

# 田徑競賽規則 (2014 - 2015 年度)

繁體中文版

香港業餘田徑總會技術裁判委員會發佈

2014 年 9 月



香港業餘田徑總會  
Hong Kong Amateur Athletic Association

<b>第五章 技術規則</b>	<b>5</b>
第 100 條 總 則	5
<b>第一節 官 員</b>	<b>5</b>
第 110 條 國際官員	5
第 111 條 組織代表	6
第 112 條 技術代表	7
第 113 條 醫務代表	8
第 114 條 興奮劑檢查代表	8
第 115 條 國際技術官員 ITOs 和國際越野、路跑、山地跑官員 ICROs	8
第 116 條 國際競走裁判員	9
第 117 條 國際公路賽丈量員	9
第 118 條 國際發令員和國際終點攝影裁判員	10
第 119 條 仲裁組	10
第 120 條 運動會工作人員	11
第 121 條 競賽主任 Competition Director	13
第 122 條 賽事主管 Meeting Manager	14
第 123 條 技術主管 Technical Manager	14
第 124 條 比賽展示主管 Event Presentation Manager	14
第 125 條 裁判長 Referees	15
第 126 條 裁判員 Judges	17
第 127 條 檢查員 (跑和競走項目) Umpires	18
第 128 條 計時員, 終點攝影裁判員和感應計時裁判員 Timekeepers, Photo Finish Judges and Transponder Timing Judges	18
第 129 條 發令協調員、發令員和召回發令員 Start Coordinator, Starter and Recalls	19
第 130 條 助理發令員 Starter's Assistants	21
第 131 條 記圈員 Lap Scorers	21
第 132 條 競賽秘書和技術信息中心 Competition Secretary, Technical Information Centre (TIC)	22
第 133 條 比賽場地指揮員 Marshal	22
第 134 條 宣告員 Announcer	23
第 135 條 場地測量員 Official Surveyor	23
第 136 條 風速測量員 Wind Gauge Operator	23
第 137 條 (電子) 測量裁判員 Measurement Judge (Scientific)	24
第 138 條 檢錄裁判員 Call Room Judges	24
第 139 條 廣告管理專員 Advertising Commissioner	25
<b>第二節 比賽通則</b>	<b>26</b>
第 140 條 田徑場地	26
第 141 條 年齡和性別分類	27
第 142 條 報 名	28
第 143 條 服裝、鞋和號碼	30
第 144 條 對運動員提供幫助	32
第 145 條 取消比賽資格	34
第 146 條 抗議和上訴	35
第 147 條 男女混合比賽	38
第 148 條 測 量	39

第 149 條	成績的有效性	39
第 150 條	錄影	40
第 151 條	計分	40
<b>第三節</b>	<b>徑賽項目</b>	<b>41</b>
第 160 條	跑道測量	41
第 161 條	起跑器	42
第 162 條	起跑	44
第 163 條	徑賽	49
第 164 條	終點	52
第 165 條	計時和終點攝影	53
第 166 條	徑賽項目的運動員排序、抽籤和錄取	59
第 167 條	成績相等	66
第 168 條	跨欄跑	67
第 169 條	障礙賽跑	70
第 170 條	接力賽跑	73
<b>第四節</b>	<b>田賽項目</b>	<b>78</b>
第 180 條	總則 - 田賽項目	78
<b>A.</b>	<b>高度跳躍項目</b>	<b>85</b>
第 181 條	通則 - 高度跳躍項目	85
第 182 條	跳高	90
第 183 條	撐竿跳高	93
<b>B.</b>	<b>遠度跳躍項目</b>	<b>99</b>
第 184 條	通則 - 遠度跳躍項目	99
第 185 條	跳遠	102
第 186 條	三級跳遠	103
<b>C.</b>	<b>投擲項目</b>	<b>105</b>
第 187 條	通則 - 投擲項目	105
第 188 條	推鉛球	113
第 189 條	擲鐵餅	115
第 190 條	擲鐵護籠	117
第 191 條	擲鏈球	120
第 192 條	鏈球護籠	123
第 193 條	擲標槍	128
<b>第五節</b>	<b>全能比賽</b>	<b>134</b>
第 200 條	全能比賽	134
<b>第七節</b>	<b>競走項目〈Race Walking〉</b>	<b>138</b>
第 230 條	競走	138
<b>第八節</b>	<b>公路賽跑〈Road Races〉</b>	<b>145</b>
第 240 條	公路賽跑	145
<b>第九節</b>	<b>越野賽跑 (Cross-Country Races)</b>	<b>151</b>

