

第二十三屆松竹梅游泳邀請賽

活動簡章



中華民國 111 年 12 月 3 日

目錄

壹、目標宗旨	3
貳、比賽簡介	5
一. 比賽時間	5
二. 比賽地點	5
三. 指導單位	5
四. 主辦單位	5
五. 協辦單位	5
六. 歷屆參與學校	5
七. 比賽項目	6
八. 報名時間	6
九. 報名方式	7
十. 報名須知	7
十一. 計分方法	7
十二. 獎勵	8
十三. 聯絡方式	8
十四. 賽程表	9
參、防疫作業要點	11

壹、目標宗旨

在全國大專院校一般組游泳隊所參與的比賽中，除了各校努力練習準備的一年一度的全國大專院校運動會之外，另一個各校爭相競技的舞台，便是由民國八十七年起，由國立陽明交通大學、國立清華大學以及國立中央大學三所學校的游泳隊所輪流主辦的「全國松竹梅游泳邀請賽」。參與的學校從剛開始的少數幾所，到現在二十幾所大專院校皆積極參與。我們希望可以藉由這個機會，推廣游泳這項運動，進而有效的提升全國游泳運動風氣。

而松竹梅游泳邀請賽除了提供比賽經驗較少的一般組學生一個參賽的機會，也讓各選手能在全國大專院校運動會前，能夠省視至今的自我成長。我們提供各校選手一個展現自己舞台，更勉勵各位選手在這樣的一個比賽中磨練自己並有所成長。期望可以藉由這個機會找到自己的需要加強之處，並在下次的大型比賽前可以更有效的提升自己的實力。正因如此，選手們對於比賽的要求越來越高，而敝泳隊也將盡全力為選手們舉辦一個能夠與之相符的競賽。

我們背負著這個責任及使命，全力籌備一個更加完善的比賽，並盡己所能地提供更接近全國大專院校運動會水準的比賽制度以及計時設備，以期能夠延續這個重要且富有意義的比賽。

相較於敝泳隊本身的堅持及努力，我們更需要來自各方的支持以及建議。因此我們也誠摯地邀請各方的有力人士，與我們一同籌辦這次的松竹梅游泳邀請賽，並希望各位能夠針對此次競賽相關之費用酌予補助，或是給予我們寶貴的建議以及指導，讓這個比賽得以傳承下去。



第二十三屆 全國松竹梅邀請賽

核心宗旨

1. 三校合作，培養團隊合作的精神
2. 提供一個合適的舞台，讓選手磨練實力
3. 培養創新思考、解決問題、表達等重要能力
4. 給予各選手觀摩其他選手的機會，藉此自我砥礪
5. 藉由舉辦游泳邀請賽提倡全國游泳運動的風氣

貳、比賽簡介

一. 比賽時間

民國 111 年 12 月 3 日（六）

二. 比賽地點

中華大學游泳池 (新竹市香山區五福路二段 707 號)

三. 指導單位

國立陽明交通大學體育室

四. 主辦單位

國立陽明交通大學游泳隊

五. 協辦單位

國立清華大學游泳隊、國立中央大學游泳隊

六. 歷屆參與學校

國立陽明交通大學	國立台北大學	逢甲大學	文化大學
國立清華大學	嘉南藥理大學	義守大學	中華醫事科技大學
國立中央大學	國立海洋大學	靜宜大學	國立雲林科技大學
中華大學	國立中山大學	淡江大學	國立台灣科技大學
國立台灣大學	臺北醫學大學	東海大學	國立師範大學
國立成功大學	中央警察大學	東吳大學	國立台北科技大學
國立政治大學	元培科技大學	中原大學	台北海洋技術學院
國立中正大學	明志科技大學	輔仁大學	中山醫學大學
國立嘉義大學	國立中興大學	銘傳大學	新生醫護管理專科學校

