

新北市立新泰國民中學班際大隊接力比賽規則

108.07.22

1. 接力比賽 16 人×100 公尺，每隊報名至多 24 人，男女生各 8 人，每人跑 100 公尺，女生須完成前 8 棒次，9~16 棒次始可安排男生。參賽班級服裝著學校運動服或班服（全班必須一致）。跑鞋一律為平底運動鞋，不得有顆粒，且不得赤足參加比賽。
2. 接力區為 20 公尺。只有在接力區內，才能進行起跑、助跑、接力棒傳接。每一接力區的起跑準備位置，為接力區入口線。
3. 在跑道進行之比賽，前二棒為分道比賽（選手在彎道跑道時，若踩內線，則每次加總時間 5 秒），但第二棒選手通過搶道線後即可不再分道。
4. 第三棒之接棒選手順序，應在接力區裁判指揮下，依檢錄單上之道次順序排列，第四棒(含)以後之接棒順序，則依前一棒跑出接力區之先後順序，由內到外排列接棒順序。接棒選手不可改變在接力區起點處原來排列的順序（違反此規定每隊加總時間 5 秒）。
5. 在比賽過程中，接力棒必須拿在手上。若掉棒時，必須由掉棒者拾回。掉棒選手可以離開自己的跑道去拾棒，但不可由此而減少應跑距離，也不可因此而妨礙其他跑道選手。
6. 接力棒的傳接，開始於接力棒傳交於次一接棒者手中為完成。選手不可穿戴手套或在手中放置物質，以獲得較佳接棒抓力。在接力區內的判定是根據接力棒的位置，而不是根據選手的身體位置（如在接力區外傳接棒，違反此規定每隊加總時間 5 秒）。
7. 選手在接棒之前和傳棒之後，應留在各自跑道或接力區內，直到跑道通暢，以免阻擋其他選手。若離開自己的位置或跑道，以致妨礙他隊選手進行比賽時，每隊加總時間 5 秒。
8. 不得用手推動或用其他方法（如場外陪跑）來協助選手跑速。
9. 比賽判決方式：採抽籤分組，計時決賽制，取前七名。
10. 接力隊的正確棒次應於檢錄區正式提出。
11. 參賽選手需於表定時間至檢錄區進行檢錄。
12. 違反運動道德者，該班級則取消資格。
13. 起跑犯規第一次口頭警告，第二次犯規則該選手取消資格，應立即替換。