

特奧自行車運動規則

(版本：2016年6月)

1.	總則	3
2.	正式比賽	3
2.1	250 公尺計時賽	3
2.2	500 公尺計時賽	3
2.3	1 公里計時賽	3
2.4	2 公里計時賽	3
2.5	5 公里計時賽	3
2.6	10 公里計時賽	3
2.7	5 公里公路賽	3
2.8	10 公里公路賽	3
2.9	15 公里公路賽	3
2.10	25 公里公路賽	3
2.11	40 公里公路賽	3
2.12	5 公里融合運動協力車計時賽	3
2.13	10 公里融合運動協力車計時賽	3
3.	賽道	3
3.1	規格	3
3.2	設計	3
3.3	世界賽賽道	3
3.4	場地	4
3.5	交通	4
3.6	休息區	4
3.7	維修區	4
3.8	起點線	4
3.9	賽道標示	4
3.10	終點線	4
3.11	計時賽	4
4.	器材設備	4
4.1	安全帽	4
4.2	自行車	4
4.3	緊急狀況設備	5
5.	工作人員	5
5.1	主辦團隊應包括：	5
5.2	其他工作人員	5
6.	比賽規則	5
6.1	分組	5
6.2	計時賽規則	7
6.3	公路賽規則	7
6.4	通用比賽規則	8
7.	融合運動協力車計時賽	8
7.1	賽程距離	8
7.2	位置	8
7.3	分組	8
7.4	計分	8

1. 總則

正式特奧自行車運動規則將規範所有特奧自行車賽事。針對這項國際運動項目，特奧會依據國際自由車總會 (UCI, Union Cycliste International) 的自行車規則 (詳見 <http://www.uci.ch/>) 訂定了相關規則。國際自由車總會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自行車運動規則或特奧通則第 1 條有所牴觸。若有此情形，應以正式特奧自行車運動規則為準。

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

比賽項目包括基本比賽項目、個人比賽項目和接力項目，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：

- 2.1 250 公尺計時賽
- 2.2 500 公尺計時賽
- 2.3 1 公里計時賽
- 2.4 2 公里計時賽
- 2.5 5 公里計時賽
- 2.6 10 公里計時賽
- 2.7 5 公里公路賽
- 2.8 10 公里公路賽
- 2.9 15 公里公路賽
- 2.10 25 公里公路賽
- 2.11 40 公里公路賽
- 2.12 5 公里融合運動協力車計時賽
- 2.13 10 公里融合運動協力車計時賽

3. 賽道

3.1 規格

- 3.1.1 賽道規格應為 2-5 公里長，短距離項目適合使用 2.5 公里賽道，5 公里以上比賽則適合 15 公里賽道。
- 3.1.2 40 公里賽事建議並可使用更長的賽道。
- 3.1.3 賽事距離可為約略值，所有比賽可使用相同的賽道。
- 3.1.4 必須是環狀賽道。
- 3.1.5 公路至少需為 7 公尺寬。

3.2 設計

- 3.2.1 超過 1 公里賽事的賽道設計必須同時考量最快與最慢運動員的技術能力。
- 3.2.2 不得使用往返式和含 180 度轉彎的賽道。
- 3.2.3 超過 15 公里的公路賽事應在較長的賽道上進行，並應涵蓋有些許難度的地形。
- 3.2.4 賽道規定的例外情況需經技術顧問核准。

3.3 世界賽賽道

- 3.3.1 約 2.5 公里的賽道可用於 5 公里以下賽事。
- 3.3.2 所有其他距離賽事都應使用約 5 公里、不含 180 度轉彎的賽道。
- 3.3.3 應符合任何其他上述規則。
- 3.3.4 賽道規定的例外情況需經自行車 SRT 和技術顧問核准。

