

香港華人基督教聯會真道書院

第五屆水運會

參賽者須知

- 1) 各位參賽者必須自行查看線道表，如有錯漏，請於 3 月 20 日下午 5 時前致電 5422-1883 與何凱傑老師聯絡。如未能在上述時間前提出，大會將不作任何修改。
- 2) 請各位參賽同學於參賽者區域等待召集。比賽時間前 10-15 分鐘召集，如未能在召集時間內到達召集處報到，則視作棄權論。
- 3) 在賽事進行期間，請非比賽同學不要進入召集處及池面範圍。
- 4) 所有賽事根據 FINA 國際游泳規例 (http://www.fina.org/H2O/docs/rules/2015/disciplines/FINAswrules_20152017.pdf) 進行。特別提醒各參賽者 3 項常見犯規：
 - i. 蛙泳及蝶泳於最後觸池及觸池轉身(只適用於 100 米賽事)時，雙手必須同時觸碰池壁，所有單手觸池的參賽者將會被取消資格
 - ii. 本次賽事採用一次錯誤起跳制度，所有偷步者將立即被取消參賽資格，不會有第二次重新起跳的機會
 - iii. 在觸池轉身(只適用於 100 米賽事)時，雙腳不可以觸碰到泳池池底。
- 5) 當游畢全程後，必須等待工作人員指示方可上水離開，如有參賽者在離開時影響到其他參賽者，大會有權取消其參賽資格
- 6) 所有賽事不設初賽，以最後時間決定名次
- 7) 根據 FINA 國際游泳規例，泳衣可為一件式、或分為上衣及下衣的兩件式，並不能覆蓋脖子，超過肩膀或腳踝。(見下頁)
- 8) 建議參賽者帶備拖鞋，因進入池面時必須穿著潔淨拖鞋，否則需脫下鞋進入池面。
- 9) 請各位同學保管好財物，切勿將貴重物品放於看台座位上，如參賽同學有需要，可自備 5 元硬幣使用更衣儲物櫃。
- 10) 請各位同學不要在更衣室逗留，如有發現，將受處分。
- 11) 家長座位在高層看台的最後一排。
- 12) 比賽的出發程序如下：
當上線後，

指示	代表
嘩！嘩！嘩！嘩！	走近跳檯
嘩～～～	上跳檯
TAKE YOUR MARK	預備動作
嘩！	出發

同學需穿著符合 FINA 國際游泳規例的游泳衣參賽 詳情見以下網址中的 4.1.1 條
(<http://www.fina.org/content/fina-approved-swimwear>)

男性參賽者之泳裝不能延伸至肚臍以上或膝蓋以下，
女性參賽者之泳裝不覆蓋頸部，不能延伸至超過肩膀或膝蓋以下

合格泳裝：



不合格泳裝：