第 250 條	越野賽跑 (Cross-Country Races)	151
<b>第十節</b>	<b>山地越野賽跑 (Cross-Country Races)</b>	<b>155</b>
第 251 條	山地越野跑	155

# 第五章 技術規則

## 第 100 條 總 則

---

凡舉辦規則第 1 條 1 中規定的國際田徑比賽，均應遵守國際田聯的規則，在各種通告、廣告、秩序冊和印刷品中均應聲明此點。

除了世界錦標賽（室內、室外）和奧運會，其他所有比賽可以採用不同於國際田聯技術規則規定的形式，但是不能採用使運動員獲得按照現有規則得不到的權利的規則。這些比賽形式將由對比賽有管轄權的相關組織決定。

註：建議國際田聯會員協會舉行各自的田徑比賽時採用本規則。

## 第一節 官 員

### 第 110 條 國際官員

---

舉辦規則第 1 條 1 (a)、(b)、(c) 和 (f) 的比賽，應從國際上任命下列官員：

- (1) 組織代表 **Organisational Delegate(s)**;
- (2) 技術代表 **Technical Delegate(s)**;
- (3) 醫務代表 **Medical Delegate**;
- (4) 興奮劑檢查代表 **Doping Control Delegate**;
- (5) 國際技術官員 **International Technical Officials (IAAF Level)** / 國際越野、路跑和山地跑官員/地區技術官員 **International Cross-Country, Road Running and Mountain Running Officials/ International Technical Officials (Area Level)**;

- (6) 國際競走裁判員/地區競走裁判員 **International Race Walking Judges/ Area Race Walking Judges**;
- (7) 國際公路賽丈量員 **International Road Course Measurer**;
- (8) 國際發令員 **International Starter(s)**;
- (9) 國際終點攝影裁判員 **International Photo Finish Judge**;
- (10) 仲裁組 **Jury of Appeal**。

在現行國際田聯(或地區協會)比賽技術規程中規定了任命比賽中官員的數量、類別、時間和方式。

舉辦規則第 1 條 1(a)和(e)的比賽，國際田聯可以任命一位廣告管理專員。舉辦規則第 1 條 1(c)、(f)、(j)的比賽，應由相關地區協會任命此官員。舉辦規則第 1 條 1(b)的比賽，應由有關的組織任命。舉辦規則第 1 條 1(d)、(h)和(i)的比賽，應由有關的國際田聯會員協會任命。

註 1：國際官員應穿戴易區別的服裝、徽章。

註 2：在(5) 至(10) 的國際職員，依據國際田聯合適的政策可區分為國際田聯級 (IAAF Level) 和洲地區級(Area Level) 。

由國際田聯或地區協會按照此規則或規則第 3 條 2 指派的官員的旅費，應由賽事組織者按國際田聯理事會訂定的相關規則支付。

## 第 111 條 組織代表

---

組織代表應自始至終與組委會保持密切聯系，定期向國際田聯理事會提交報告。

必要時，還應處理組織者和組委會的有關職責和財務責任問題。組織代表應與技術代表協作。

## 第 112 條 技術代表

---

在組委會提供一切必要的幫助下，技術代表應與組委會共同保證全部技術安排完全符合[國際田聯田徑競賽規則]和[國際田聯田徑場地設施標準手冊]的規定。

技術代表應在適當時間向有關組織提交比賽準備情況的書面報告，並應與組織代表合作。

此外，技術代表應該：

- (1) 向相關組織提交競賽日和報名標準的建議；
- (2) 決定比賽中使用的投擲器材清單，以及運動員是否可以使用自備器材，或者是供應商提供的器材；
- (3) 保證在賽前的適當時間向所有參賽的會員協會發送技術規程。
- (4) 對舉行田徑項目比賽所有其他必要的技術準備負責。
- (5) 審核報名，有權以技術性理由或根據規則第 146 條 1 否決報名(如出現非技術性理由而否決報名，則應由國際田聯或相關的地區理事會作出裁決)。
- (6) 決定田賽項目的及格標準和徑賽項目的分組、賽次與錄取的原則；
- (7) 安排決賽前的各個賽次和全能比賽的分組。
- (8) 在規則第 1 條 1(a)、(b)、(c)和(f)的比賽中，主持技術會議，並介紹技術官員。

