

特奧滑輪溜冰運動規則

(版本：2016年6月)

1. 總則	3
2. 正式比賽	3
2.1 花式比賽	3
2.2 競速比賽	3
2.3 曲棍球比賽	4
3. 設施	4
3.1 花式項目	4
3.1.1 場地	4
3.1.2 音響系統	4
3.2 競速項目	4
3.2.1 賽道	4
3.3 曲棍球項目	5
4. 器材	5
4.1 所有項目	5
4.2 花式項目	5
4.3 競速項目	5
4.4 曲棍球項目	5
5. 工作人員	6
5.1 花式項目	6
5.2 競速項目	6
5.3 曲棍球項目	6
6. 比賽規則 - 花式項目	6
6.1 基本圖形	6
6.2 個人 花式	7
6.3 冰舞	9
6.4 雙人 花式	11
6.5 花式評賞/評分	錯誤! 尚未定義書籤。
7. 比賽規則 - 競速項目	12
7.1 比賽	12
7.2 計時	12
7.3 取消資格	12
7.4 溜冰場地	12
7.5 接力規則	12
7.6 30 公尺直線賽規則	13
7.7 30 公尺角標規則	13
8. 比賽規則 - 曲棍球	14
8.1 15 公尺運球	14
8.2 射門	14
8.3 團體賽	14
8.3.1 隊伍	14
8.3.2 比賽	14
8.3.3 比賽開始	14
8.3.4 計分	15
8.3.5 爭球	15

8.3.6	任意球	15
8.3.7	運動員替補	15
8.3.8	暫停	15
8.3.9	提前結束比賽規則	15
8.3.10	比賽結束	15
8.3.11	平手判別	15
8.3.12	警告與處罰	15
8.3.13	常見犯規	15
8.3.14	守門員	16
9.	融合運動項目	16
9.1	花式比賽	16
9.2	競速比賽 - 接力	16
9.3	曲棍球比賽	16

1. 總則

正式特奧滑輪溜冰運動規則將規範所有特奧滑輪溜冰賽事。針對這項國際運動項目，特奧會依據國際滑輪溜冰總會 (FIRS, Federation International de Roller Skating) 的滑輪溜冰規則 (詳見 <http://www.rollersports.org/>) 訂定了相關規則。國際滑輪溜冰總會 (FIRS) 或全國運動管理機構 (NGB) 之規則應予以採用，除非該等規則與正式特奧滑輪溜冰運動規則或特奧通則第 1 條有所牴觸。若有此情形，應以正式特奧滑輪溜冰運動規則為準。

有關行為準則、訓練標準、醫療與安全規範、分組、獎項、比賽升等條件及融合運動團體賽等資訊，請參閱特奧通則第 1 條：<http://media.specialolympics.org/resources/sports-essentials/general/Sports-Rules-Article-1.pdf>。

2. 正式比賽

比賽項目旨在為不同能力的運動員提供比賽機會。各賽事可視情況決定所提供的比賽項目及視必要性訂定管理比賽項目之規章。教練可因應運動員的能力及興趣，選擇合適的項目加以培訓。

下列為特殊奧林匹克提供的正式項目：

2.1 花式比賽

- 一級 基本圖形
- 二級 基本圖形
- 三級 基本圖形
- 四級 基本圖形
- 一級 個人花式
- 二級 個人花式
- 三級 個人花式
- 四級 個人花式
- 一級 冰舞，個人與團體
- 二級 冰舞，個人與團體
- 三級 冰舞，個人與團體
- 四級 冰舞，個人與團體
- 二級 冰舞，融合運動 (Unified Sports®) 團體
- 三級 冰舞，融合運動團體
- 四級 冰舞，融合運動團體
- 一級 雙人花式
- 二級 雙人花式
- 一級 融合運動雙人花式
- 二級 融合運動雙人花式

2.2 競速比賽

- 30 公尺直線賽
- 30 公尺角標 (S 型)
- 100 公尺場地賽
- 200 公尺場地賽
- 300 公尺場地賽
- 500 公尺場地賽
- 700 公尺場地賽
- 1000 公尺場地賽
- 2x100 公尺接力
- 2x100 公尺融合運動接力
- 2x200 公尺接力
- 2x200 公尺融合運動接力

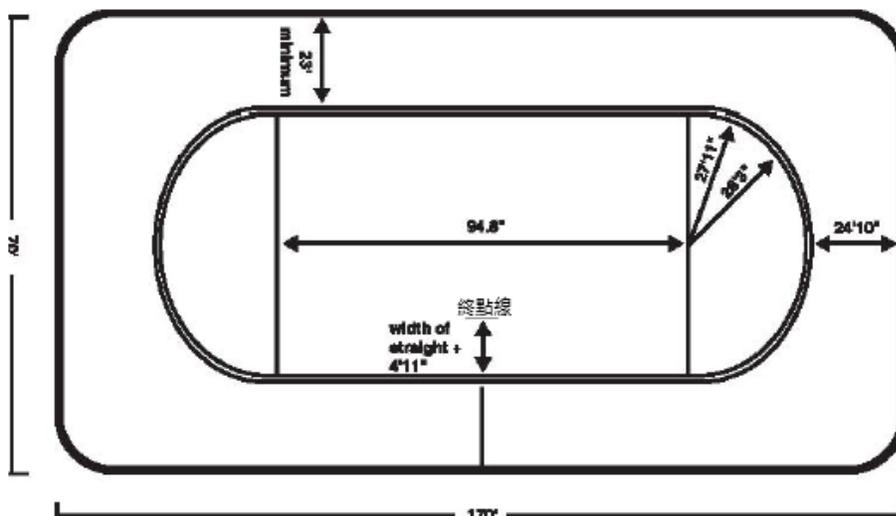
- 4x100 公尺接力
- 400 公尺接力 (4 x 100)
- 4x100 公尺融合運動接力
- 2.3 曲棍球比賽
- 15 公尺運球
- 射門
- 團體賽，五人一邊
- 融合運動團體賽，五人一邊

