

2024 第 21 屆全國常青田徑國際錦標賽

競賽規程

- 一、主旨：配合『體育運動政策白皮書』倡導全民運動，推廣 2025 世界壯年運動會，『運動久久，健康久久』強健體魄，自我挑戰、超越巔峰，『活到老，動到老』展現銀髮組健康活力的運動賽會，提昇常青田徑運動水準及精神生活，促進國際常青田徑交流。暨『選拔 2024 世界盃常青田徑錦標賽中華台北代表隊』。
- 二、主辦單位：中華民國常青田徑協會
- 三、協辦單位：臺北市政府體育局、臺北市體育總會田徑協會
- 四、競賽日期：2024 年 4 月 27~28 日(星期六、日)
- 五、競賽地點：臺北市立田徑場 (臺北市松山區敦化北路 3 號)
- 六、參賽資格：有興趣田徑運動，年滿 18 歲以上之國內、外男女民眾。
- 七、年齡組別：如下表

1、男子組、女子組

組別	出生年月日	組別	出生年月日
24-歲組	2006 年 04 月 27 日-1999 年 04 月 26 日	25 歲組	1999 年 04 月 27 日-1994 年 04 月 26 日
30 歲組	1994 年 04 月 27 日-1989 年 04 月 26 日	35 歲組	1989 年 04 月 27 日-1984 年 04 月 26 日
40 歲組	1984 年 04 月 27 日-1979 年 04 月 26 日	45 歲組	1979 年 04 月 27 日-1974 年 04 月 26 日
50 歲組	1974 年 04 月 27 日-1969 年 04 月 26 日	55 歲組	1969 年 04 月 27 日-1964 年 04 月 26 日
60 歲組	1964 年 04 月 27 日-1959 年 04 月 26 日	65 歲組	1959 年 04 月 27 日-1954 年 04 月 26 日
70 歲組	1954 年 04 月 27 日-1949 年 04 月 26 日	75 歲組	1949 年 04 月 27 日-1944 年 04 月 26 日
80 歲組	1944 年 04 月 27 日-1939 年 04 月 26 日	85 歲組	1939 年 04 月 27 日-1934 年 04 月 26 日
90 歲組	1934 年 04 月 27 日-1929 年 04 月 26 日	95 歲組	1929 年 04 月 27 日-1924 年 04 月 26 日
100 歲組	1924 年 04 月 27 日以前出生者	備註	與日本同步試辦前三組，為預備會員組 (亞洲、世界規定皆為 35 歲組開始)

八、本競賽依據世界及亞洲常青總會訂定之，競賽項目如下：

組別	項目	田 賽
男子組	100M、200M、400M、800M、1500M、5000M、10000M、4X100M 接力、4X400M 接力、80MH(70 歲至 80 歲組)、100MH(50 歲至 65 歲組)、110MH(25 歲至 45 歲組)、300MH(60 歲至 80 歲組)、400MH(25 歲至 55 歲組) 3000M 障礙(35 歲組至 55 歲組)、2000M 障礙(60 歲以上)5000M 競走	跳高、跳遠、三級跳遠、撐竿跳高、鉛球、鐵餅、鏈球、標槍
女子組	100M、200M、400M、800M、1500M、5000M、10000M、4X100 接力、4X400M 接力、80MH(40 歲至 70 歲組)、100MH(25 歲至 35 歲組)、300MH(50 歲至 70 歲組)、400MH(25 歲至 45 歲組)2000M 障礙 5000M 競走	跳高、跳遠、三級跳遠、撐竿跳高、鉛球、鐵餅、鏈球、標槍

接力男女混和接力 4X400 項目。

九、競賽規定：

1. 徑賽項目原則上以計時決賽決定名次，田賽遠度項目以最新規則辦理。
2. 田賽比賽，採預賽試擲三次，決賽取預賽前八名，再試擲三次。不足八人每人皆有六次試擲機會。如比賽時間已延遲，將不開放練習直接比賽。
3. 運動員檢錄時，需有本會發給之號碼布（上附照片、單位、姓名、報名項目），並請於號碼布『身體健康同意出賽』欄親自簽名（未簽名者，將不得出賽），別針需四角固定於胸前及背後（跳部得擇一）參加檢錄。如號碼布遺失得申請補發，酌收工本費 100 元整（因補發延誤而無法比賽，須自行負責）。
4. 接力項目：凡本賽次有號碼布者，可於賽前二小時至競賽組報名、繳費完成。男女組別可跨隊、跨年齡組隊（不得重複報名兩隊），以四人中最年輕者為報名參賽組別，選手四人須為男子或女子選手參加。混和接力順序男女男女。接力項目不列入團體錦標積分。
5. 競賽程序及時間按照技術手冊之編排進行，如有變更隨時由大會公佈。