## 第 113 條 醫務代表

---

醫務代表對所有醫務工作具有最高權威。他應保證有足夠的設備用於醫學檢查和治療，在比賽場地可以進行緊急救護，並在運動員的住地提供醫療服務。

## 第 114 條 興奮劑檢查代表

---

興奮劑檢查代表應與組委會建立聯系，以保證有足夠的設備用於興奮劑檢查。他應負責所有有關興奮劑檢查的事宜。

## 第 115 條 國際技術官員 **ITOs** 和國際越野、路跑、山地跑官員 **ICROs**

---

1. 如果事先沒有任命，技術代表將在已任命的國際技術官員(**ITOs**)中任命 1 人為國際技術官員組長。

如果可能，該組長將為比賽日程中的每個項目指派至少 1 名國際技術官員。

該國際技術官員應對該項目的裁判長提供一切必要的支持。

在該項目比賽的全過程中，技術官員都必須在場，以保證比賽進程完全符合國際田聯的技術規則、技術規程和技術代表作出的有關決定。

如果出現問題或觀察到他們認為需要提出意見的事情，他們首先應向該項的裁判長提出。如有必要，可提供應該如何做的建議。如果該建議未被採納，並出現明顯違反國際田聯技術規則、技術規程和技術代表作出的有關規定的情況時，該國際技術官員將對此作出裁決。如果有關問題仍未得到

解決，將提交給國際田聯技術代表。

在田賽項目比賽結束時，他們將在成績記錄單上簽名。

註：當有關裁判長缺席時，負責該項目的國際技術官員將與該項目主裁判一起工作。

2. 在國際越野賽、路跑賽、山地跑賽中，指派的官員要對比賽組織者提供所有必要支持，在所負責比賽的項目進行時，指派人員必須在場，並確保比賽中的組織完全遵從國際田聯技術規則、規定，以及技術代表所作的相關決定。

## 第 116 條 國際競走裁判員

---

國際田聯競走委員會按照國際田聯理事會批准的標準成立一個國際競走裁判員小組。

被指派擔任規則第 1 條 1(a)中所有國際比賽的競走裁判員，都必須是國際田聯競走裁判員 IAAF 級小組的成員。

註：舉辦規則第 1 條 1(b)、(c)、(e)、(f)、(g)和(j)的比賽，指派的競走裁判員應是 IAAF 級或洲地區級的國際競走裁判員小組的成員。

## 第 117 條 國際公路賽丈量員

---

舉辦規則第 1 條 1 的比賽，須任命國際公路賽丈量員，核實完全或部份在體育場外舉行的公路項目的路線。

被任命的國際公路賽丈量員，應是國際田聯/國際路跑協會(AIMS)國際公路賽丈量員小組的成員(A 或 B 級)。

應在比賽前的適當時間內丈量路線。

丈量員應檢查路線，如他認為此路線符合國際田聯公賽跑規則（見規則第 240 條 3 和相關備註），則應給予認證。

他將在路線的安排上與組委會合作，也將見證比賽，以確保比賽所用路線是他丈量和批准的路線。他需要將認證的證書提供給技術代表。

#### **第 118 條 國際發令員和國際終點攝影裁判員**

---

規則第 1 條 1(a)、(b)、(c)和(f)所有在體育場舉行的比賽，將分別由國際田聯或有關的地區協會指派國際發令員和國際終點攝影裁判員。由技術代表指派國際發令員為比賽發令(和執行其他職責)。國際終點攝影裁判員將監督所有終點攝影裁判工作。

#### **第 119 條 仲裁組**

---

舉辦規則第 1 條 1 (a)、(b)、(c) 和 (f) 的比賽，將任命一個仲裁組，仲裁組通常由 3、5 或 7 名仲裁人員組成。其中一人為主席，另一人為秘書。在條件適當的時候應在仲裁組之外另聘一位秘書。

當申訴涉及規則第 230 條時，仲裁組中應至少有 1 人為現任國際（或洲地區）競走裁判小組的成員。

仲裁組成員不能出席任何對隸屬於自己協會運動員有直接或間接影響的申訴的解決過程。

在相關仲裁委員沒有這樣做的情況下，仲裁主席應讓本條規定中所指的任何成員退出。

國際田聯或其他負責比賽的組織應該指定一名或多名替補仲裁委員來替換任何不能夠參加申述的仲裁委員。

此外，在其他比賽中，如組織者有此願望或認為對保證比賽的正常進行而有必要時，也可設置仲裁組。

仲裁的主要職責是：處理規則第 146 條中提及的所有抗議，對發生於比賽中提交仲裁的其他事宜作出裁決。

## **第 120 條 運動會工作人員**

---

比賽組委會應根據比賽主辦國家的會員協會的規程任命全部工作人員。舉辦規則第 1 條 1 (a)、(b)、(c) 和 (f) 的比賽，應根據有關的國際組織規則和程序任命工作人員。