- 3.4 場地
 - 3.4.1 路面狀況需良好，不得有坑洞，且不得為礫石路面。
 - 3.4.2 賽前應清除路面上的沙石、礫石和泥土。水溝應以塑膠板覆蓋。賽道轉彎處和彎道的樹木與柱子前方應放置草堆。
- 3.5 交通
 - 3.5.1 賽道應盡可能不讓外部車輛通行。
 - 3.5.2 比賽進行中應禁止車輛通行。
- 3.6 休息區
 - 3.6.1 應設立休息區，供運動員集合、熱身、準備與賽後緩和。
 - 3.6.2 為確保運動員的安全，休息區不得與賽道重疊。
- 3.7 維修區
 - 3.7.1 賽道周圍應設置維修區，供維修之用。
 - 3.7.2 起點/終點區附近應設立至少一個維修區。
- 3.8 起點線
 - 3.8.1 起點線可依比賽距離移動。
 - 3.8.2 為確保出發安全，起點應至少有 7 公尺寬。
 - 3.8.3 起點線至第一個轉彎間，應至少有 100 公尺直線道。
- 3.9 賽道標示
 - 3.9.1 最後一公里應設置標示。終點前 200 公尺處應豎立白旗。
- 3.10 終點線
 - 3.10.1 所有賽事的終點線應固定不動。
 - 3.10.2 終點區應至少為八公尺寬，並應以柵欄或路障妥善區隔保護，避免觀眾跑進賽道內。應設置安全的出口，供完成比賽的運動員離開賽道。
 - 3.10.3 終點線標示應覆蓋賽道完整寬度。
 - 3.10.4 最後 200 公尺不得有轉彎與彎道。
 - 3.10.5 終點線後至少應有 75 公尺直線道，供運動員順利減速。
- 3.11 計時賽
 - 3.11.1 計時賽賽道最短可為 500 公尺，前提是出發人數有限，且出發的運動員不得干擾正在繞圈的運動員。理想賽道長度為二公里。
 - 3.11.2 若為環狀賽道，出發後第一個彎道至起點間至少應有 100 公尺。
 - 3.11.3 路面寬度必須足以讓運動員超越其他運動員時，彼此之間至少有一公尺的距離 (建議寬度為 4 公尺以上)。計時賽可採往返式賽道，但賽道應以實體路障分隔 (如欄杆、水泥分隔、草地或邊欄)。計時賽可使用點對點賽道，並分別設置起點和終點線。所有距離賽事的終點線應固定不動，而起點線則因應不同距離而有所不同。
 - 3.11.4 路面狀況需良好，不得有坑洞，且不得為礫石路面。
 - 3.11.5 計時賽前，應清除路面上的沙石、礫石和泥土。水溝應以塑膠板覆蓋。賽道轉彎處和彎道的樹木與柱子前方應放置草堆。
 - 3.11.6 計時賽賽道不得讓外部車輛通行。
 - 3.11.7 賽道周圍應設置維修區，供維修之用。起點/終點區附近應設立至少一個維修區。

4. 器材設備

- 4.1 安全帽
 - 4.1.1 訓練與比賽期間騎自行車時，運動員、融合運動夥伴與教練皆需配戴安全帽。
 - 4.1.2 安全帽必須合乎主辦國家之全國自行車運動管理機構所制定的安全標準。
- 4.2 自行車
 - 4.2.1 所有自行車必須合乎主辦國家之全國自行車運動管理機構規則制定的安全標準。若所使用的自行車經過改裝，但全國運動管理機構規則未加以規範，則發

令員有責決定該自行車是否可以參賽。改裝自行車包括躺式自行車、成人三輪車、有輔助輪的自行車或其他經核准之改裝。自行車比賽主辦單位有權拒絕狀況不符規定的自行車參賽，不適合的自行車也可能導致運動員無法參賽。

4.2.2 自行車必須有兩個正常運作的煞車。含可支撐前臂的車手把（或車手把向前或向上延伸）的自行車僅可用於計時賽。車手把必須與自行車牢固組裝，且配件應穩固安裝，以免妨礙方向控制。自行車可能須經首席裁判檢驗，以確保自行車之安全與符合規定；不須逐一檢驗各運動員的裝備。教練有責確保運動員的自行車是安全且符合規定。

