

2019 年上海城市业余联赛上海市跳绳锦标赛

竞赛规程

一、指导单位

上海市体育局

上海市体育总会

二、主办单位

上海市社会体育管理中心

上海市杨浦区体育总会

上海市跳绳协会

三、承办单位

上海跃动文化传播有限公司

四、协办单位

上海体育国家大学科技园

上海跃动青少年体育俱乐部

五、竞赛日期：2019 年 6 月 22 日（周六）

六、竞赛地点：杨浦区体育馆（周家嘴路 3681 号）

七、竞赛组别

（一）按年龄分组

1、团体赛、集体自编花样

① 公开组（Open）：18 岁以上（2001 年 6 月 22 日（含）前出生）

② 青年组（U-18）：12-18 岁（2001 年 6 月 23 日至 2007 年 6 月 21

日间出生)

③ 少年组 (U-12) : 12 岁以下 (2007 年 6 月 22 日 (含) 后出生)

2、大师赛

① 公开组 (Open) : 18 岁以上

2001 年 4 月 27 日前出生

② 青年组 (U-19) : 12-18 岁

2006 年 4 月 27 日至 2001 年 4 月 26 日间出生

③ 少年组 (U-13) : 7-12 岁

2011 年 4 月 27 日至 2006 年 4 月 26 日间出生

④ 儿童组 (U-7) : 7 岁以下

2011 年 4 月 27 日以后出生

(二) 按性别分组

1、团体赛

男子组、女子组、混合组

2、大师赛

男子组、女子组

八、竞赛项目

(一) 集体自编花样

1、集体自编花样 (小型, 3-7 人);

2、集体自编花样 (大型, 8 人以上)。

(二) 团体赛

参赛项目	分组	参赛要求
------	----	------

3 分钟 10 人长绳绕八字跳	按年龄分组录取，若同一项目组别不足三组将与其他组别合并。	参赛 10 人中必须要有 2 名异性
2 分钟 10 人长绳同步跳		
4*30 秒单摇接力	按年龄分组和性别分组录取，若同一项目组别不足 3 组将与其他组别合并。	各组别各单项每队限报 2 组，参赛人员只能代表一个组别参赛
双人车轮跳花样		
三人交互绳花样		
两人同步花样		

注：比赛项目相关音乐（U 盘、光盘提供皆可）。

（三）大师赛

序号	组 别 项 目	OPEN 成年组		U19 青年组		U13 少年组		U7 儿童组	
		男	女	男	女	男	女	男	女
1	速度赛（30 秒单摇跳）	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆
2	耐力赛（3 分钟单摇跳）	☆	☆	☆	☆	☆	☆		
3	力量赛（连续三摇跳）	☆	☆	☆	☆				
4	表演赛（个人花样赛）	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆

备注：表演赛音乐，请在报到时以 U 盘形式提交至播音处。

九、参赛条件

（一）凡是人在上海，热爱运动的人员均可报名参赛；

（二）参赛人员以参赛队报名，每队可报领队 1 人，教练 1-2 人，运动员若干，性别不限年龄不限；

（三）参赛人员必须交验第二代身份证，且姓名、性别、身份证号码与报名信息保持一致；

（四）每名运动员只能代表一支队伍、一个组别参赛；

（五）参赛运动员必须身体检查合格，报名必须由医务部门签字盖章。

十、报名办法

（一）按要求填写报名表发送赛事组委会邮箱，参赛费汇入赛事指定账户；

（二）参赛队简介及照片需同时发至赛事组委会邮箱（以压缩文件形式）；

（三）报名截止日期为6月12日，详细可咨询赛事组委会竞赛部。

联系人：吴丹

电 话：15201785901 021-35329077，传真：021-35321788。

地 址：上海市翔殷路260号跃动体育2楼

邮 箱：ropeskiipping@163.com

报名表：见附件。

十一、录取奖励

（一）集体自编花样：

各组别、各项按比例录取一、二、三等奖，颁发奖杯、证书，各组别、各项总分排名前三的队伍可直接晋级年终大奖赛。

（二）团体赛：

1. 3分钟10人长绳绕“8”字跳和2分钟10人长绳同步跳各组别录取前八名，前三名颁发奖杯、证书，4-8名颁发证书；

2. 其他团体赛项目各组别、各项录取前八名，前三名颁发奖牌、证书，4-8 名颁发证书，选择部分项目获奖团队进入年终大奖赛。

（三） 大师赛：

1. 各组别录取总决赛大师总排名前三名，颁发证书、奖品；大师赛各组别前三名将参加年终大奖赛。

2. 青年组、成年组大师总排名第一名，将有资格参加世界跳绳大师赛。

十二、仲裁

（一）比赛设立仲裁委员会，保证比赛公正，按照国家体育总局有关仲裁规定开展共工作。

（二）对比赛如果有异议，须在比赛结束后三十分钟内，向仲裁委员会提交书面材料，同时缴纳申诉费用 1000 元人名币。如果申诉成功。申诉费将如数退还，仲裁委员会不可改变临场裁判判罚结果。

十三、经费

（一）各参赛队及个人交通、餐饮等费用自理，餐饮如需赛事组委会预定，费用为 30 元/人。

（二）报名费：1000 元/队（团体赛、集体自编表演）；大师赛无需缴纳报名费。

（三）提交报名同时将相关费用汇入指定账户，并与汇款单上注明参赛单位名称。

账户名称：上海跃动文化传播有限公司

银行账号：442976058996

开 户 行：中国银行上海市国和路支行

十四、保险

参赛人员人身意外伤害保险由赛事承办方统一购买。

十五、未尽事宜，另行通知。

十六、本次比赛的摄影录像权、衍生作品版权以及著作权归组委会所有，组委会有权对参赛人员的肖像用于摄像、电视播放、摄影、识别以及其他方式的记录和记载，包括用于组委会授权的第三方使用。

十七、本规程解释、修改权属本次比赛组委会所有。

附件 1:

自愿参赛责任书

本人自愿报名参加 2019 年上海市跳绳锦标赛，我已详细阅读并认可竞赛规程及相关参赛要求，在此保证本人身体的健康状况良好，能正常参加此次比赛。如在本次比赛中由于身体健康原因发生意外事故，后果由本人承担。

特签署此责任书。

签署人(签名):

年 月 日

附件 2、 2019 年上海城市业余联赛上海市跳绳锦标赛报名表

区 / 县: _____ 单位 / 学校: _____ 联 系 人: _____
 领 队: _____ 教 练: _____ 联系人电话: _____
 组 别: _____ (公开组 / 青年组 / 少年组 /)

	姓名	性别	身份证号	3 分钟 10 人长绳绕八字跳	2 分钟 10 人长绳同步跳	4*30 秒单摇接力	双人车轮跳花样	三人交互绳花样	两人同步花样	集体自编 (大型)	集体自编 (小型)
运动员 1											
运动员 2											
运动员 3											
运动员 4											
运动员 5											
运动员 6											
运动员 7											
运动员 8											
运动员 9											
运动员 10											
运动员 11											
运动员 12											

参赛队伍简介及照片	
-----------	--

注：1、在“具体比赛项目”中用“√”表示参加项目，若表格不够可自行加页。

2、2019年6月12日前将电子报名表发送至邮箱 ropeskipping@163.com。（联系人：竞赛部吴丹 15201785901）

附件 3、

竞赛细则

一、3 分钟 10 人长绳“8”字跳

每队 10 名队员参赛（参赛 10 人中必须要有 2 名异性），预备时绳子处于静止状态，两名运动员（男女不限）持绳站好，间距不小于 3 米。在口令或鸣哨后将绳同方向 360° 摇起，运动员无论采用何种方式须依次以“8”字路线跑入绳中跳跃、长绳过双脚、再跑出长绳，则计次数 1 次，在规定时间内累积进行。比赛口令为“裁判员准备—运动员准备—预备—跳（或哨音）—30—1 分钟—30—2 分钟—15—30—45—停（或哨音）”。

二、2 分钟 10 人长绳同步跳

每队 10 名队员参赛（参赛 10 人中必须要有 2 名异性），10 名队员集体跳长绳，绳子在队员脚下受阻为失误，中途失误可继续比赛，摇绳者必须在听到发令后才能摇绳，比赛中途摇绳者不能更换，但可以换手，两摇绳者站位距离为 7 米。摇绳者脚踏线视为犯规，扣除犯规所获成绩。记录失误次数，以累计数为比赛成绩。比赛口令为“裁判员准备—运动员准备—预备—跳（或哨音）—30—1 分钟—15—30—45—停（或哨音）”。