十、器材規定

1. 欄架規定

規 格		距離	欄高	起點至第一欄距離	欄間距	最後欄至終點距離	欄架數
女 子 組	18 歲至 35 歲組	100M	0.840M	13.00M	8.5M	10.5M	10
	40 歲至 45 歲組	80M	0.762M	12.00M	8.0M	12.00M	8
	50 歲至 55 歲組	80M	0.762M	12.00M	7.0M	19.00M	8
	60 歲組以上	80M	0.686M	12.00M	7.0M	19.00M	8
	18 歲至 45 歲組	400M	0.762M	45.00M	35.00M	40.00M	10
	50 歲至 55 歲組	300M	0.762M	50.00M	35.00M	40.00M	7
	60 歲至 65 歲組	300M	0.686M	50.00M	35.00M	40.00M	7
	70 歲組以上	200M	0.686M	20.00M	35.00M	40.00M	5
	18 歲組以上	2000M	0.762M	18 barriers &		per IAAF	
男 子 組	18 歲至 45 歲組	110M	0.991M	13.72M	9.14M	14.02M	10
	50 歲至 55 歲組	100M	0.914M	13.00M	8.50M	10.50M	10
	60 歲至 65 歲組	100M	0.840M	12.00M	8.00M	16.00M	10
	70 歲至 75 歲組	80M	0.762M	12.00M	7.00M	19.00M	8
	80 歲組以上	80M	0.686M	12.00M	7.00M	19.00M	8
	18 歲至 45 歲組	400M	0.914M	45.00M	35.00M	40.00M	10
	50 歲至 55 歲組	400M	0.840M	45.00M	35.00M	40.00M	10
	60 歲至 75 歲組	300M	0.762M	50.00M	35.00M	40.00M	7
	80 歲組以上	200M	0.686M	20.00M	35.00M	40.00M	5
	18 歲組至 55 歲組	3000M	0.914M	28 barriers &		Per IAAF	
60 歲組以上	2000M	0.762M	18 barriers &		per IAAF		

備註：承辦縣市如無特殊規格之 0.686M 欄架，則將用現有器材，最低 0.762M 欄架高度比賽。

2. 器材規定

規 格		標 槍	鐵 餅	鉛 球	鏈 球
女子組	25 歲至 45 歲組	600G	1KG	4KG	4KG
	50 歲組 55 歲組	500G	1KG	3KG	3KG
	60 歲組 75 歲組	500G	1KG	3KG	3KG
	80 歲以上	400G	0.75KG	2KG	2KG
男子組	25 歲至 45 歲組	800G	2KG	7.26KG	7.26KG
	50 歲至 55 歲組	700G	1.5KG	6KG	6KG
	60 歲至 65 歲組	600G	1KG	5KG	5KG
	70 歲至 75 歲組	500G	1KG	4KG	4KG
	80 歲組以上	400G	1KG	3KG	3KG

十一、報名手續：不開放個人報名，請尋找各縣市、團體聯絡人報名或委由協會代為報名。

每一運動員可報名多項(單項至多六項，不含接力)

(一) 報名日期、方式：自 113 年 02 月 26 日(一)起至 03 月 15 日(五)下午 12:00 止。

報名請至協會網站 www.ctma.tw 完成報名(請自行檢查，錯誤自行負責)。網路報名後，將完成報名表列印出二份簽章後，請一份自行留存，如有報名問題，於技術會議提出證明用；另一份報名總表連同繳費收據證明及非會員保證書，03 月 18 日(一)前郵寄 510-43 彰化縣員林市明德街 43 號，中華民國常青田徑協會 收，或是拍照、掃描 MAIL 至協會 MAIL：ctma.tf@gmail.com 完成報名。無現場報名(團體接力除外)。

(二) 注意事項：

- 請依報名系統輸入身份證字號、姓名、生日、參加項目、並上傳照片(會員可輸入身分證字號及生日匯入)，系統將自動產生保證書於號碼布，需本人親自簽名。
- 本國非會員選手報名時，請繳交選手保證書，需張貼身份證、健保卡、駕照三擇一正面影本，外國選手報名時請附護照影本，另繳交照片一張，以便資格(組別)審核及製作號碼布。
- 報名費：111 年第 4 屆 12 次理監事會議通過調整