3. 設施

3.1 花式項目

3.1.1 場地

- 3.1.1.1 理想競賽場地為長方形且至少寬 21.336 公尺 (70 英尺)、長 51.816 公尺 (170 英尺) (同一般溜冰場地)。
- 3.1.1.2 場地表面應為木質、磁磚或平滑水泥。
- 3.1.1.3 必要時，競賽項目可於較小的場地進行。



3.1.2 音響系統

- 3.1.2.1 個人花式與冰舞項目必須使用音響系統。
- 3.1.2.2 個人花式項目需使用卡帶式音響或 CD 音響。
- 3.1.2.3 冰舞項目由大會總監選擇使用唱片、卡帶、CD 或管風琴音樂。

3.2 競速項目

3.2.1 賽道

- 3.2.1.1 100 公尺賽道至少須使用寬 70 英尺、長 170 英尺，無阻擋的溜冰場地。
- 3.2.1.2 100 公尺賽道為標準賽道，但可使用任何介於 50 公尺至 100 公尺之間的賽道。當比賽記錄時間將不用於下一級競賽排名時，大會總監可修改此距離 (例如，若賽道為 90 公尺，則比賽距離可為 90 公尺、270 公尺、450 公尺，而非 100 公尺、300 公尺、500 公尺)。
- 3.2.1.3 賽道應以四個 8 英寸角標標示 (角標底部須切除，避免突出至溜冰場地)。可使用其他標的物來標示賽道。
- 3.2.1.4 若欄杆或隔板在轉角二與三之間、或轉角四與一之間有開口，應加以覆蓋，使地板至欄杆或隔板頂端形成連續、平坦的表面。
- 3.2.1.5 若溜冰場地未以隔板圍起，自場地邊緣起至少 1.53 公尺 (5 英尺) 區域內不得有座位、樂隊、觀眾或比賽運動員，並且應以膠帶、粉筆、繩線等清楚標示。

3.2.1.6 除非實際賽道與溜冰場地之間距離超過 9.15 公尺 (30 英尺)，否則賽道旁或未區隔的 1.53 公尺 (5 英尺) 距離內的任何粗糙表面、凸起物和障礙物皆應以厚墊阻隔。

3.2.1.7 墊子厚度必須超過 5 公分 (2 英寸)，距溜冰場地 26 公分 (10 英寸) 高。

3.3 曲棍球項目

3.3.1 比賽場地長寬比約為二比一，不得小於 20 公尺 x 10 公尺 (65.6 英尺 x 32.8 英尺)，但不得超過 35 公尺 x 17.5 公尺 (114.8 英尺 x 57.4 英尺)。

3.3.2 場地應以隔板區隔，亦可使用 5 公分 x 15 公分 (2 英寸 x 6 英寸) 的隔泥板或塑膠集水槽零件。亦可使用隔板材料將標準溜冰場地分隔為二個以上的比賽場地。

3.3.3 地板標示包括中心點、球門位置和球門口標線等，請見附圖。橫越球門口的標線寬度必須至少 5 公分 (2 英寸)。場地外應設置可直接進入場地的區域，做為運動員席位與處罰區。

4. 器材

4.1 所有項目

4.1.1 運動員可選擇使用傳統四輪溜冰鞋，腳前端與腳跟下的二軸各有二個輪子；也可選擇使用直排輪 (輪子數量可為二至五個)。

4.2 花式項目

4.2.1 女運動員應穿著連身舞裙和透明褲襪或緊身衣。男運動員可穿著連身衣或伸縮褲搭配緊身上衣或襯衫和領帶。地區性競賽中，運動員亦可穿著合適的運動服或熱身服。

4.2.2 可自由選擇是否穿戴安全帽、護腕、護膝等護具，但建議使用。

4.2.3 基本圖形與舞蹈溜冰項目中，運動員背上將配戴識別用的號碼布或號碼紙。團體舞蹈中由男運動員配戴號碼。單人溜冰運動員不須配戴號碼。

4.3 競速項目

4.3.1 運動員應穿著短褲與同款短袖上衣或短袖連身服。不得穿著露出腹部的服裝。地區性競賽中可改穿牛仔褲或運動服。接力隊伍的所有隊員必須穿著一致的服裝。

4.3.2 所有競速溜冰比賽的所有運動員皆須穿戴符合 ANSI Z90.4、SNELL 自行車標準、美國材料試驗學會 (ASTM) F-1447 標準和/或 CPSC 標準 (美國消費品安全委員會自行車安全帽標準) 的安全帽。大會應嚴格要求正確、安全地穿戴安全帽。安全帽不得戴於頭後，應朝前使安全帽前緣位於眉毛上方。在場上比賽時應全程穿戴並牢牢扣好安全帽。

4.3.3 每位運動員將發給二張號碼布或號碼紙。一張貼在背後，一張貼在左腕。技術顧問與競賽主管可決定是否使用安全帽編號貼紙。接力隊伍隊員將個別發給一致的賽事編號 (如一隊所有隊員都是 3 號)。除了編號外，也可使用同色的臂帶、安全帽套或背心來協助辨別接力隊友。

4.3.4 可使用發令槍；若無法使用發令槍，亦可使用口哨。若發生起跑犯規，則須重新起跑。運動員可以站立或起跑姿勢起跑。針對聽障運動員，鳴槍同時應以放下手臂或旗子示意。

4.3.5 若運動員有戴眼鏡，則須使用眼鏡掛繩。

4.3.6 場上不得嚼口香糖或穿戴珠寶。可自由選擇是否穿戴護腕與護膝，但建議使用。

4.4 曲棍球項目

4.4.1 球桿最長不得超過 1.14 公尺 (44.8 英寸)，由耐久的管狀塑膠製成，可輕易切成較短長度供個子較小的運動員使用。重量應少於 453.59 公克 (1 英磅)，圓頭無桿刃。