舉辦大型國際比賽時，有必要設置下列工作人員，但組委會可以根據當地情況，酌情變動。

### **行政管理官員：**

- 競賽主任 1 人；
- 賽事主管 1 人；

- 技術主管 1 人;
- 比賽展示主管 1 人。

#### **比賽裁判人員:**

- 檢錄裁判長 1 人 (或多人);
- 徑賽裁判長 1 人 (或多人);
- 田賽裁判長 1 人 (或多人);
- 全能裁判長 1 人 (或多人);
- 外場裁判長 1 人 (或多人);
- 徑賽主裁判 1 人, 適當數量的徑賽裁判員;
- 田賽主裁判每項 1 人, 適當數量的田賽裁判員;
- 場地競走比賽每項主裁判 1 人, 適當數量的助理裁判和競走裁判員 5 人;
- 公路競走比賽每項主裁判 1 人, 適當數量的助理裁判和競走裁判員 8 人;
- 必要時, 需設其他競走比賽工作人員, 如記錄員、犯規顯示牌操作員等;
- 徑賽檢查主裁判 1 人, 適當數量的檢查員;
- 主計時員 1 人, 適當數量的計時員;
- 發令協調員 1 人, 適當數量的發令員和召回發令員;
- 助理發令員 1 人 (或多人);
- 主記圈員 1 人, 適當數量的記圈員;
- 競賽秘書 1 人, 適當數量的助理;
- 技術信息中心 (TIC) 主管 1 人和適當數量的助理;
- 主比賽場地指揮員 1 人, 適當數量的比賽場地指揮員;
- 風速測量員 1 人 (或多人);

- 終點攝影主裁判 1 人，適當數量的助理裁判員助理終點攝影裁判員；
- 感應計時主裁判 1 人，適當數量的助理裁判員；
- （電子）測量裁判員 1 人（或多人）；
- 檢錄主裁判 1 人，適當數量的檢錄員。

**其他工作人員：**

- 宣告員 1 人（或多人）；
- 統計員 1 人（或多人）；
- 廣告管理專員 1 人；
- 場地測量員 1 人；
- 醫生 1 人（或多人）；
- 服務員（為運動員、官員和新聞中心媒體服務）若干人。

裁判長和主裁判應佩戴易於識別的袖標或徽章。必要時可指派助理人員，但應注意盡量不讓工作人員聚集在場內。

舉行女子項目比賽時，如有可能應指派一名女醫生。

## **第 121 條 競賽主任 Competition Director**

---

競賽主任與技術代表共同計劃比賽的技術組織，確保在有關場合完成這項計劃並與技術代表共同解決任何技術問題。

他應指揮競賽工作人員之間的配合，並通過通訊系統與所有主要的比賽工作人員保持聯繫。

## 第 122 條 賽事主管 Meeting Manager

---

賽事主管負責運動會的正常進程，檢查所有報到就位的工作人員，並任命必要的替補人員，有權撤換不遵守規則的工作人員。與比賽場地指揮員配合，只安排經批准的人員停留在比賽場地。

註： 如果比賽超過 4 小時或運動會超過 1 天，建議配備足夠數量的主管助理。

## 第 123 條 技術主管 Technical Manager

---

技術主管負責：

- (1) 確保比賽的跑道、助跑道、投擲圈、投擲弧、扇形落地區、跳躍項目的落地區以及所有設備與器材符合國際田聯的規則；
- (2) 根據技術代表批准的比賽技術組織方案放置和移除比賽設備與器材；
- (3) 確保比賽場地的技術安排符合比賽技術組織方案；
- (4) 根據規則第 187 條 2 檢查和標記任何被允許在比賽中使用的自備器材；
- (5) 根據規則第 135 條，確保在比賽前已得到必要的認證材料。

## 第 124 條 比賽展示主管 Event Presentation Manager

---

比賽展示主管與競賽主任共同策劃比賽的展示計劃，並盡可能與組織代表和技術代表合作。他將確保展示計劃的實施，與競賽主任和有關的代表一起解決發生的問題。他使用通訊系統聯繫和指揮全組每個成員的工作。