選手資格	非會員 註冊費	第一項	每增一項	接力 (隊)	3 Mar /18~22 延遲報名
會員	免收	450	250	1000	統一由協會代報 每人加收 200 元 延遲報名手續費
非會員	300				
國外選手	300	650	350	1400	

※秩序冊每 5 人分發一本，如有不足請自行加購，每本 100 元。(網站會提供下載)

- 請先行報名完成，依報名總表顯示費用於 3/11~15 使用匯款繳交報名費用。

※匯款資料-(協會行政組長 張文豪) *3/18未完成繳費者，加收200元延遲報名費

銀行：兆豐銀行(017)員林分行 帳號：032-10-47328-4 戶名：張文豪

請匯款後，至報名系統填寫匯款日期、時間、帳號、金額。正本自行留存。

5. 將提供每位選手紀念衫、號碼布(結合選手證、保證書)、礦泉水。
6. 大會依體育署規範，投保300萬公共意外險。參賽者因為個人身體因素(運動傷害)，不屬於公共意外，故不在理賠範圍。
領隊、教練、選手如自認為保險不足，請自行加保相關活動、旅行平安、運動險。
7. 報名後，如因故未能參賽者，請於3/22前提出，因物資已製作，扣除費用400元，報到時退款剩餘金額。3/23之後提出者，因物資及工作人員、賽程皆已安排，不再退費。參賽者物資，將請單位報名人領回轉發，個人報名者將自費郵寄寄出。
8. 因應個人資料保護法施行，『所填報名參加本賽事之個人資料，僅供本賽事相關用途使用，不得移做其他用途』。
9. 本會受理性騷擾申訴之管道如下：

電話:0912-961360、傳真:04-8363495、電子信箱:ctma.tf@gmail.com

十二、報到時間：(臺北市立田徑場 台北市敦化北路三號)

- (一) 報到時間：113年04月26日 下午13:30至17:00。地點：田徑場大廳。
- (二) 技術會議：臺北市立田徑場會議室14:00。
- (三) 籌備委員執行會議：臺北市立田徑場會議室15:00。
- (四) 裁判會議：臺北市立田徑場會議室17:00。

十三、獎勵：

(一)各項競賽不分國內及國際組，將合併比賽。

錄取前三名頒發獎牌，請賽後立即至頒獎台頒發獎牌(閉幕後，未領取不予補發)。

錄取前八名頒發獎狀，請賽後40分鐘至獎品組領取(閉幕後，未領取不予補發郵寄)。

(二)團體錦標分男子組及女子組各錄取前六名頒發獎盃(匾)，以資鼓勵。計分方式：

人數	依名次給分	人數	依名次給分
8人(含)	9.7.6.5.4.3.2.1分	7人(含)	8.6.5.4.3.2.1分
6人(含)	7.5.4.3.2.1分	5人(含)	6.4.3.2.1分
4人(含)	5.3.2.1分	3人(含)	4.2.1分
2人(含)	3.1分	1人(含)	2分

接力項目不列入團體錦標計分(因跨組及跨隊組隊參加比賽)

十四、申訴：

- (一)競賽爭議：1. 在規則上有明文規定或同等意義之註明者，須以裁判員之判決為準。
2. 有關競賽上所發生之問題，得至終點以口頭向裁判長申訴；若對裁判長的裁決尚有異議時，再依照本規程之規定在紀錄組成績公佈後三十分鐘內，以書面申訴書向大會競賽組提出申訴。
- (二)申訴程序：應由單位領隊或教練簽字以技術手冊最後申訴書，書面向大會競賽組正式提出，並以仲裁委員的判決為終決，提出申請書同時須先繳交保證金新台幣 3,000 元，若被仲裁委員會議決不成立時，得沒收保證金充作大會經費；成立將退還保證金。
- (三)資格認定：若選手資格有疑問時，選手須備身分證(駕照、健保卡)或護照以備查驗。申訴需在檢錄結束前向競賽組提出，並儘可能提供相關證據資料。
- (四)比賽進行中，各單位領隊、教練、管理及運動員，不得當場質詢裁判員。

