

# 第二屆澳門全民運動會

## 章程

**主辦單位：**體育局

**協辦單位：**澳門田徑總會、中國澳門游泳總會 及 澳門乒乓總會

**活動日期：**2016 年 5 月 14 日及 15 日

**活動地點：**奧林匹克體育中心運動場、游泳館 及 戶外天地

**比賽項目：**田徑、游泳、乒乓球

**活動對象：**

— 6 歲或以上(2010 年或之前出生)的澳門居民；〔曾參加 2015 年及 2016 年澳門田徑總會和澳門乒乓總會舉辦的賽事、中國澳門游泳總會舉辦的游泳錦標賽（男、女子成人組除外），以及在學界賽事中曾獲得前三名的人士除外〕；

— 參加者可以個人名義或團體名義參賽。

**獎項：**

— 賽事不設個人獎項，每位參賽者完成賽事，均獲發參賽紀念獎牌。

— 田徑及游泳賽事成績最佳的 5 位參賽者，將獲發獎品以示鼓勵。

— 乒乓球賽事成績最佳的 4 位參賽者，將獲發獎品以示鼓勵。

— 最踴躍參與團體獎：為了鼓勵本澳各團體和機構積極組織人員參與活動，將頒發“最踴躍參與團體獎”予參與人數最多的團體。

**分組：**

**田徑**

a.) 男、女子兒童組 (10-12 歲，2004—2006 年出生者)\*

b.) 男、女子少年組 (13-15 歲，2001—2003 年出生者)\*

c.) 男、女子青年組 (16-19 歲，1997—2000 年出生者)

d.) 男、女子公開組

(1) 20 – 29 歲 (1987–1996 年)

(2) 30 – 39 歲 (1977–1986 年)

(3) 40 – 49 歲 (1967–1976 年)

(4) 50 – 59 歲 (1957–1966 年)

(5) 60 歲或以上 (1956 年或之前出生者)

\* 兒童組、少年組不可參加 1500 米及 3000 米賽事

## 游泳

男、女子青少年組	
a.) 6-8 歲 (2008 年－2010 年出生)	b.) 9-10 歲 (2006 年－2007 年出生)
c.) 11-12 歲 (2004 年－2005 年出生)	d.) 13-17 歲 (1999 年－2003 年出生)
e.) 18-24 歲 (1992 年－1998 年出生)	
男、女子成人組	
a.) 25-29 歲 (1987 年－1991 年出生)	b.) 30-34 歲 (1982 年－1986 年出生)
c.) 35-39 歲 (1977 年－1981 年出生)	d.) 40-44 歲 (1972 年－1976 年出生)
e.) 45-49 歲 (1967 年－1971 年出生)	f.) 50-54 歲 (1962 年－1966 年出生)
g.) 55-59 歲 (1957 年－1961 年出生)	h.) 60 歲或以上 (1956 年或之前出生者)

## 乒乓球

男、女子單打組	
a.) 8-15 歲 (2001 年－2008 年出生)	b.) 16-21 歲 (1995 年－2000 年出生)
c.) 22-35 歲 (1981 年－1994 年出生)	d.) 36-49 歲 (1967 年－1980 年出生)
e.) 50 歲或以上 (1966 年或之前出生者)	
男、女子雙打組	
a.) 8-21 歲 (1995 年－2008 年出生)	b.) 22-49 歲 (1967 年－1994 年出生)
c.) 50 歲或以上 (1966 年或之前出生者)	

## 殘疾人項目

- a.) 兒童組 (6-12 歲，2004 年－2010 年出生)
- b.) 青少年組 (13-17 歲，1999 年－2003 年出生)
- c.) 公開組 (18 歲或以上，1998 年或之前出生者)

## 報名方法：

- 1.) 填寫報名表格
- 2.) 提交身份證明文件影印本、健康證明書、近照 1 張
- 3.) 報名日期：2016 年 3 月 22 日至 4 月 15 日
- 4.) 限制：
  - a.) 每人最多可報田徑、游泳及乒乓球各 2 項比賽 (包括個人、接力、團體項目及家庭親子項目)；
  - b.) 田徑及游泳項目報名上限各 500 人，乒乓球項目上限 350 人，額滿即止；
  - c.) 殘疾人士項目不設報名限制。

5.) 報名地點：

a.) 體育局

地址：澳門羅理基博士大馬路 818 號

電話：28236363

b.) 澳門田徑總會

地址：氹仔澳門運動場地庫 GS03 室

電話：28839691

c.) 中國澳門游泳總會

地址：澳門白朗古將軍大馬路蓮峰體育中心

電話：28260755

d.) 澳門乒乓總會

地址：澳門白朗古將軍大馬路蓮峰體育中心

電話：28262979

- 報名表除了於上述報名地點索取，亦可於體育局轄下體育場館、民政總署轄下服務站及服務中心索取，此外，亦可於體育局網頁：[www.sport.gov.mo](http://www.sport.gov.mo) 下載。

