

中華民國 109 年全民運動會健美競賽技術手冊

壹、運動組織：

中華民國健美協會

理事長：許安進

秘書長：林宸田

電話：02-23453819

傳真：02-23455819

地址：(110) 台北市信義區信義路五段 150 巷 2 號 15 樓 1501 室

電子信箱：ctbbf2010@yahoo.com.tw

貳、競賽資訊：

一、比賽日期：109 年 10 月 18 日（星期日）至 10 月 19 日（星期一）計 2 天。

二、比賽場地：國立花蓮高級中學（花蓮縣花蓮市民權路 42 號）。

三、比賽組別及項目：各項目參賽人數不滿 5 人時取消比賽

（一）男子健美組：依體重分為八級

1. Men's Bodybuilding Up to & incl. 60 kg。
2. Men's Bodybuilding Up to & incl. 65 kg。
3. Men's Bodybuilding Up to & incl. 70 kg。
4. Men's Bodybuilding Up to & incl. 75 kg。
5. Men's Bodybuilding Up to & incl. 80 kg。
6. Men's Bodybuilding Up to & incl. 85 kg。
7. Men's Bodybuilding Up to & incl. 90 kg。
8. Men's Bodybuilding Over 90 kg。

（二）男子形體組：依照身高分為五級

1. Men's Physique Up to & incl. 166 cm。
2. Men's Physique Up to & incl. 170 cm。
3. Men's Physique Up to & incl. 174 cm。
4. Men's Physique Up to & incl. 178cm。
5. Men's Physique Over 178cm。

（三）女子形體組：依身高分為兩級

1. Women's Physique Up to & incl. 163 cm。
2. Women's Physique Over 163 cm。

（四）女子比基尼組：依身高分為兩級

1. Women's Bikini Fitness Up to and incl. 163 cm。
2. Women's Bikini Fitness Over 163 cm。

四、比賽日程預定表：大會得視情況調整賽程，請各領隊、教練隨時注意公告事項。

| 日期 | 時間 | 組別 | 活動內容 |
|--------------|-------------|-------|------|
| 10/18 (日) | 9:00~10:00 | 男、女子組 | 選手過磅 |
| | 11:00~14:00 | 男子健美組 | 預賽 |

| | | | |
|--------------|-------------|--------|-----|
| | 14:10~16:00 | 女子形體組 | 預 賽 |
| | 16:10~17:30 | 男子健美組 | 決 賽 |
| | 17:40~18:30 | 女子形體組 | 決 賽 |
| | 18:30~19:00 | 男子健美組 | 頒 獎 |
| | 19:00~19:30 | 女子形體組 | 頒 獎 |
| 10/19 (一) | 10:00~13:00 | 男子形體組 | 預 賽 |
| | 13:30~15:00 | 女子比基尼組 | 預 賽 |
| | 15:10~16:30 | 男子形體組 | 決 賽 |
| | 16:40~18:00 | 女子比基尼組 | 決 賽 |
| | 18:00~18:30 | 男子形體組 | 頒 獎 |
| | 18:30~19:00 | 女子比基尼組 | 頒 獎 |

五、參加資格：

- (一) 戶籍規定：依109年全民運動會競賽規程第五條第一款相關規定辦理。
- (二) 年齡規定：須年滿16歲以上（民國93年10月17日【含】以前出生者），未滿20歲之選手，報名時須於「選手保證暨個人資料授權同意書」請監護人簽名或蓋章。

六、報名：

- (一) 依 109 年全民運動會競賽規程第十條相關規定辦理。
- (二) 報名人數：
 1. 男子健美組八級，各單位報名以 8 人為限；形體組五級，報名以 5 人為限。
 2. 女子形體組與比基尼組各二級，各單位各組報名以 2 人為限。

七、比賽辦法：

- (一) 比賽規則：採用最新 2019 年於 U.A.E.公告之 IFBB 國際健美健身總會比賽規則。
- (二) 比賽制度：採預賽及決賽兩階段評分制，依預賽成績選出前 6 名參加決賽。
- (三) 比賽規定：
 1. 各單位每一項目至多 2 人參賽，每一選手以參加一項為限。
 2. 男子選手必須穿著乾淨無不雅之比賽規定褲，禁止穿非規定之海灘短褲或比賽褲。運動員穿著三角黑色褲之前後面與褲頭不允許有任何字樣、圖形。
 3. 女子選手必須穿著無不雅之比基尼健美衣褲。
 4. 大會熱身區僅提供簡易熱身器材，不足之器材請選手自備。若造成場地髒污將由選手自費處理，大會僅提供告知義務。
 5. 請保持現場環境、牆壁、場內桌子、椅子清潔，勿將身體比賽膚色劑沾染場地，並維持環境整潔。凡進入觀眾席者，務必穿著整齊，並不得於場內進食。若造成場地污損，請個人現場清潔、恢復，為維護場地安全，請勿逗留於場內走道。
 6. 選手應參考秩序冊或現場公告時間，依照比賽項目時間依序準備，並依照現場工作人員指示至熱身區與報到準備區等候，比賽前 15 分鐘選手須至報到處就位，若個人離開比賽會場走道經現場工作人員唱名或叫號三次未到

者，視同放棄比賽權益。

7. 參賽選手過磅時，如體重或身高與所報級別相差達二級以上（含）者取消參賽資格。
8. 為維護場地清潔，參賽選手請依照 IFBB 國際健美健身總會國際賽標準辦理，禁止使用非規定之膚色劑、嬰兒油等油脂類塗抹劑，帶隊裁判制止無效後，報請裁判長取消比賽資格。膚色劑使用不油、不掉色、無亮粉。

八、器材設備：競賽場地器材及設備，依據健美比賽規則規定辦理。

九、醫務管制：

- （一）運動禁藥檢測：依 109 年全民運動會競賽規程第十四條規定辦理。
- （二）性別檢查：必要時在競賽期間得進行性別檢查。

參、管理資訊：

一、競賽管理：在全民運動會籌備委員會指導下，由中華民國健美協會及大會競賽暨記錄組共同負責各項執行工作。

二、技術人員：

- （一）裁判人員：裁判長由全民運動會籌備處與中華民國健美協會會商聘請，裁判員由中華民國健美協會就各縣市具國家級裁判資格者中推薦，送籌備處審查聘任之。
- （二）審判委員：審判委員共 5 人（含召集人），召集人由中華民國健美協會遴派，委員由全民運動會籌備處與中華民國健美協會會商聘請，其中必須包括承辦單位至少 1 人。

三、申訴：依 109 年全民運動會競賽規程第十一條相關規定辦理。

四、獎勵：

- （一）依 109 年全民運動會競賽規程第八條相關規定辦理。
- （二）各項比賽於決賽後立即頒獎，接受頒獎者必須穿著該縣市代表隊制服。

肆、會議：

- 一、技術會議：109 年 10 月 17 日（星期六）下午 2 時 00 分，於國立花蓮高級中學（花蓮縣花蓮市民權路 42 號）會議室舉行。
- 二、裁判會議：109 年 10 月 17 日（星期六）下午 3 時 00 分，於國立花蓮高級中學（花蓮縣花蓮市民權路 42 號）會議室舉行。