



Joy Team. Keep going.

國際扶輪3502地區 2023 - 24 年度

地區歡樂 趣味運動會



國立臺北科技大學附屬桃園農工體育場

2023.11.04 (六)



國際扶輪3502地區

2023-24 年度

地區歡樂趣味運動會

活動項目說明





01 陸上行舟

比賽規則：

1. 12 分區分成 12 隊，分兩場次比賽，一場 6 隊進行。
2. 一隊共 24 人，6 人一組，共分成 4 組，採計時制。
3. 每隊一趟派出 6 名隊員，在起點處坐上充氣龍舟，裁判發令後，由起點出發至折返點，當龍舟繞過折返點後，再折返回起點並轉正龍舟，交棒給下 6 名隊員繼續接力競賽，共來回 4 趟，最後一趟整隻龍舟通過起點線後，即完成比賽時間。
4. 所有隊伍皆完成比賽後，花費時間較少的隊伍獲勝。

國際扶輪3502地區

2023-24年度 地區歡樂趣味運動會

報名規則：

- 每一分區一隊，一隊 24 人
- 隊長 1 名（隊長負責召集隊員）
- 參賽女生至少 3 人





02 運轉乾坤

比賽規則：

1. 12 分區分成 12 隊，分兩場次比賽，一場 6 隊進行。
2. 一隊共 24 人，6 人一組，共分成 4 組，採計時制。
3. 每隊一趟派出 6 名隊員，舉起乾坤球過肩，立於起跑線後，裁判發令後，由起點出發至折返點，繞過折返點後，再折返回起點，交棒給下 6 名隊員繼續接力競賽，共來回 4 趟，最後一趟 6 人皆通過起點線後，即完成比賽時間。
4. 所有隊伍皆完成比賽後，花費時間較少的隊伍獲勝。

國際扶輪3502地區

2023-24年度 地區歡樂趣味運動會

報名規則：

- 每一分區一隊，一隊 24 人
- 隊長 1 名（隊長負責召集隊員）
- 參賽女生至少 3 人





03 眾星拱月

國際扶輪3502地區

2023-24年度 地區歡樂趣味運動會

比賽規則：

1. 12 分區分成 12 隊，分兩場次比賽，一場 6 隊進行。
2. 一隊共 20 人，4 人一組，共分成 5 組，採計時制。
3. 每隊一趟派出 4 名隊員，手握眾星拱月 4 個把手，立於起跑線後，將球放至道具中央，裁判發令後，由起點出發至折返點，繞過折返點後，再折返回起點，交棒給下 4 名隊員繼續接力競賽，共來回 5 趟，最後一趟 4 人皆通過起點線後，即完成比賽時間。
4. 所有隊伍皆完成比賽後，花費時間較少的隊伍獲勝。

報名規則：

- 每一分區一隊，一隊 20 人
- 隊長 1 名（隊長負責召集隊員）
- 參賽女生至少 3 人





04 摩天大樓

比賽規則：

1. 12 分區分成 12 隊，分兩場次比賽，一場 6 隊進行。
2. 一隊共 20 人，5 人一組，共分成 4 組，採計時制。
3. 每隊一趟派出 5 名隊員，於起跑線後，裁判發令後，由起點跑至場內，將散落積木排列出「國際扶輪」，再折返回起點，交棒給下 5 名隊員繼續接力競賽，第二組排列出「3502」；第三組排列出「歡樂團隊」，最後一趟則排列出「持續前進」，5 人皆通過起點線後，即完成比賽時間。
4. 所有隊伍皆完成比賽後，花費時間較少的隊伍獲勝。