## 第 125 條 裁判長 Referees

---

1. 應分別任命 1 名（或多名）檢錄、徑賽、田賽、全能和外場裁判長（賽跑和競走）。

徑賽裁判長和外場裁判長無權管轄競走主裁判職責範圍內的有關事宜。

2. 裁判長應保證本規則（和有關技術規程）得到執行，處理發生於比賽期間（包括熱身場地，檢錄處和賽後控制中心，直至頒獎儀式）以及本規則（和有關技術規程）未作明文規定的任何問題。

但涉及紀律問題時，檢錄裁判長的監督職責應從熱身場地到比賽場地。在所有其他情況中，相關項目的裁判長應有權對參加該項比賽或在比賽中的運動員進行判罰。

只有當有關裁判員對名次有爭議而不能判定時，徑賽裁判長和外場裁判長方有權判定比賽的名次。

如果徑賽裁判長在發令問題上的意見與發令組不一致，該裁判長可決定相關事宜；但是當發生了使用經國際田聯批准的起跑犯規監測儀，並檢測到起跑犯規的情況除外，除非該裁判長有理由確定該起跑犯規監測儀提供的信息明顯不準確。

應從徑賽裁判長中指定一人作為起點裁判長監督發令工作。

裁判長不能代替裁判員和檢查員，但是可以根據規則，基於自己的觀察採取任何行動和作出決定。

3. 裁判長應檢查所有有關的比賽成績，處理任何有爭議的問題，與（電子）測量裁判員一起監督創紀錄的成績測量。每項比賽結束後，成績單應立即

由相關裁判長簽名後傳遞給競賽秘書。

4. 相關裁判長應對有關比賽進行中的抗議或異議，包括發生在檢錄過程中的任何事情作出裁決。
5. 任何運動員如果在比賽中違反體育道德或者有不正當的行為，裁判長有權予以警告或取消比賽資格。給予運動員警告，應向運動員出示黃牌；取消比賽資格，應出示紅牌。這兩種處分均應填入成績記錄卡並告知給競賽秘書和其他裁判長。
6. 只要情況允許，裁判長可以根據任何可獲得的證據，重新做出決定（在比賽現場或出現口頭抗議時）。通常，這些重新做出的決定應在相關項目的頒獎儀式之前，或者在仲裁組作出有可操作性的決定之前。
7. 在任何比賽中，如果相關裁判長認為某項比賽或某項比賽的任何部分應予重賽方為公允時，有權宣布該項比賽無效，並作出在當日或其他時間重新比賽的決定。
8. 全能裁判長對全能比賽的進程具有裁判權。他還對全能中各單項比賽的進程具有裁判權。
9. 在任何條件允許的情況下（例如規則第 144 條和第 240 條 8），外場裁判長（賽跑）在給予運動員取消比賽資格的處分前應給予警告。如果涉及到運動員參賽資格，將按照規則第 146 條處理。
10. 當有身體殘障的運動員根據本規則參加比賽時，有關裁判長可以解釋或者允許與相關規則不同的形式(除規則第 144 條 3) ，讓殘障運動員可以參加比賽，只要這種規則的改變不給殘障運動員提供任何相對其他參賽運動員

有利的條件。如果這種決定引起爭議或對這種改變有任何質疑，應提交至仲裁委員會。

註： 此規則不代表允許視障運動員的領跑員參加比賽，除非有特別的比賽規程。

## 第 126 條 裁判員 Judges

---

### 總 則

1. 徑賽主裁判和田賽各項目主裁判與各項目的裁判員協調工作。當有關單位尚未確認裁判員的職責時，由他們確認其職責。

### 徑賽項目和公路項目

2. 裁判員必須在跑道的同一側執行任務，判定運動員抵達終點的名次，如果無法取得一致意見，應提交有關裁判長裁決。

註： 裁判員的位置距終點線至少 5 米，與終點線在同一直線上。應為裁判員提供升高的裁判台。

### 田賽項目

3. 在所有田賽項目中，有關裁判員應判定和記錄每次試跳或試擲，測量運動員每次有效試跳或試擲的成績。在跳高和撐竿跳高比賽中，特別是在要創紀錄的試跳時，要精確測量每次提升的橫杆高度。至少應有兩名裁判員負責全部試跳（擲）的記錄，並在每輪比賽結束時核對記錄。