4.4.2 球周長應為 24.76 公分 (9.75 英寸)，由軟質、有彈性的塑膠製成，但須無彈力。

4.4.3 球門為長方形，高 1.12 公尺 (44 英寸)、寬 1.52 公尺 (60 英寸)，四邊以輕量球網覆蓋。不得使用金屬網。

4.4.4 護具方面，所有運動員皆須穿戴含面罩或防護罩的頭盔以覆蓋全臉，以及護脛以保障安全。守門員也必須戴著含面罩的頭盔與防護手套。守門員可穿著標準冰上曲棍球守門員規格的護具及手套，或選擇其他類似護具 (街道曲棍球護具、板球護具)。守門員

穿著護腿時，護腿最大寬度不能超過 31 公分 (12 英寸)。強烈建議穿戴護牙器。可自由選擇是否穿戴護膝、防護手套和護肘。所有男運動員都必須穿著護襠。

4.4.5 運動員的制服 (不論男女) 應為及膝摺邊短褲和短袖球衣，全隊統一顏色，背上有一或二位數的編號。數字必須至少有 20 公分 (8 英寸) 高。

4.4.6 若二隊穿著球衣顏色相同，主場隊伍必須更換球衣或在球衣上套上背心/圍兜。

5. 工作人員

5.1 花式項目

5.1.1 所有花式項目將有三或五位裁判，並視情況由其中一名擔任主裁判。

5.2 競速項目

5.2.1 比賽中每位運動員都有一位計時員。

5.2.2 起跑發令員負責使用發令槍或口哨宣布比賽開始，並應於比賽最後一圈使用鈴聲提示，以及揮旗做為比賽結束的信號。

5.2.3 登記名次的裁判應於運動員通過終點線時記錄其名次。註：裁判應同時記錄完賽名次與時間。

5.3 曲棍球項目

5.3.1 每場比賽有一名主審。主審應穿著白上衣、白褲和白鞋。主審可以不穿溜冰鞋。

5.3.2 球門裁判須站於球門之後協助主審。

5.3.3 每場比賽須有一名計時員和一名記分員。

6. 比賽規則 - 花式項目

6.1 基本圖形

6.1.1 所有比賽皆為決賽。

6.1.2 依圖形完成度、踩刃的品質和起步成果，以 0-100 分評比。

6.1.3 圖形標準：

6.1.3.1 一級：圖形 #1，右腳外刃前進 - 左腳外刃前進 (ROF-LOF) - 8 字形

6.1.3.1.1 一級圖形溜冰運動員必須能完成下列動作：

6.1.3.1.1.1 跌倒和自行爬起。

6.1.3.1.1.2 由 T 字站立開始比賽。(右腳起步)

6.1.3.1.1.3 右腳外刃起步前滑四分之一圈，換左腳外刃前滑四分之一圈。

6.1.3.1.1.4 由右向左起步，再由左向右。

6.1.3.2 二級：圖形 #1B，左腳外刃前進半圈轉內刃前進半圈-右腳外刃前進半圈轉內刃前進半圈(LOIF-ROIF) - 變化 8 字形

6.1.3.2.1 二級圖形花式溜冰運動員必須能完成一級的技巧及以下動作：

6.1.3.2.1.1 右腳內刃前滑四分之一圈換左腳內刃前進滑四分之一圈。

6.1.3.2.1.2 變刃，左腳外刃前進半圈轉內刃前進半圈換右腳外刃前進半圈轉內刃前進半圈。

6.1.3.3 三級：圖形 #5A，右腳外刃前進半圈轉內刃前進一圈換左腳外刃前進半圈轉內刃前進一圈 (ROIF-LOIF) - S 形

6.1.3.3.1 三級圖形花式溜冰運動員必須能完成下列動作：

6.1.3.3.1.1 一次推刃即溜完 1.5 圈。

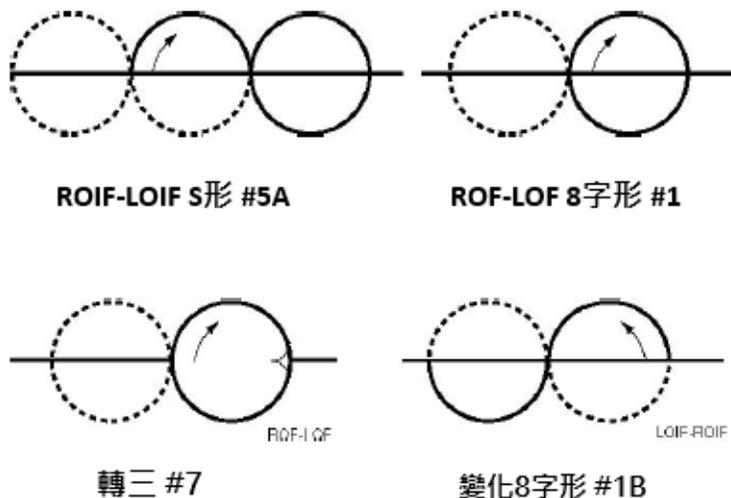
6.1.3.4 四級：圖形 #7，右腳外刃前進 - 左腳外刃前進 (ROF-LOF) - 轉三

6.1.3.4.1 三級圖形溜冰運動員必須能完成一級與二級的技巧及以下動作：

6.1.3.4.1.1 完成右腳外刃前進和左腳外刃前進轉三。

6.1.3.4.1.2 左腳內刃後退四分之一圈(LIB) 和右腳內刃後退(RIB) 四分之一圈。

- 6.1.3.4.1.3 完成一個右腳內刃後退和左腳外刃前進 (RIB-LOF) 及一個左腳內刃後退轉身右腳外刃前進 (LIB-ROF) 查克特步法。



6.2 個人花式

6.2.1 由教練為運動員的表演選擇一或多首曲目。不同運動員可使用相同的選曲。一級和二級可使用有唱歌的曲目，但三級不可使用。

6.2.2 運動員應單獨表演。

6.2.3 所有比賽皆為決賽。

6.2.4 個人花式標準：

6.2.4.1 個人花式一級

6.2.4.1.1 個人花式一級運動員必須能完成以下動作：

6.2.4.1.1.1 跌倒和自行爬起。

6.2.4.1.1.2 完成所列 10 項指定動作中的六項。

6.2.4.1.2 限時 90 秒，運動員須嘗試完成下列 10 項指定動作中至少六項。運動員最多可增加至 10 項動作，但指定動作以外的技巧並不會加分。可自行決定完成動作的順序。依運動員之表現方式以 0-100 分評比。未嘗試完成至少六項指定動作的運動員將予扣分以茲處罰。