七. 比賽項目

1. 個人單項（分為男子組和女子組）

- | | |
|------------|-------------|
| 1) 五十公尺自由式 | 8) 五十公尺蝶式 |
| 2) 一百公尺自由式 | 9) 一百公尺蝶式 |
| 3) 兩百公尺自由式 | 10) 兩百公尺蝶式 |
| 4) 四百公尺自由式 | 11) 五十公尺仰式 |
| 5) 五十公尺蛙式 | 12) 一百公尺仰式 |
| 6) 一百公尺蛙式 | 13) 兩百公尺仰式 |
| 7) 二百公尺蛙式 | 14) 兩百公尺混合式 |

2. 團體項目（分為男子組和女子組）

- 1) 4X100 公尺混合式接力
- 2) 4X100 公尺自由式接力
- 3) 10X50 公尺大隊接力（男女混合）

3. 表演賽：

參賽學校之校友、體育資優生、體育保送生、體育系學生或合乎大專運動會公開組規定之選手皆可參加各項比賽，但不列入計算，視同表演賽。

八. 報名時間

即日起至 11 月 5 日

九. 報名方式

1. 下載連結中的**兩份** excel 檔，並依各校需求填妥。
([參賽單位資料](#)、[報名表](#))
2. 請各隊負責人收集選手照片（一位選手需提供一張大頭照）。檔名為**選手姓名**，將照片以及**兩份 excel** 檔收集成一個資料夾，以 .zip 或 .rar 壓縮檔回傳 email。
3. 完成匯款：報名費一般組為 400 元、表演組為 250 元。
請將**匯款收據**連同以上資料回傳email。
戶名：鄭函以 中華郵政 700 郵局帳號 0021472 0292477
4. 將以上檔案寄至melissa.c@nycu.edu.tw，並等待回復，收到確認信表示報名成功。

十. 報名須知

1. 個人項每人限報 2 項
2. 個人項各校限報 6 人
3. 個人項 400 自一校最多 2 人
4. 每校接力男女各限報一隊（400 自接、400 混接）
5. 大隊接力每校不限男女限報一隊

十一. 計分方法

1. 個人單項前八名依九、七、六、五、四、三、二、一分記之。
2. 團體項目以單項兩倍分數記之（大隊接力不列入計算）。
3. 參賽學校之校友、體育資優生、體育保送生、體育系學生或合乎大專運動會公開組規定之選手不列入其單位總成績及排名，亦不頒發獎狀獎牌。

十二. 獎勵

1. 每項取前八名頒發獎狀，前三名加頒發獎牌。
2. 團體項目前三名頒發獎狀獎牌。
3. 依照計分方法，累計個人單項及團體積分後（男女組分開計算），頒發男子組、女子組精神總錦標。
4. 大隊接力前三名頒發錦旗及獎狀。
5. 破紀錄選手由大會頒發破紀錄獎品。

十三. 聯絡方式

鄭函以 電話：0983-326-856

E-mail： melissa.c@nycu.edu.tw

林育陞 電話：0928-636-252

E-mail： a0972789389@gmail.com

十四. 賽程表

項次	時間	項目
	6:00~7:45	泳池開放熱身
	7:00	各校報到
	7:30	領隊會議
	7:45	清場、檢錄
	8:00	開始比賽
1	08:00~08:20	女子兩百公尺自由式
2	08:20~08:40	男子兩百公尺自由式
3	08:40~08:55	女子二百公尺蝶式
4	08:55~09:10	男子二百公尺蝶式
5	09:10~09:25	女子一百公尺蛙式
6	09:25~09:40	男子一百公尺蛙式
7	09:40~9:55	女子一百公尺仰式
8	09:55~10:10	男子一百公尺仰式
9	10:10~10:20	女子五十公尺蝶式
10	10:20~10:30	男子五十公尺蝶式
11	10:30~10:50	女子二百公尺混合式
12	10:50~11:10	男子二百公尺混合式
13	11:10~11:20	女子一百公尺自由式
14	11:20~11:30	男子一百公尺自由式
15	11:30~12:00	女子四百公尺混合式接力
16	12:00~12:30	男子四百公尺混和式接力