比賽時，裁判員應舉白旗或紅旗以示試跳（擲）的成功或失敗。

## 第 127 條 檢查員（跑和競走項目） **Umpires**

---

1. 檢查員是裁判長的助手，無權作最後裁決。
2. 有關裁判長應指定檢查員站在能仔細觀察比賽的地點。如發現運動員或其他人員犯規或違例時（第 230 條 1 除外），應立即向有關裁判長提交書面報告。
3. 出現違反規則的情況，應舉黃旗示意或採用任何經技術代表批准的有效方法。
4. 要指派足夠數量的檢查員在各接力區檢查接力賽跑。

註 1： 檢查員發現運動員離開自己的線道或在接力區外交接棒，應立即用適當的材料在跑道上標出犯規地點。

註 2： 即使運動員(或接力隊)沒有完成比賽，檢查員也應將任何違反規則的情況報告裁判長。

## 第 128 條 計時員，終點攝影裁判員和感應計時裁判員 **Timekeepers, Photo Finish Judges and Transponder Timing Judges**

---

1. 使用手計時計取比賽成績時，將根據運動員的報名人數指派足夠數量的計時員，其中一人為主計時員，他為計時員分配任務。當使用全自動終點攝影計時裝置或感應計時裝置時，這些計時員將作為後備計時員進行工作。
2. 計時員，終點攝影裁判員和感應計時裁判員根據規則第 165 條進行工作。

3. 當使用全自動終點攝影計時裝置時，將任命 1 名終點攝影主計時員和足夠數量的助理裁判員。
4. 當使用感應計時裝置時，將任命 1 名感應計時主裁判和足夠數量的助理裁判員。

## 第 129 條 發令協調員、發令員和召回發令員 **Start Coordinator, Starter and Recallers**

---

1. 發令協調員的職責如下：
  - (1) 安排發令組裁判員的職責。在舉行規則第 1 條 1 (a) 和地區錦標賽、綜合運動會的比賽時，由技術代表指定哪些項目由國際發令員擔任發令。
  - (2) 監督發令組每位成員履行職責的情況。
  - (3) 當收到了競賽主任的有關命令後，確認計時員、相關裁判員和終點攝影裁判員、風速測量員都已準備就緒，通知發令員開始發令程序。
  - (4) 作為計時設備公司技術人員和裁判員之間的通話者。
  - (5) 保存所有產生在發令過程中的文件，包括起跑反應時和/或起跑犯規波形圖。
  - (6) 確保規則第 162 條 8 得到完全執行。
2. 運動員各就位時，發令員應完全掌控已經就位的運動員。當使用起跑犯規監測儀時，發令員或指定的召回發令員應頭戴耳機，以便能夠清楚地聽到

起跑犯規時監測儀發出的任何音響訊號（見規則第 162 條 6）。

3. 在發令過程中，發令員應位於能完全看清所有起跑運動員的位置。

建議在每條分道擺放一個擴音器，以便使口令和發令以及任何召回訊號同時傳至所有運動員，在梯形起跑時更應如此。

註：發令員站位時，應使自己用狹窄的視角就能觀察到全部運動員。運動員採用蹲踞式起跑時，發令員的站位應使自己能看清運動員在鳴槍前的“預備”姿勢時均處於穩定狀態。在採用梯形起跑的比賽中，如未使用擴音器，則發令員的位置與各運動員之間的距離應大致相等。如發令員不能取得這種位置，應將發令槍或經批准的發令裝置置於該處，用電子觸發裝置發令。

4. 比賽時，應有 1 名或多名召回發令員協助發令員工作。

註：200 米、400 米、400 米欄、4x100 米接力、4x200 米接力、異程接力和 4x400 米接力項目比賽時，至少應有兩名召回發令員。

5. 召回發令員的站位應能看清他所負責的每位運動員。

6. 只有發令員有權實施規則第 162 條 7 中的警告和取消比賽資格的處罰。

7. 發令協調員應為每名召回發令員確定專門的任務和位置，召回發令員如觀察到任何起跑犯規情況都有權召回運動員。在運動員起跑犯規被召回或被中止後，召回發令員應向發令員報告他的觀察結果，由發令員決定是否並且給予那名運動員警告或取消其比賽資格。（見規則第 162 條 6 和第 162 條 9）