6.2.4.1.3 一級指定動作包括：

6.2.4.1.3.1 雙腳前進直線滑行

6.2.4.1.3.2 雙腳後退直線滑行

6.2.4.1.3.3 前進葫蘆型

6.2.4.1.3.4 後退葫蘆型

6.2.4.1.3.5 單腳內刃前進半圈或外刃前進半圈

6.2.4.1.3.6 單腳平刃後退滑行

6.2.4.1.3.7 前進交叉

6.2.4.1.3.8 後退交叉

6.2.4.1.3.9 前進交互滑行三次以上

6.2.4.1.3.10 以剎車器煞車

6.2.4.2 個人花式二級

6.2.4.2.1 個人花式二級運動員必須能完成所列 10 項指定動作中的七項。

6.2.4.2.2 限時二分鐘，運動員須嘗試完成下列 10 項指定動作中至少七

項。運動員最多可增加至 10 項技巧，但指定動作以外的動作並不會加分。可自行決定完成動作的順序。依運動員之表現方式以 0-100 分評比。未嘗試完成至少七項技巧的運動員將予扣分以茲處罰。

6.2.4.2.3 二級指定動作包括：

- 6.2.4.2.3.1 單腳半蹲滑行
- 6.2.4.2.3.2 前滑阿爾卑式或飛燕滑行
- 6.2.4.2.3.3 兔跳(雙腳同時前跳)
- 6.2.4.2.3.4 雙腳前進跳轉半圈(前溜變後溜)
- 6.2.4.2.3.5 蟹步(雙腳平行側滑前進)
- 6.2.4.2.3.6 摩洛克跳躍或摩洛克轉體
- 6.2.4.2.3.7 後退剪冰
- 6.2.4.2.3.8 雙腳旋轉
- 6.2.4.2.3.9 單腳旋轉
- 6.2.4.2.3.10 T字煞車

6.2.4.3 個人花式三級

6.2.4.3.1 個人花式三級運動員必須能完成以下動作：

6.2.4.3.1.1 完成所列跳躍中的五項和所列旋轉中的三項。

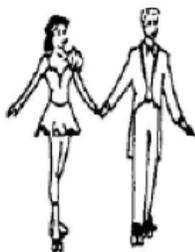
6.2.4.3.2 限時二分半鐘，運動員須嘗試完成下列清單中至少五個半周或一周跳躍和三個旋轉。運動員表現評分標準：內容豐富性與難度，以及整體表現方式。

6.2.4.3.3 旋轉

- 6.2.4.3.3.1 雙腳旋轉
- 6.2.4.3.3.2 直立旋轉(任何刃均可)
- 6.2.4.3.3.3 蹲轉(任何刃均可)
- 6.2.4.3.3.4 換腳直立旋轉
- 6.2.4.3.4 跳躍
- 6.2.4.3.4.1 兔跳
- 6.2.4.3.4.2 摩洛克跳躍
- 6.2.4.3.4.3 華爾滋半圈跳躍
- 6.2.4.3.4.4 半圈或一圈拖路普點跳
- 6.2.4.3.4.5 半圈或一圈飛利普跳躍
- 6.2.4.3.4.6 一圈沙克跳躍

6.2.4.4 個人花式四級

6.2.4.4.1 限時三分鐘，運動員須嘗試完成至少五個跳躍、一個含三個跳躍的組合跳躍和三個旋轉。組合跳躍應包括一周、一周半和两周跳躍。旋轉應包括至少一個飛燕(任何刃均可)和一個蹲轉(任何刃均可)。運動員必須完成一個橫跨半個溜冰場長度的連續步伐。



G

牽手



H

雙臂交叉



B

並排

6.3 冰舞

6.3.1 所有比賽皆為決賽。

6.3.2 各級都將舉辦單人和雙人 (一男一女) 比賽。

6.3.3 依形式、時機、滑行品質、步法正確性、模式和團隊關係，以 0-100 分評比。

6.3.4 團體舞蹈中，二位隊友可選擇牽手、雙臂交叉或並排位置，皆不會扣分。

6.3.5 冰舞標準

6.3.5.1 冰舞一級，三拍步法 (樂曲：108 Waltz)