下午 13:20 開始檢錄 13:30 開始比賽

17	13:30~14:00	女子四百公尺自由式
18	14:00~14:30	男子四百公尺自由式
19	14:30~14:45	女子一百公尺蝶式
20	14:45~15:00	男子一百公尺蝶式
21	15:00~15:15	女子二百公尺蛙式
22	15:15~15:30	男子二百公尺蛙式
23	15:30~15:45	女子五十公尺仰式
24	15:45~16:00	男子五十公尺仰式
25	16:00~16:15	女子五十公尺自由式
26	16:15~16:30	男子五十公尺自由式
27	16:30~16:45	女子五十公尺蛙式
28	16:45~17:00	男子五十公尺蛙式
29	17:00~17:20	女子兩百公尺仰式
30	17:20~17:40	男子兩百公尺仰式
31	17:40~18:10	女子四百公尺自由式接力
32	18:10~18:40	男子四百公尺自由式接力
33	18:40~19:00	大隊接力

參、防疫作業要點

一、防疫規範

(一) 賽會舉辦前

1. 於賽會網站公告防疫相關訊息，供所有參與人員配合。
2. 於召開技術、領隊、教練會議時，請與會代表向所屬參加人員加強宣導，做好個人防護措施，並隨時保持社交距離。
3. 賽前有發燒（額溫 $\geq 37.5^{\circ}\text{C}$ 、耳溫 $\geq 38^{\circ}\text{C}$ ）、急性呼吸道感染症或腹瀉等相關症狀者禁止入場比賽。
4. 落實賽會舉辦場館環境清潔及消毒工作。
5. 集會活動場所應備有充足的洗手設施（如肥皂、乾洗手液或洗手乳等），並預先規劃適當隔離或安置空間。如為室內集會活動則需確認環境之空氣流通狀態。
6. 備置額溫槍（耳溫槍）、口罩、酒精等，供防疫使用。
7. 請各競賽單位務必叮嚀選手，做好環境衛生、保持社交距離，時常清潔手部以及全程佩戴口罩。