8. 在使用蹲踞式起跑的比賽中，應使用規則第 161 條 2 中所述的並已得到國

際田聯批准的起跑犯規監測儀幫助工作。

### 第 130 條 助理發令員 **Starter's Assistants**

---

1. 助理發令員將檢查運動員參加比賽的項目、組次、佩戴號碼是否正確。
2. 助理發令員必須正確安排每名運動員的道次或站位，使運動員在起跑線後大約 3 米處排列好(如為梯形起跑，則站在各自分道起跑線後大約 3 米處)，完成這項工作後，應向發令員示意，一切準備就緒。當下令重新起跑時，助理發令員應重新召集運動員。
3. 接力賽跑時，助理發令員負責為第一棒運動員準備接力棒。
4. 發令員對運動員發出“各就位”的口令時，助理發令員必須保證規則第 162 條 3 和第 162 條 4 中的規定得到落實。
5. 當發生一次起跑犯規時，助理發令員將根據規則第 162 條 8 中的規定執行。

### 第 131 條 記圈員 **Lap Scorers**

---

1. 在 1500 米以上各項目的比賽中，記圈員應記錄所有運動員跑完的圈數。5000 米及以上各項目和競走項目比賽時，將指定若干記圈員，在裁判長的指揮下進行工作。記圈員應在記圈表格上記錄(由一名正式計時員提供的)由其負責的運動員每圈時間。當採用這種記圈方法時，每位記圈員負責記錄的運動員不得超過 4 人(競走項目不得超過 6 人)。也可以使用電腦記圈系統，讓每位運動員攜帶一個微型傳感器，替代人工記圈方法。

2. 一名記圈員負責在終點線處顯示剩餘圈數。當領先運動員每次進入終點直道時，改變顯示圈數。此外，在適當時機，將以人工顯示的方式通知已被套圈或將被套圈的運動員。

最後一圈時，以訊號通知每位運動員，通常以鈴聲作為訊號。

## 第 132 條 競賽秘書和技術信息中心 **Competition Secretary, Technical Information Centre (TIC)**

---

1. 競賽秘書應收集每個比賽項目的全部成績和詳細資料，並立即轉交宣告員。有關裁判長、主計時員或終點攝影主裁判和風速測量員應向競賽秘書提供有關成績的詳細資料。競賽秘書還應記錄比賽的成績，將成績記錄單遞交競賽主任。

當使用電腦作為管理系統時，在每個田賽項目比賽場地的數據記錄員應確保將該項目的全部成績記錄入電腦系統。記錄徑賽成績應在終點攝影主裁判的指揮下進行。宣告員和競賽主任將能夠進入電腦系統查詢比賽成績。

2. 在規則 1 條 1(a)、(b)、(c)、(f) 和(g)比賽中，組委會應當為比賽設立一個技術信息中心(TIC)，建議在其他超過 1 天的比賽中也設立技術信息中心。技術信息中心的主要功能是確保在每個代表隊、組織者、技術代表和競賽管理部門之間，有關技術和其他涉及比賽的信息的順暢交流。

## 第 133 條 比賽場地指揮員 **Marshal**

---

比賽場地指揮員對比賽場地有管轄權，除有關工作人員和已被召集參賽的運動員

外，不允許其他任何人員進入或停留在比賽場內。

---

### **第 134 條 宣告員 Announcer**

---

宣告員宣告參加每項比賽的運動員姓名、號碼以及所有有關信息，如分組名單、抽籤排定的道次或站位和比賽中途的時間等。宣告員收到交來的每項成績（名次、時間、高度和速度）後應盡快宣告。

舉行規則第 1 條 1 (a) 的比賽，應由國際田聯指派英語和法語宣告員，在組織代表和技術代表的總指揮下與賽場展示主管共同負責宣告有關禮儀的所有事宜。

---

### **第 135 條 場地測量員 Official Surveyor**

---

場地測量員將對場地標記、設施的精準度進行檢測，並在賽前向技術主管提供有關檢測結果的證書。

為了進行檢測，將賦予場地測量員查看體育場地平面圖、各種設計圖紙和最近一次的檢測報告的充分權力。

---

### **第 136 條 風速測量員 Wind Gauge Operator**

---

風速測量員將保證按規則第 163 條 10（徑賽項目）和第 184 條 11（田賽項目）的規定放置風速儀，測定有關項目的跑向風速，記錄測量結果，在風速記錄表上簽名後交競賽秘書。

## 第 137 條 (電子) 測量裁判員 **Measurement Judge (Scientific)**

---

當使用電子、視頻測距設備或者其他科學測量儀器時，應指派 1 名(或多名)測量裁判員。

比賽開始前，他與有關技術人員會面，熟悉該種儀器。

比賽前，他須根據技術人員和器材校正實驗室的技術要求，檢查測距儀的安放位置。

為保證該測距儀正常工作，在一個項目比賽的前後，他將和裁判員一起，在裁判長的監督下（如果可能，該項目的國際技術官員）使用一個經過標定檢驗的鋼尺對一組電子測量成績進行檢測。檢測後應當出具一張合格表，並由所有與測試相關的人員簽字後附在成績單後。