國際扶輪3502地區

2023-24年度 地區歡樂趣味運動會

報名規則：

- 每一分區一隊，一隊 20 人
- 隊長 1 名（隊長負責召集隊員）
- 參賽女生至少 3 人





05 拔河-1

國際扶輪3502地區

2023-24年度 地區歡樂趣味運動會

比賽規則：

1. 12 分區分成 12 隊，分六場次比賽，一場 2 隊進行。
2. 一隊共 20 人，每場比賽分三局，採三戰兩勝制。
3. 選手就定位後，依主審裁判口令進行動作：
 - 「舉繩」 口令，雙方選手提起繩子。
 - 「拉緊」 口令，雙方選手使力讓繩子有伸展緊繃狀態，
主審調整中心線時，領隊調整隊員位置。
 - 「預備」 口令，雙方選手靜止不動，保持拉繩狀態。
 - 「開始」 口令，雙方選手進行比賽。
4. 當一方白色標誌被拉至中心線時，主審鳴笛判定勝負。

報名規則：

- 每一分區一隊，一隊 20 人
- 隊長 1 名（隊長負責召集隊員）
- 參賽女生至少 3 人





05 拔河-2

國際扶輪3502地區

2023-24年度 地區歡樂趣味運動會

比賽規則：

5. 每局比賽時間為 1 分鐘，若時間終了尚未分出勝負，以拔河繩上紅色中心標誌偏向之一方為勝隊。
6. 每局中間休息 2 分鐘，比賽開始第一局場地由大會排定之，第二局交換場地，若需第三局再由雙方領隊抽籤選場地。
7. 每隊指揮 1 人、領隊 1 人，指揮全隊（不得吹哨、鳴笛）；其他人不得進入比賽場內加油，如違反者以違反運動精神處理之。
8. 所有隊伍皆完成比賽後，紀錄獲勝隊伍。

注意事項：

1. 繩子應向後拉，不得左右搖擺或故意放手鬆繩傷害對隊，違者取消該場比賽資格。
2. 服裝可穿著拔河衣或運動服，可穿戴護腰，最後一位可穿戴防護衣，各隊自備。不可穿釘鞋。
3. 參賽選手禁止飲酒，經裁判認定有飲酒之情形，該名選手禁止下場比賽。



06 大隊接力-1

國際扶輪3502地區

2023-24年度 地區歡樂趣味運動會

比賽規則：

1. 12 分區分成 12 隊，分兩場次比賽，一場 6 隊進行。
2. 一隊共 16 人，完成 16 人 x 100 公尺，採計時制。
3. 每人跑 100 公尺，女生須先完成前 3 棒次，4~16 棒次始可安排男生。
4. 在 400 公尺跑道進行之比賽，前三棒不得搶跑道，第四棒通過 320 公尺搶道線後可開始搶跑道；超越他隊時須從跑道外側超越，不得硬擠以免發生危險。
5. 接力必須在接力區完成接棒，完成接棒後，請停留在原道或立即離開跑道，並隨時注意後方跑者，若妨礙他隊比賽時（每隊加總時間 20 秒）。

報名規則：

- 每一分區一隊，一隊 16 人
- 隊長 1 名（隊長負責召集隊員）
- 參賽女生至少 3 人





06 大隊接力-2

國際扶輪3502地區

2023-24年度 地區歡樂趣味運動會

比賽規則：

6. 第五棒以後接棒選手，應在接力區裁判指揮下，依前一棒接棒後先後順序，由內到外排列接棒順序。
7. 掉棒處理：在比賽過程中，接力棒必須拿在手上，若掉棒，必須由掉棒者拾回，可以離開自己的跑道撿棒，重新完成接棒，但不能妨礙他隊比賽。
8. 掉鞋處理：不左顧右盼，以免影響行進速度，完成接棒後再拾回。
9. 接力區：接力區為 20 公尺，只有在接力區內，才能進行起跑、助跑、接力棒傳接，每一接力區的起跑準備位置，為接力區入口線後。

注意事項：

1. 選手不可穿戴手套或在手中放置物質，以獲得較佳接棒抓力。
2. 不能穿釘鞋，亦不可赤足參加比賽，需穿著平底運動鞋出賽。
3. 參賽選手禁止飲酒，經裁判認定有飲酒之情形，該名選手禁止下場比賽。