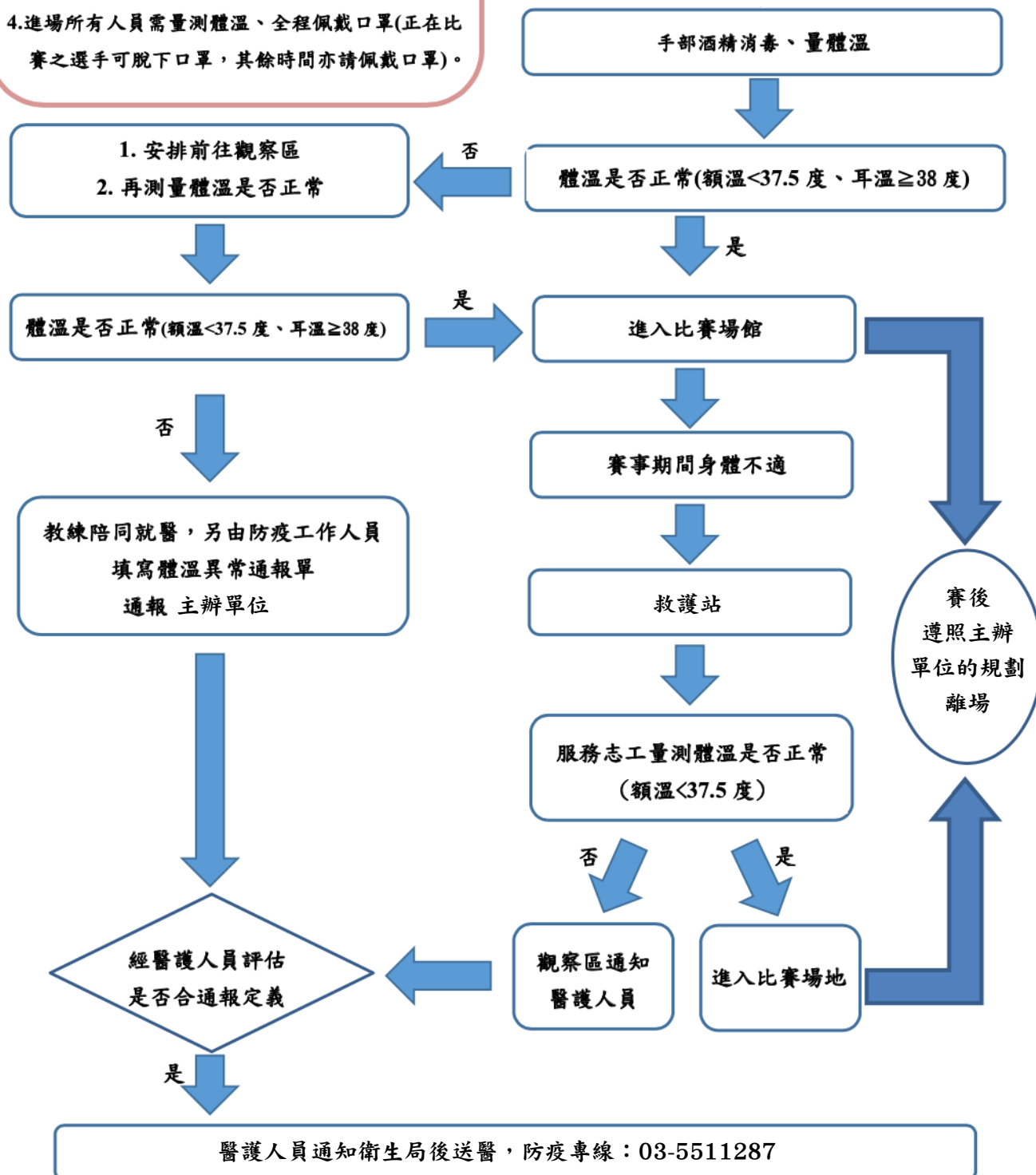
(二) 賽會舉辦期間

1. 所有人進入場館前，需先量測體溫、雙手消毒並且確實佩戴口罩，始能進入。
2. 如有額溫高於 37.5 度、耳溫高於 38 度者，待休息 5 分鐘後再次量測。如果仍未符合體溫標準者，大會將禁止該人員進入場館。
3. 除了正在比賽之選手，其餘人員需全程佩戴口罩、配合量測體溫，若發現有體溫異常時，應即禁止入場，並勸導就醫。
4. 人員於水中或未佩戴口罩期間應避免交談，且避免於場域吐水或清痰等易造成飛沫傳染之行為。
5. 人員應於熱身及比賽的下水前以及游泳結束後立即戴上口罩，盡可能減少未戴口罩時間，並儘速更衣離場。
6. 賽事結束後將進行舉辦場館環境清潔，針對現場人員經常接觸之表面（如地面、桌椅等經常接觸之任何表面）進行清潔。
7. 備置額溫槍（耳溫槍）、口罩，以供緊急醫療及保健使用。
8. 本賽事應符合中央流行疫情指揮中心規定，所有符合居家檢疫、居家隔離未解除者、自主健康管理未解除者，一律不得參與本賽事。

二、防疫作業流程圖

備註：

1. 禁止有發燒(額溫 ≥ 37.5 度、耳溫 ≥ 38.0 度)或急性呼吸道感染者入場，若有相關症狀請盡速就醫。
2. 入口處安排專人量測體溫及手部酒精消毒。
3. 活動場域內提供洗手設備，肥皂或乾洗手液。
4. 進場所有人員需量測體溫、全程佩戴口罩(正在比賽之選手可脫下口罩，其餘時間亦請佩戴口罩)。



三、各參賽單位應加強提醒所有人員:

- (一) 勤量體溫、勤洗手；減少觸摸眼、口、鼻等行為。
- (二) 出入各場所，應佩戴口罩。
- (三) 出現呼吸道症狀時，應立即進行回報。

四、競賽場地防疫物資及器材:

- (一) 體溫量測設備：額溫槍或耳溫槍或紅外線測溫儀。
- (二) 體溫標示物資：識別貼紙或印章。
- (三) 個人衛生設備：
 - 1. 75%酒精、噴瓶。
 - 2. 洗手乳或肥皂等。
 - 3. 口罩。(僅供臨時狀況之需)
- (四) 環境衛生物資：消毒水、抹布、盛水容器等。
- (五) 防疫宣導：由大會不定時口頭提醒。

五、各要點依現行防疫政策調整