6.3.5.1.1 冰舞一級運動員必須能完成以下動作：

6.3.5.1.1.1 跌倒和自行爬起。

6.3.5.1.1.2 維持左和右舞步達三拍。

6.3.5.1.1.3 跟著 108 Waltz 樂曲數出或拍手或踏出三拍。

6.3.5.2 冰舞二級：樂曲 Glide Waltz

6.3.5.2.1 冰舞二級運動員必須能完成以下動作：

6.3.5.2.1.1 完成逆時針和順時針快併步法 (踏、快併、停留和停留，拍數：2-1-3-3)。

6.3.5.2.1.2 自行編舞以完成規定的 Glide Waltz 模式。

6.3.5.3 冰舞三級：舞曲 Skater's March

6.3.5.3.1 冰舞三級運動員必須能完成以下動作：

6.3.5.3.1.1 以右腳內刃前進 (RIF) 交叉在前，完成逆時針和順時針滑進。

6.3.5.3.1.2 完成順時針右腳外刃前進 (ROF) 交叉在前而左腳內刃前進 (LIF) 交叉在後。

6.3.5.4 冰舞四級，舞曲 Siesta Tango

6.3.5.4.1 冰舞四級運動員必須能完成以下動作：

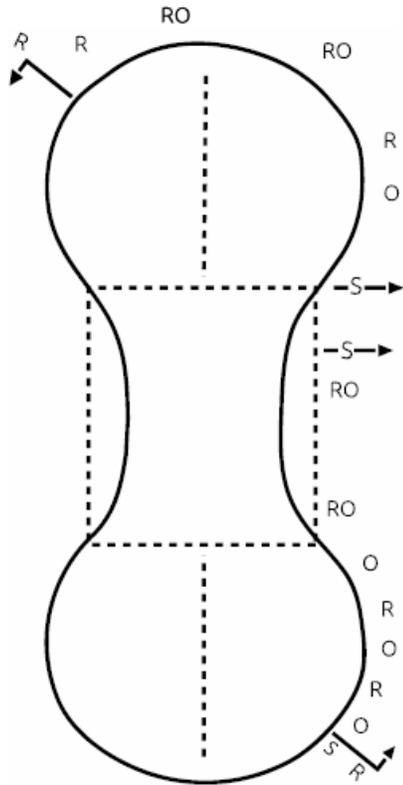
6.3.5.4.1.1 完成右腳內刃前進和左腳內刃後退 (RIF-LIB) 摩洛克轉體。

6.3.5.4.1.2 以右腳內刃前進 (RIF) 交叉在前完成滑退。

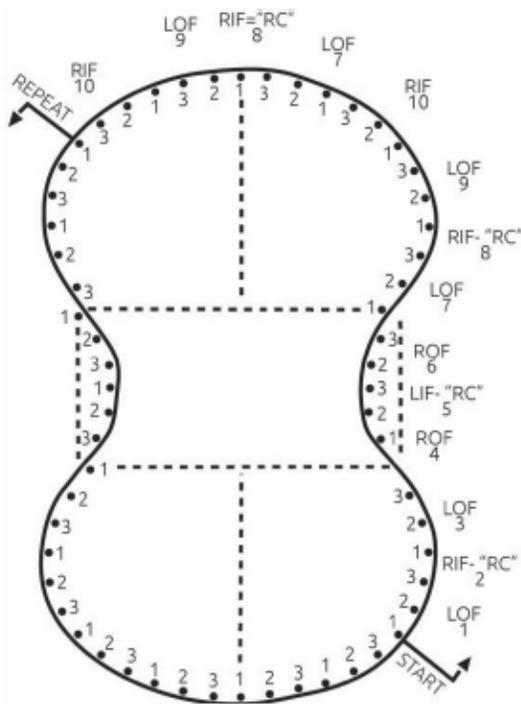
6.3.5.4.1.3 以左腳內刃後退交叉 (LIB) 在前，右腳內刃前進 (RIF) 在後完成摩洛克轉體。

6.3.5.4.1.4 在後方完成右腳內刃前進 (RIF) 交叉。

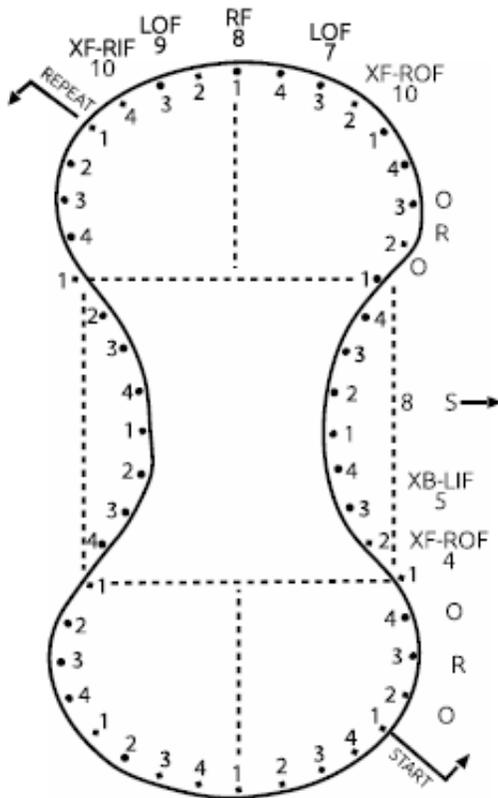
SIESTA TANGO



GLIDE WALTZ



SKATERS MARCH



6.4 雙人花式

6.4.1 雙人花式比賽由男女混合隊伍參賽，曲目自選。限時二分鐘，沒有最短時間限制。

6.4.2 各級隊伍必須嘗試完成六個指定項目。依表現方式以 0-100 分評比。鼓勵運動員加入步法，加入規定項目以外的內容不會被扣分。每個表演須包含至少一個肢體接觸項目、一個相同動作項目、一個跳躍和一個旋轉。

6.4.3 雙人花式標準

6.4.3.1 一級項目：

- 6.4.3.1.1 接觸葫蘆型 (面對面)
- 6.4.3.1.2 接觸交叉前進 (肩並肩)
- 6.4.3.1.3 接觸旋轉 (面對面牽手)
- 6.4.3.1.4 接觸煞車 (使用剎車或 T 字煞車)
- 6.4.3.1.5 接觸蟹步
- 6.4.3.1.6 同動作蟹步
- 6.4.3.1.7 同動作兔跳
- 6.4.3.1.8 同動作雙腳跳躍
- 6.4.3.1.9 同動作雙腳旋轉
- 6.4.3.1.10 同動作單腳直立旋轉
- 6.4.3.1.11 輔助阿爾卑式 (飛燕)，男子手扶女子臀部
- 6.4.3.1.12 輔助雙腳跳躍 (微舉)，肩並肩由女子跳躍
- 6.4.3.1.13 輔助單腳半蹲滑行，女子蹲下男子站立