4.3 緊急狀況設備

4.3.1 比賽現場應有認證合格醫療人員全程待命，且賽事推廣機構應設有緊急通訊線路。

4.3.2 建議安排一輛救護車現場待命。

5. 工作人員

5.1 主辦團隊應包括：

5.1.1 技術總監

5.1.1.1 必須有辦理全國運動管理機構自行車賽事之經驗。

5.1.2 賽事總監

5.1.3 首席裁判 (主裁判)

5.2 其他工作人員

5.2.1 技術顧問 (隸屬於技術總監)

5.2.2 裁判

5.2.2.1 擔任發令員

5.2.3 副裁判

5.2.3.1 兩位副裁判應負責賽前準備、參賽號碼、號碼正確配戴、比對自行車、號碼布、與正確出發順序等工作；若使用電腦晶片，則需確認晶片與運動員正確對應。

5.2.3.2 一位副裁判將擔任扶車員：協助支撐運動員將雙腳置於踏板上，同時保持身體直立。扶車員不得助推運動員出發。運動員亦可選擇出發時以單腳或雙腳著地。

5.2.4 裁判長

5.2.4.1 終點線應設有裁判長工作區。

5.2.5 計時員

5.2.5.1 一位副裁判或經認證計時公司將擔任計時員（必須設置可看見終點線的工作區）。

5.2.6 自行車技術人員

5.2.6.1 經認證/有執照的自行車技師或合格自行車維修技師，並配有適當、必要之工具。

5.2.7 賽道指揮員

5.2.7.1 指揮員應於各交叉路口和整個賽道，確保運動員騎在賽道內並防止車輛及行人進入比賽賽道。

5.2.8 認證合格醫療人員

5.2.8.1 認證合格醫療人員應裝備適當的急救用品。

6. 比賽規則

6.1 分組

6.1.1 分級

6.1.1.1 特奧自行車比賽應為所有能力等級運動員提供參賽機會。自行車項目提供三級比賽：

6.1.1.1.1 短程：500 公尺計時賽、1 公里計時賽、2 公里計時賽

- 6.1.1.1.2 中程：1 公里計時賽、2 公里計時賽、5 公里計時賽或公路賽
- 6.1.1.1.3 長程：5 公里計時賽或公路賽、10 公里計時賽或公路賽、15 公里計時賽或公路賽、25 公里計時賽或公路賽、40 公里計時賽或公路賽
- 6.1.1.2 運動員將依「參賽時間」和/或預賽成績分配至適合的組別。地區、州省、區域和世界賽可自由針對不同項目制定時間標準。短程與中程項目不得制定最低時間標準。針對短程與中程項目設定時間標準，旨在防止有能力取得更佳成績的運動員參與這些項目。然而，適當情況下，可以且建議針對 40 公里公路賽制定最低時間標準。
 - 6.1.1.2.1 短程項目建議最高時間標準如下：
 - 6.1.1.2.1.1 500 公尺 (男子組)：介於 1.00 - 2.00 分鐘
 - 6.1.1.2.1.2 500 公尺 (女子組)：介於 1.05 - 2.10 分鐘
 - 6.1.1.2.1.3 1 公里 (男子組)：介於 2.00 - 3.00 分鐘
 - 6.1.1.2.1.4 1 公里 (女子組)：介於 2.00 - 3.00 分鐘
 - 6.1.1.2.2 40 公里公路賽建議最低*時間標準
 - 6.1.1.2.2.1 男子組：1 小時 20 分鐘
 - 6.1.1.2.2.2 女子組：1 小時 30 分鐘
 - 6.1.1.2.2.3 技術顧問可視賽道、時間與天候狀況調整此標準。
 - 6.1.1.2.3 若運動員的分組時間與所報名的項目標準不符合，經技術顧問與首席裁判判定，可將運動員移至不同項目。
 - 6.1.1.2.4 若情況允許，教練將於賽前獲得參賽組別變動的通知。(註：教練有責任熟知運動員參與項目的時間標準)
 - 6.1.1.2.5 **世界賽：運動員若於世界賽、洲際賽、區域賽或國家賽短程項目中，曾取得較最高時間標準快的成績，則可能被移至中程項目參賽，不論預賽成績為何。**
- 6.1.2 應舉行公路賽預賽以判斷運動員的騎車能力，並據此進行適當的競賽分組。
 - 6.1.2.1 若受限於時間，經首席裁判與主辦團隊裁決，同時參與計時賽與公路賽的運動員可以只參加一場分組賽，並依該成績進行兩項賽事的分組。
- 6.1.3 公路賽分組
 - 6.1.3.1 不論距離，所有公路賽皆應進行 5 公里分組賽。
- 6.1.4 計時賽分組
 - 6.1.4.1 可舉行計時賽預賽以判斷運動員的騎車能力，並據此進行適當的競賽分組。
 - 6.1.4.2 視不同賽事，可舉行 500 公尺、一公里或五公里計時賽預賽。
- 6.1.5 分組變動
 - 6.1.5.1 若運動員於公路賽或計時賽決賽中取得的最終成績，符合較高組別的預賽分組成績，則該運動員在後續決賽的分組可能因此變動。在成績公布時或賽事結束後合理時間內，教練會獲得分組變動的通知。
 - 6.1.5.2 若受限於時間，經首席裁判與主辦團隊裁決，同時參與計時賽與公路賽的運動員可以只參加一場分組賽，並依該成績進行兩項賽事的分組。
- 6.1.6 經首席裁判與技術顧問同意，主辦單位可以讓多個公路賽組別同時出發。運動員將分組授獎。非經技術顧問與首席裁判核准，公路賽出發運動員總數一次不得超過 16 人。