十五、其他：

- (一)防疫措施，依照比賽日期間，主辦場地政府規範執行。
- (二)參賽運動員，賽前應確認自身身體狀況，可應付比賽強度，並於選手號碼布上，簽名確認參加檢錄，未簽名同意者，不得參加檢錄比賽。參賽運動員，如在競賽期間發生意外事件時應自行負責，患有心臟病或高血壓、不適合報名項目者，請勿報名參加。
- (三)參加各項運動競賽前，身體不舒服者，請勿出場競賽。競賽中身體不適者，應即刻停止競賽。如賽中裁判認定無法比賽，得服從裁判員之指導停止比賽、下場休息。高齡參賽者，應派人(家屬、領隊、教練、隊員)隨行照料。
- (四)各項目比賽用鞋鞋底厚度規範，依照田徑協會公告規範執行。
https://www.athletics.org.tw/public/news_data.aspx?id=1854
檢錄前須至檢錄處旁，檢測鞋底厚度。並貼標籤始可參賽。
- (五)除接力外，不得跨隊參賽。若有跨隊報名者，應擇一單位參加，且報名費概不退還。
- (六)為避免長跑項目造成比賽延誤，經大會籌備會訂定完賽時間。5000M 限時 40 分鐘，10000M 限時 75 分鐘。未於限定時間完賽將沒收比賽，只給予名次不給予成績。
- (七)大會有權將此項比賽之錄影、相片及成績於世界各地播放、展出、登錄於本賽會網站與刊物上暨參賽者同意肖像與成績，用於相關比賽之宣傳與播放活動上。

十六、依據本會 2024 年度計畫辦理，分別函報核准文號，

教育部體育署臺教體署全(三)字第 號函、

臺北市政府體育局 字第 號函核備辦理。

鞋底厚度表（依最新田徑規則執行）

賽事項目	鞋底最大厚度 (如規則 5.5，注釋(i)、 (ii)、(iii)，規則 5.5 之圖 形(a)、(b)以及規則 5.13.3)	規則要求細項
田賽項目 (除了三級跳遠)	20mm	適用於除了三級跳遠之外的所有擲部、跳部項目。就所有的田賽項目而言，選手前腳掌之中心點之鞋底不可高於選手腳跟之中心點之鞋底高度。
三級跳遠	25mm	選手前腳掌之中心點之鞋底不可高於選手腳跟之中心點之鞋底高度。
徑賽 (800M 以下，包括欄架項目， 但不含 800M)	20mm	此規則同樣適用於各棒次距離等同規則距離之接力項目。 (200M 徑賽跑鞋厚度規定等同於4x200 接力賽事跑鞋厚度)。
徑賽 (800M 以上，包括障礙 賽項目，含 800M)	25mm	此規則同樣適用於各棒次距離等同規則距離之接力項目。 對於競走項目，鞋底最大厚度等同於公路項目之規定。
越野賽事項目	25mm	
公路項目 (路跑與競走項目)	40mm	
技術規則第 57 條之項目	任何厚度皆可	

註：

1. 2020-2021 田徑規則第 5.5 條相關鞋底厚度依上表最新規範修訂
2. 2020-2021 田徑規則第 5.13.3 條規定廢除

協會聯絡方式

協會網址 www.ctma.tw 	協會 FB 	協會 LINE@ ID @jww9443g 	連絡電話 張文維 秘書長 0912-961360 張灶生 副秘書長 0933-505908
--	--	---	---

各縣市地區聯絡人資料

編	姓名	地區	LINE	手機
1	張日隆	宜蘭縣市	0910934848	0910-934848
2	劉哲宏	宜蘭縣	a0913173998	0913-173998
3	高澄三	台北市	0919868039	0919-868039
4	呂東萬	新北市	0937425978	0937-425978
5	吳漢城	桃園市	0907049524	0907-049524 03-4994540
6	林文玲	新竹縣市	mediterranean-sun	03-5712121 分機 50904
7	陳冠銘	苗栗縣	qbreaking	0952-119497
8	阮耀昌	台中市		0931-629400
9	劉保旻	台中市		0976-591739
10	蔡貴香	台中市	0933518770	0933-518770
11	周忠源	南投縣	0978811948	0978-811948
12	張文菁	彰化縣	0911982907	0911-982907
13	蘇嘉涵	雲林縣	0978078356	0978-078356
14	黃啟峰	嘉義縣市	0910766618	0910-766618
15	涂添貴	台南市	0932828087	0932-828087
16	張耀仁	高雄市	0931172737	0928-762006
17	李美瑤	高雄市	0929020249	0929-020249
18	許美嬌	屏東縣市	e125113love	0935-854813
19	鄭進三	台東市	0939711226	0939-711226
20	孟明廣	花蓮縣	938752767	0938-752767
21	葛三郎	花蓮縣	0912524563	0912-524563
22	李榮華	澎湖縣	069264715	0919-760946
23	楊志勇	金門縣		0912-769707

編號	姓名	地區	當地連絡電話	E-MAIL
24	謝華秀	香港	94999385	cecitse888@yahoo.com.hk
25	Jason	新加坡	+6594884965	blazethetrack@gmail.com