6.4.3.2 二級項目：

- 6.4.3.2.1 接觸阿爾卑式 (飛燕) (肩並肩或面對面)
- 6.4.3.2.2 接觸單腳半蹲滑行 (肩並肩)
- 6.4.3.2.3 接觸摩洛克跳躍
- 6.4.3.2.4 接觸飛燕旋轉 (肩並肩)
- 6.4.3.2.5 同動作華爾滋半圈跳躍

- 6.4.3.2.6 同動作摩洛克跳躍
- 6.4.3.2.7 同動作單腳直立旋轉
- 6.4.3.2.8 同動作飛燕旋轉或蹲轉
- 6.4.3.2.9 輔助阿爾卑式（飛燕），女子後仰男子輔助
- 6.4.3.2.10 托舉 (Hip Lift)，可選擇是否旋轉
- 6.4.3.2.11 鹿式舉 (Stag Lift)，可選擇是否旋轉
- 6.4.3.2.12 拋跳華爾滋半圈跳躍
- 6.4.3.2.13 跨身舉 (Pass Over Lift)

6.5 藝術評定/得分

- 6.5.1 雖然藝術評定可列入競賽管理項目，裁判們應依據上述標準評分。
- 6.5.2 不會對不在標準項目中的內容給予加分。

7. 比賽規則 - 競速項目

7.1 比賽

- 7.1.1 除應舉行預賽的項目外，所有比賽皆為決賽。

7.2 計時

- 7.2.1 雖然比賽於鳴槍或哨聲響起後開始，但計時員應於第一名運動員通過終點線後才開始計時。當所負責的運動員通過終點線後，計時員就會停止計時。
- 7.2.2 預賽中，若運動員跌到，計時員應停止計時，並在運動員起身並再次行進時才重新開始計時。

7.3 取消資格

- 7.3.1 若有以下任一違規，將取消資格：
 - 7.3.1.1 蓄意阻擋、撞擊、推擠或絆倒另一名運動員。
 - 7.3.1.2 在角標內溜冰或跨過角標 (定義：一隻腳接觸角標內側地面，而另一隻腳接觸角標外側地面)。
 - 7.3.1.3 跌倒的位置阻礙了另一位運動員完成比賽。若運動員於決賽跌倒而未站起來。
 - 7.3.1.4 溜冰鞋損壞而無法繼續比賽。
 - 7.3.1.5 在鳴槍或哨聲響起後接受身體協助。

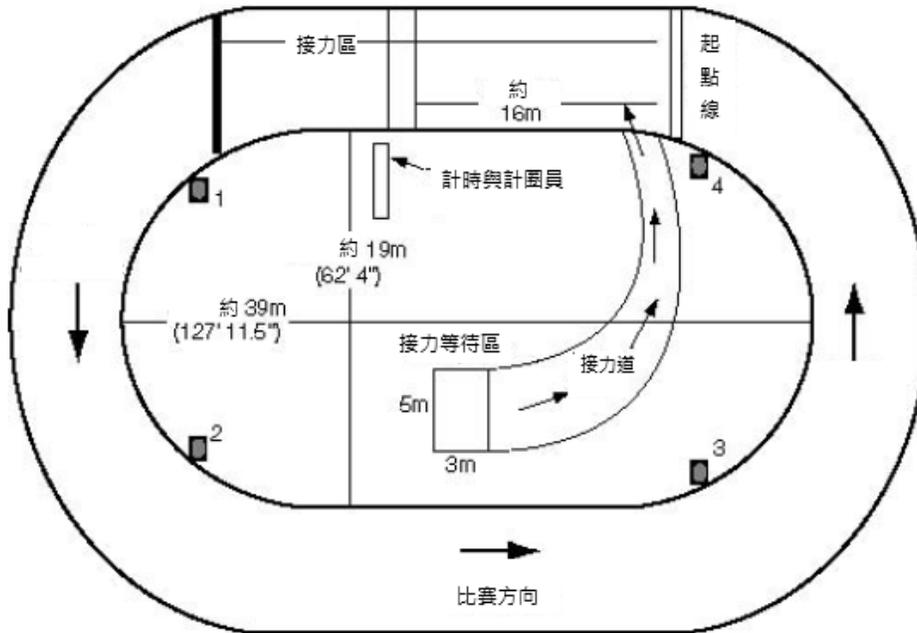
7.4 溜冰場地

- 7.4.1 賽道內溜冰場地中應標示一方格 (面對終點線)。接力等待區大小必須足以讓所有運動員在此等候接力，通常為：5 公尺 (16 英尺 5 英寸) x 3 公尺 (9 英尺 10.25 英寸)。

7.5 接力規則

- 7.5.1 接力賽中，一位隊友在起點線起跑，而其他隊友則在接力等待區。比賽開始後，接力隊友須溜至 4 號角標與 1 號角標之間，在以手接力前趕上隊友的速度。必須以手接力。離開接力等待區的運動員須等到要在 4 號和 1 號角標之間接力時，才能進入賽道。接力完成後，隊友應留在場地末端不得離開溜冰場地。
- 7.5.2 未成功以手接力將導致取消資格。完成以手接力後，溜完的運動員應溜至場地末端，待在該區直到比賽結束。
- 7.5.3 若有以下任一違規，將取消資格：
 - 7.5.3.1 未成功以手接力
 - 7.5.3.2 以推隊友的方式接力
 - 7.5.3.3 溜完的運動員未在場地末端等待直到比賽結束。
 - 7.5.3.4 溜完的運動員返回接力等待區。
- 7.5.4 接力隊伍可全為男性、全為女性或男女混合。