- 6.1.6.1 技術顧問，偕同賽事主辦單位與首席裁判，將決定區分各組運動員的最佳方式。這是為了讓運動員能知道競爭對手是誰，而大會工作人員與觀眾也可分辨運動員的參賽組別。
- 6.1.6.2 若同一集團中有多個組別，則應使用不同顏色的大型安全帽貼紙、或配戴比賽編號加以區隔。亦可使用不同顏色的臂帶，但需考慮臂帶的種類，以及騎車時能否固定而不滑落至運動員手腕。這並非最適合的方式。(請注意，由於臂帶會接觸運動員的身體，因此有些運動員可能無法接受。)
- 6.1.6.3 運動員出發時應依分組排列，讓運動員能看見自己組別的競賽對手。
- 6.1.6.4 由於無法通風且安全帽型號與尺寸差異較大，因此不鼓勵使用安全帽套。

6.2 計時賽規則

- 6.2.1 計時賽中各運動員皆與時間競賽。
- 6.2.2 參賽運動員應間隔 30 秒或一分鐘出發。
- 6.2.3 比賽開始
 - 6.2.3.1 發令員應使用聲音 (口語和/或音調) 與視覺 (手指和/或時鐘) 為運動員倒數開始時間。出發之前，將於不同時間宣布出發前所剩時間 (例如：還有 15 秒、10 秒、5、4、3、2、1，出發！)
 - 6.2.3.2 針對聽障運動員，應使用視覺提示 (旗子或放下手臂示意) 說明開始計時/比賽開始。
 - 6.2.3.3 運動員應由靜止狀態出發。扶車員將支撐自行車並於比賽開始時鬆手，但不得助推運動員。同組別的運動員應由同一名扶車員扶車。運動員亦可選擇出發時以單腳或雙腳著地。
 - 6.2.3.4 視賽道規格、賽道狀況、運動員能力分布和其他可能影響比賽安全的眾多因素，首席裁判與主辦團隊有權決定計時賽出發順序要按照運動員速度由快到慢或由慢到快。
- 6.2.4 改裝自行車
 - 6.2.4.1 只有計時賽可允許使用改裝自行車。首席裁判將依運動員人數、賽道狀況與運動員的能力等級，決定兩輪自行車與改裝自行車是否將一起比賽。

