議中提出，交由主辦單位按規定處理。

六、技術會議後，不得更改選手名單，違反規定則取消該名選手比賽資格。



拾參、比賽規定事項：

一、報名規定：

- (一) 報名截止後如欲變更名單，須於抽籤之前完成更改手續（以 email 或書面表格為憑），如欲於技術會議時更改名單，須經各組領隊或教練同意。
- (二) 若超過報名日期，則第一天每名選手加罰 300 元、第二天每名選手加罰 500 元、第三天以後，每名選手加罰 500 元並列為表演賽。

二、參賽隊伍之交通、膳宿等費用，由各隊伍自理。

三、燈光擴音設備及現場佈置由承辦單位負責，餘如參賽所需之服裝、道具、器材、音樂 CD 均由參賽學校自行準備，並於比賽時指派專人在場配合。

四、有關版權問題由使用各單位自行負責。

五、各校負責人，請確實掌握現場學生，如遇空襲或其他緊急事件時，應就原位保持鎮靜，依逃生路線疏散。

拾肆、申訴：

一、僅可對自己隊伍之難度分提出申訴，應於下一位選手亮分前，先以口頭提出申訴，並於 4 分鐘內向審判（技術或仲裁）委員或裁判長，提出書面申訴並繳交保證金 5000 元。書面申訴應由該代表隊領隊或教練簽名，未依規定時間內提出者，不予受理。申訴成立確定改判時，保證金退還；如維持原判時，保證金不予以退還。

二、凡規則有明文規定及有同等意義解釋者，以裁判之判決為終決，不得提出異議。

三、申訴以大會審判委員會判決為終決。

四、本會性騷擾申訴管道電話 02-27520643，傳真：02-27781514，e-mail: info@ctga.net。

拾伍、運動禁藥管制注意事項及相關規定

一、選手注意事項

- (一) 參與協會辦理賽事之選手均可能被抽測到藥檢。
- (二) 參與協會辦理賽事之選手如因治療用途而必須使用禁用清單上之禁用物質或禁用方法時，須向財團法人中華運動禁藥防治基金會申請治療用途豁免。(網址:<https://www.antidoping.org.tw/tue/>)
- (三) 本次賽事之治療用途豁免申請截止日期為 3 月 9 日。

二、禁用清單(網址:<https://www.antidoping.org.tw/prohibited-list/>)

三、採樣流程(網址:<https://www.antidoping.org.tw/testing-procedure/>)

四、其他禁藥規定(網址:<https://www.antidoping.org.tw/regulations/>)

拾陸、本規程經本會裁判委員會通過後，報教育部體育署備查核准後實施，修正時亦同。