時機與終點線



7.6 30 公尺直線賽規則

- 7.6.1 任何有能力於 15 秒內完成此比賽的運動員皆不得參加此項目。技術達此水準之運動員應參加更高等級比賽項目，如 100 公尺、200 公尺、300 公尺、500 公尺、700 公尺、1000 公尺賽事。
- 7.6.2 場地應設置於 30 公尺 (98 英尺 5.25 英寸) 長的直線賽道，起點與終點線應為至少 5 公尺 (16 英尺 5 英寸) 寬。
- 7.6.3 所有運動員皆須戴安全帽。場上不得嚼口香糖或穿戴珠寶。可穿戴護腕與護膝。
- 7.6.4 每位運動員將發給 2 張識別用號碼布或號碼紙。一張貼在背後，一張貼在左腕。技術顧問與競賽主管可決定是否使用安全帽編號貼紙。
- 7.6.5 起跑可使用口哨或發令槍。若發生起跑犯規，則須重新起跑。
- 7.6.6 運動員於正式比賽時不得接受身體協助，但經核准可使用助行器或其他非機械輔助器材。
- 7.6.7 比賽中每位運動員都有一位計時員。計時員將於鳴槍或哨聲響起後開始計時。當所負責運動員的溜冰鞋通過終點線後，計時員就會停止計時。
- 7.6.8 預賽中，若運動員跌到，計時員應停止計時，直到運動員起身並再次行動時才重新開始計時。
- 7.6.9 所有參賽運動員將同時出發。登記名次的裁判將於運動員通過終點線時記錄其名次。
- 7.6.10 若任何運動員推擠、阻擋或絆倒他人，進而影響他人成績，將被取消資格。

7.7 30 公尺角標規則

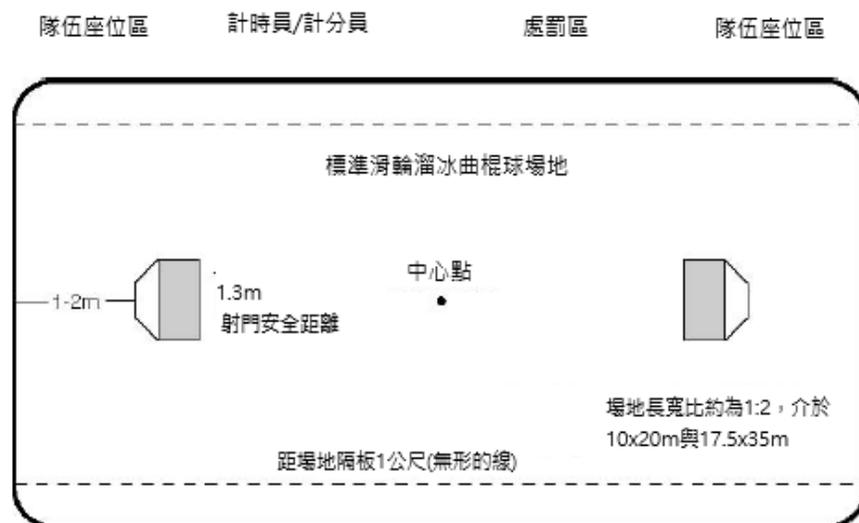
- 7.7.1 任何可於 15 秒內完成比賽的運動員皆不得參加此項目。技術達此水準之運動員應參加更高等級比賽項目，如 100 公尺、200 公尺、300 公尺、500 公尺、700 公尺、1000 公尺場地賽。
- 7.7.2 場地應為 30 公尺 (98 英尺 5.25 英寸) 長的直線賽道，起點與終點線應為至少 5 公尺 (16 英尺 5 英寸) 寬。
- 7.7.3 所有運動員皆須戴安全帽。場上不得嚼口香糖或穿戴珠寶。可自由選擇是否穿戴護腕與護膝，但建議使用。
- 7.7.4 每位運動員將發給 2 張識別用號碼布或號碼紙。一張貼於背後，一張則置於左腕。技術顧問與競賽主管可決定是否使用安全帽編號貼紙。
- 7.7.5 起跑可使用口哨或發令槍。若發生起跑犯規，則須重新起跑。
- 7.7.6 運動員於正式比賽時不得接受身體協助，但經核准可使用助行器或其他非機械輔助器材。

- 7.7.7 以 5 公尺 (16 英尺 5 英寸) 間距設置五個角標。第一個角標應距起點線 5 公尺，使賽道總長為 30 公尺 (98 英尺 5.25 英寸)。運動員應從起點開始，自角標的左側或右側交換繞行角標。
- 7.7.8 每錯過或跨過一個角標，比賽時間將加罰一秒。
- 7.7.9 計時員將於鳴槍或哨聲響起後開始計時，當運動員的溜冰鞋通過終點線後即停止計時。

8. 比賽規則 - 曲棍球

8.1 15 公尺運球

- 8.1.1 以 3 公尺 (9.84 英尺) 間距於一直線上設置五個角標，終點線應位於球門口。
- 8.1.2 每位運動員個別運球穿越 15 公尺 (49.2 英尺) 的障礙場地，須輪流通過角標的兩側，最後將球停於球門。
- 8.1.3 最短時間內完成全程的運動員獲勝。從起點線開始，自哨聲響起開始計時，直到球跨越球門口終點線為止。
- 8.1.4 每錯過一個角標，比賽時間將加罰一秒。



8.2 射門

- 8.2.1 於以球門口中心為圓心、半徑 6 公尺 (19.68 英尺) 的半圓形上放置五個球。
- 8.2.2 每位運動員逐一擊球，嘗試將球射進球門。計時從哨聲響起至最後一次擊球為止。每次成功射門即可得一分。
- 8.2.3 分數最高的運動員獲勝。
- 8.2.4 若同組中有二位以上運動員平分，則將依時間排名。花費時間較短者獲勝。

8.3 團體賽

8.3.1 隊伍

- 8.3.1.1 每隊含守門員在內共五人。替換運動員人數不限，但總數不得超過九人。
- 8.3.1.2 隊伍可全為女性、全為男性或男女混合。
- 8.3.1.3 若隊員因身體不適、意外或遭裁判驅逐出場，導致隊伍人數只剩二人，則該隊必須棄權。
- 8.3.1.4 隊長球衣上應標示「C」或戴著標有「Captain (隊長)」的臂帶。隊長在場上即代表全隊。