6.3 公路賽規則

- 6.3.1 公路賽包括集體出發項目。
- 6.3.2 多圈公路賽中，與領先者同圈完賽的運動員將依比例計算出比賽時間，除非裁判判定參賽運動員之間速度差異過大。若發生此情形，裁判將與賽事總監及規則委員會商討處理方法。公路賽決賽 (集體出發) 將不記錄時間。獎項將僅依排名頒發。「盡最大能力參賽」(Maximum Effort) 原則不適用於公路賽決賽。
- 6.3.3 除非經首席裁判邀請，主教練和其他代表團成員不得以任何車輛 (包括自行車) 跟隨比賽。教練可於賽道邊線外給予指導。
- 6.3.4 比賽時將有一輛汽車或摩托車在第一名運動員前開路，並與運動員保持安全距離。
- 6.3.5 比賽開始
 - 6.3.5.1 發令員會以槍聲或口哨宣布比賽開始。除此之外，針對聽障運動員，應使用視覺提示 (旗子或放下手臂示意) 說明開始計時/比賽開始。
- 6.3.6 比賽結束
 - 6.3.6.1 比賽結束將依運動員排名或穿過終點線的順序。
 - 6.3.6.2 當自行車前輪穿越終點線，即代表完賽。
- 6.3.7 若賽道長於 2.5 公里，可允許多個組別的運動員同時進行比賽。不同組別可以一分鐘、二分鐘、或三分鐘間隔出發。

- 6.3.8 運動員應依主裁判指示佩戴參賽號碼。
- 6.3.9 比賽開始前，運動員應有時間熱身和檢查賽道。
- 6.4 通用比賽規則
 - 6.4.1 公路賽或計時賽中，可由一輛摩托車或汽車跟隨最後一名運動員。
 - 6.4.2 運動員若遭遇機械故障，可更換自行車任一零件，如有必要，亦可更換整部自行車以完成比賽。此時運動員可接受協助。運動員若遭遇擦撞或機械故障和/或爆胎，再次騎上車時可由他人助推最多 10 公尺。
運動員在沒有自行車的情況下前進皆不算 (降級或取消資格)。若遭遇擦撞、爆胎和/或機械問題，運動員可推自行車沿著賽道跑過終點線；若為融合運動協力車參賽隊伍，跨越終點線時二位運動員都必須碰觸自行車。
 - 6.4.3 運動員必須至少有一隻手全程置於車手把上，穿越比賽終點時亦同。
 - 6.4.4 無線電使用：比賽中運動員不得使用或攜帶無線電與其他運動員或教練溝通。
 - 6.4.5 比賽或訓練時，禁止使用任何形式的耳機 (於靜止器材上時除外)。經鑑定為聽障者可使用助聽和放大裝置。
 - 6.4.6 運動員若要使用任何特殊空氣力學裝備，如空氣力學安全帽、碟輪、連身服等，必須於分組賽中使用/穿著，才能允許於決賽中使用/穿著。

7. 融合運動協力車計時賽

- 7.1 賽程距離
 - 7.1.1 賽事總監有權決定將採用的賽程距離。
- 7.2 位置
 - 7.2.1 運動員或夥伴可決定各自在協力車上擔當的位置：領航 (前) 或助力搭檔 (後)。
 - 7.2.2 根據國際自由車總會的身障自行車規則，全盲與視障運動員可搭配視力正常的領航，以協力車助力搭檔身分參賽。
- 7.3 分組
 - 7.3.1 建議於比賽當天進行預賽，以取得正確的融合運動協力車計時賽分數。
 - 7.3.2 參與正式比賽的兩位運動員 (融合夥伴與運動員) 都必須參加預賽。
 - 7.3.3 預賽應依 6.1 節「分組」之規定進行 (例如：預賽距離可為 500 公尺或 1 公里)。
- 7.4 計分
 - 7.4.1 協力車計時賽計分方式與其他計時賽相同。
- 7.5 規則
 - 7.5.1 規則應與 6.2 節「計時賽規則」所述內容相同。