三、4*30 秒单摇接力

四名运动员在 120 秒不间断的时间内，在 5×5 米的区域内按照先后顺序依次完成 30 秒单摇跳绳接力。4 名运动员必须使用单摇双脚轮换跳，运动员在指定场地内比赛为有效动作。按口令要求起跳必须都从静止开始，且在“换”口令下达后，前后运动员方能进行跳绳接力转换，否则视为抢跳或抢换，每次犯规都从比赛应得数中扣除 5 次。比赛口令为“裁判员准备——运动员准备——预备——跳（或哨音）——10——20——换——10——20——换——10——20——换——10——20——停（或哨音）”。

四、双人车轮跳花样

两名运动员在 12×12 米区域内按照车轮跳运动的基本规律，两人各持一绳，内侧绳结绳交叉，相邻绳子依次交替旋转打地，凭借运动员的想象力和创造性将各种车轮跳技术动作有机地融合在一起，全面展示车轮跳项目的技巧性和艺术

性，车轮跳花样花样自配音乐，自配音乐时长为 45-75 秒。每人只限一绳，不能添加其它任何器材或特殊装备。在整套动作中，相邻绳子必须依次交替打地完成车轮跳摇、跳绳的动作才予评分，两绳同时打地的动作不予评分。在一套动作中，重复花样不会再次评分，相同花样以同面正向摇绳、同面反向摇绳或异面摇绳做出被认为是不同动作，可以再次评分，难度级别相同。轻微失误扣除 2.5 分/次，严重失误扣除 5 分/次。一次失误之后，记录下一个失误之前必需完成一个难度动作，相同的失误不重复记录。失误累计最多扣 20 分，直至得分为零。

五、三人交互绳花样

三名运动员在 12×12 米区域内按照跳绳运动的基本规律，合理运用身体姿势的变化或人、绳之间的配合，凭借选手想象力和创意将各种交互绳技术动作有机地融合在一起，全面展示交互绳项目的技巧性和艺术性。三人交互绳花样自配音乐，自配音乐时长为 45-75 秒。只限一副交互绳，不能添加其它器材或特殊装备，所有摇绳者都必须转换为跳绳者，并且在绳内做至少 3 个不同动作才算有效。所有的跳绳者也必须转换为摇绳者。如果未达到要求，每个跳绳者缺少一个花样动作算一次严重失误，由主裁判判罚，每次扣 5 分。两绳依次交替旋转打地的动作给予评分，两绳同时着地的动作不予评分。如摇绳者花样出现变化，跳绳者重复的花样可再次评分；如跳绳者花样出现变化，摇绳者重复的（摇、跳任何一方出现变化的）花样可以再次评分，重复不变的花样不再评分，摇、跳互换后相同的花样算重复。运动员在指定的场地内比赛为有效动作。所有运动员都参与时才能给分。轻微失误扣除 2.5 分/次，严重失误扣除 5 分/次。一次失误之后，记录下一个失误之前必需完成一个难度动作，相同的失误不重复记录。失误累计最多扣 20 分，直至得分为零。

六、两人同步花样

两名运动员在 12×12 米区域内按照跳绳运动的基本规律，合理运用身体姿势的变化或人、绳之间的配合，凭借选手的想象力和创造性将各种单绳技术动作有机地融合在一起，全面展示单绳项目的技巧性和艺术性。比赛音乐自配，自配音乐时长为 45-75 秒。每人只限一绳，不能添加其它器材或特殊装备，运动员在指定的场地内比赛为有效动作；轻微失误扣除 2.5 分/次，严重失误扣除 5 分/次。一次失误之后，记录下一个失误之前必需完成一个难度动作，相同的失误不

重复记录；失误累计最多扣 20 分，直至得分为零；在一套花样中，重复花样不会再次评分；相同的花样以前摇绳或后摇绳做出将被视为不同的动作，将被再次评分，难度级别参照动作难度表。团体单绳花样中，只有动作同步时才评判难度分，互动配合等特殊动作编排除外。车轮跳动作不予评分。