8.3.2 比賽

- 8.3.2.1 比賽目標是將球射進對手球門得分。上下半場各八分鐘比賽後，得分較高者獲勝。
- 8.3.2.2 上下半場間有三分鐘休息時間。
- 8.3.2.3 運動員只能使用球桿將球移向球門。

8.3.3 比賽開始

- 8.3.3.1 比賽從擲硬幣開始，由客場隊長猜正反面。
- 8.3.3.2 擲硬幣獲勝的一方可選擇發球或選邊。
- 8.3.3.3 比賽由場地中心點開始。
- 8.3.3.4 中場時二方將交換場地。
- 8.3.4 計分
 - 8.3.4.1 當球完全通過球門口標線，即算得分。
 - 8.3.4.2 裁判將舉單手過頭示意。
 - 8.3.4.3 球射進自己隊伍球門將予以計分。
 - 8.3.4.4 射門得分後，比賽將由失分隊伍由中心點開始發球。
- 8.3.5 爭球
 - 8.3.5.1 裁判將舉單手以二根手指比出「V」手勢，示意進行爭球。爭球時比賽將暫停，爭球應於距場地隔板 1 公尺 (3.28 英尺) 內的某一點進行。二隊各派一名運動員，背對自己隊伍的球門，然後將球桿握於身體前方距球 23 公分 (9 英寸) 處。裁判吹哨後繼續比賽。
- 8.3.6 任意球
 - 8.3.6.1 當對手隊伍犯規或當球出界 (無論是否蓄意)，裁判將給予任意球的機會。裁判會舉單手並張開手掌示意，並用另一隻手指向將執行任意球的位置。球將置於距場地隔板 1 公尺 (3.28 英尺) 的位置或置於中心點。執行任意球的運動員必須等到對手隊員離球至少 3 公尺 (9.84 英尺)，無需等待裁判吹哨即可執行任意球。執行任意球的運動員必須等到其他運動員碰到球、或是球碰到球門之後，才能再次碰球。
- 8.3.7 運動員替補
 - 8.3.7.1 教練可隨時替補運動員，但新運動員必須等舊運動員完全離開溜冰場地後，才能進入場地。
 - 8.3.7.2 被驅逐至處罰區的運動員可由替補運動員取代。
- 8.3.8 暫停
 - 8.3.8.1 每隊每半場有一次一分鐘的暫停機會，隊長可於該隊控球時隨時要球暫停。暫停結束後，將以爭球重新開始比賽。
- 8.3.9 提前結束比賽規則
 - 8.3.9.1 若分數差距達八分，裁判有權提前結束比賽。
- 8.3.10 比賽結束
 - 8.3.10.1 裁判吹哨後比賽隨即結束。
 - 8.3.10.2 若比賽最後幾秒時射門成功，裁判將在吹結束哨聲前重新開始比賽。
- 8.3.11 平手判別
 - 8.3.11.1 若比賽平手但必須分出勝負，將在三分鐘休息時間後進行二次各二分鐘的比賽。若分數仍然平手，則於中心點與球門中間位置進行驟死戰射門決定勝負。
 - 8.3.11.2 將以擲硬幣決定哪一隊先射門，之後再交換。
- 8.3.12 警告與處罰
 - 8.3.12.1 「黃牌」代表對運動員的第一次正式警告，對手隊伍可能獲得任意球的機會。
 - 8.3.12.2 「藍牌」代表運動員須離場至處罰區等待二分鐘，對手隊伍可能獲得任意球的機會。
 - 8.3.12.3 「紅牌」代表因為嚴重犯規或重複犯規，運動員被驅逐離場，不得繼續比賽。
 - 8.3.12.4 牌約為 7.62 公分 x 12.7 公分 (3 英寸 x 5 英寸)，裁判會將牌高舉於犯規運動員頭上，並告知記分員運動員編號與犯規內容。記分員與計時員會記錄哪些運動員被驅逐至處罰區，處罰結束時會提示運動員返回運動員席位。
- 8.3.13 常見犯規
 - 8.3.13.1 球桿損壞仍繼續比賽。

- 8.3.13.2 未使用球桿比賽。
- 8.3.13.3 運動員身體任何部分碰觸地板 (守門員除外)。
- 8.3.13.4 抓握隔板或球門。
- 8.3.13.5 阻擋或阻礙對手，妨礙或將對手擠向隔板。
- 8.3.13.6 舉桿過高，也就是將球桿舉高過腰部。
- 8.3.13.7 將球擊高過於球門 (反彈除外)。
- 8.3.13.8 「切球」，就是以桿刃尖銳處擊球。
- 8.3.13.9 粗暴動作，包括絆人、踢人、阻截、撞擊或以球桿鉤人、丟球桿、打架或違反運動家精神之行為。
- 8.3.14 守門員
 - 8.3.14.1 守門員須保持站立，除非球就在其身邊。
 - 8.3.14.2 守門員在離球門口 1.3 公尺 (4 英尺) 內可使用身體任何部分使球停下，並可空手擊球、踢球或以球桿猛射球，即便是跪或坐或躺在地上時。
 - 8.3.14.3 守門員不得蓄意接球並扣留球、將球藏在身體下方或坐在球上阻擋比賽進行。

9. 融合運動項目

- 9.1 花式競賽
 - 9.1.1 融合運動隊伍須由一名運動員與一名融合夥伴組成。
 - 9.1.2 花式融合運動隊伍將依年齡與等級分組比賽。
- 9.2 競速比賽 - 接力
 - 9.2.1 各融合運動接力賽隊伍的運動員與融合夥伴人數應相同。
 - 9.2.2 融合運動隊伍運動員可自行決定溜冰順序。
- 9.3 曲棍球比賽
 - 9.3.1 隊員名單中，運動員與融合夥伴的人數應維持一定比例。
 - 9.3.2 比賽期間隊員陣容不得超過三位運動員和二位融合夥伴。未能遵守規定比例將導致喪失資格。
 - 9.3.3 各隊應有一名未參賽教練，負責競賽期間的陣容安排與隊伍管理。