### 賽事日程

日期	時間	田徑項目	游泳項目	乒乓球項目
5月14日	下午	家庭親子項目	殘疾人士項目	家庭親子項目
		開幕儀式		
	晚上	殘疾人士項目	水中健身操賽	家庭親子項目 男、女子單打
5月15日	上午	各組 1500 米、3000 米、50 米 男女子青年組及少年組跳遠	家庭親子項目 青少年組各項個人項目	殘疾人士項目 男、女子單打、雙打賽
	下午	各組 100 米、400 米、混合接力 男女子兒童組及公開組跳遠	花樣游泳表演 成人組各項個人項目	男、女子單打、雙打賽

※：將按實際報名情況作賽程調整。

### 田徑比賽規章

1. 比賽項目：

a.) 個人及團體項目

- I. 比賽項目：50 米、100 米、400 米、1500 米、3000 米、立定跳遠、100 x 100 x 200 x 400 米接力。
- II. 參賽方法：參賽者可以個人或團體為單位，按照章程規定的年齡分組報名參加比賽；接力項目自由組合，自定隊名參賽。
- III. 賽制：
  - 徑賽比賽只進行一輪比賽，以各組比賽的計時成績計算名次。
  - 立定跳遠項目中，各參賽者有三次試跳機會，以三次試跳中最佳成績排列名次。

b.) 家庭親子項目

- I. 比賽項目：障礙跑（子女參加）、火箭標槍（家長參加）、投實心球（家長參加）、立定跳遠（任一家庭成員參加）
- II. 參賽方法：以家庭為單位由家長及子女組隊參加，（其中至少一位為兒童，且年齡在 6-9 歲 2007 年至 2010 年出生者），隊名可用家長或子女的名字定名
- III. 賽制：

每隊 3-4 人參加，必須全部參加上述 4 個比賽項目，之後計算 4 個項目總分數定出優勝次序。

2. 報到檢錄：參賽者必須於比賽開始前 30 分鐘到達奧林匹克體育中心運動場室內館報到。

### 游泳比賽規章

1. 比賽項目：（於 25 米池作賽）

- a.) 個人項目：25 米自由泳、25 米仰泳、25 米蛙泳、50 米自由泳、50 米蛙泳
- b.) 家庭親子項目：
  - 家庭二至四人組 100 米自由泳接力(不分齡)
  - 親子少年組 2x25 米自由泳接力(參加者需為一名成年人與一名 6 至 10 歲兒童)
- c.) 團體項目：水中健身操（徒手或器械操均可，器械操可使用水中健身棒水中啞鈴、打水板等水中健身專用器械）

2. 游泳規則：分組計時決賽，游泳項目基本參考國際游聯規則，允許水下扶邊出發，能在本線道內不靠外物協助下安全完成全程為大原則。

3. 水中健身操評分包括以下元素：音樂(節拍、音樂感)、花式組合(變化、難度、整齊、美感)、肌肉鍛鍊(上肢，軀幹、下肢)。

4.報到檢錄：參賽者必須於比賽開始前 30 分鐘到達奧林匹克體育中心游泳館報到。

### 乒乓球比賽規章

1. 比賽項目：(於奧林匹克體育中心運動場-乒乓球室 和 戶外天地-乒乓球室作賽)

a.) 男、女子單打、雙打賽

I. 賽制：

- 單淘汰制。
- 採取 5 局 3 勝制，每局 11 分計。

b.) 家庭親子項目：

I. 比賽項目：乒乓球團體賽

II. 參賽方法：以家庭為單位由家長或子女組隊參加，(如參加的子女，年齡需在 8 歲或以上，2008 年或之前出生者)，隊名可用家長或子女的名字定名

III. 賽制：

- 每隊 2-4 人參加，比賽採取 3 局 2 勝方式，每局 11 分計。第一場單打，第二場雙打，第三場單打。

2. 規則：按國際乒聯頒布之最新乒乓球比賽規則執行。

3. 報到檢錄：參賽者必須於比賽開始前 30 分鐘到達奧林匹克體育中心運動場-乒乓球室報到。

### 殘疾人士比賽規章

田徑：

a.) 50 米、100 米跑步

b.) 80 米輪椅賽

c.) 100 米手推輪椅障礙賽 (由健全人士推輪椅使用者)

d.) 立定跳遠

e.) 急行跳遠

f.) 50 米親子二人三足賽(家長必須陪同參賽)

g.) 1500 米親子賽(家長必須陪同參賽)

游泳：

a.) 25 米自由泳、蛙泳、仰泳

b.) 25 米浮板打腿賽

c.) 25 米親子水中步行賽 (家長必須下水陪同參賽)

d.) 50 米共融接力賽 (每組共二名運動員，一名為智障人士，另一位為健全人士，共同參與)

乒乓球：

- a.) 男、女子單打、雙打賽
- b.) 家庭團體賽

**休息區：**大會於奧林匹克體育中心設置運動員休息區，內設小食及娛樂表演，參賽者可憑本人之運動員證進入。

日期：5月15日

開放時間：9:00 – 18:00

地點：奧林匹克體育中心運動場與曲棍球場之間的內走道

**開幕儀式：**第二屆澳門全民運動會的開幕儀式將於5月14日下午5:00舉行，歡迎各參賽者出席參加，凡參加進場開幕儀式的參賽者，將獲贈紀念品一份。