比賽中，他全面負責操作該測距儀，並向田賽裁判長報告，證明該儀器的準確性。

## 第 138 條 檢錄裁判員 **Call Room Judges**

---

檢錄主裁判監督運動員從準備活動場地到比賽場地之間的通行，以確保在檢錄室檢錄後的運動員根據該項目預定的開始時間到達比賽場並做好準備。

檢錄裁判員將確保運動員穿著由其國家主管機構正式批准的國家或俱樂部的比賽服。正確佩戴號碼並與檢錄單一致，運動員的鞋、鞋釘的數量和規格、服裝和提包上的廣告應符合國際田聯的規則和規定。未經批准的物品不得帶入比賽場地。

檢錄裁判員要將發生在檢錄過程中任何沒有解決的事宜提交給檢錄裁判長。

## 第 139 條 廣告管理專員 **Advertising Commissioner**

---

廣告管理專員（如任命）應監督並執行現行國際田聯的有關廣告規則和規定，並與檢錄裁判長共同決定發生在檢錄室中的任何沒有解決的有關廣告的事宜。

## 第二節 比賽通則

### 第 140 條 田徑場地

---

任何堅固、勻質、符合[國際田聯田徑場地設施標準手冊]中有關規定的地面均可用於田徑運動。

凡規則第 1 條 1 (a) 中的室外比賽，只准在獲得國際田聯批准的、有效的一級證書的場地上舉行。如具備此種場地，建議規則第 1 條 1 (b) 至 (j) 的室外比賽也應在該場地上舉行。

任何情況下，舉辦規則第 1 條 1 (b) 至 (j) 室外比賽使用的所有田徑場地，均應獲得國際田聯的二級證書。

註 1：可從國際田聯秘書處得到[國際田聯田徑場地設施標準手冊]，該手冊詳細規定了田徑場地的設計與施工的技術要求，其中包括跑道測量和標記的標繪圖。

註 2：可從國際田聯或國際田聯網站上獲取設施認證申請的標準表格和設施測量報告書。

註 3：在公路上舉行的跑步、競走項目和越野跑項目（參看規則第 230 條 10、第 240 條 2、第 240 條 3、第 250 條 2、第 250 條 3、第 250 條 4、和第 251 條 1）。

註 4：室內田徑運動場地設施參看規則第 211 條。

## 第 141 條 年齡和性別分類

---

### 年齡分類

1. 在使用本規則的比賽中可分為以下年齡組：

少年男子和女子組：凡在比賽當年 12 月 31 日為 16 或 17 周歲者。

青年男子和女子組：凡在比賽當年 12 月 31 日為 18 或 19 周歲者。

老將男子和女子組：年滿 35 周歲(當年生日)者。

註 1：所有有關老將比賽的事宜請查閱 IAAF/WMA 理事會批准的 IAAF/WMA 手冊。

註 2：參賽資格，包括參加國際田聯比賽的最小年齡須符合有關技術規程。

2. 如果運動員屬於相應的年齡組分類，他就有資格參加本規則規定的年齡組的比賽。運動員必須能提供證明他年齡的材料，如競賽規程所規定的有效護照或者其他形式的證據。如果運動員不能或拒絕提供這些材料，他將沒有資格參加比賽。

### 性別分類

3. 使用本規則的比賽分為男子組和女子組。但男、女混合的外場比賽或根據規則第 147 條規定的比賽，男、女比賽成績要分別公布或要有標註。
4. 如果他在法律上被認為是男性，並且符合規則和規程，則有資格參加男子組比賽。
5. 如果她在法律上被認為是女性，並且符合規則和規程，則有資格參加女子

組比賽。

6. 國際田聯理事會將通過規程確定以下參加女子組比賽的資格：

(1) 經過了由男性至女性的性別重新分類的女性；

(2) 雄性激素亢進症的女性。

如果運動員沒有或拒絕遵守相關規程，將沒有資格參加比賽。

## 第 142 條 報 名

---

1. 只有符合國際田聯資格規定的運動員，方可參加按國際田聯規則舉行的比賽（詳見第二章）。

2. 運動員將根據規則第 4 條 2 的規定獲得參加運動員所屬國之外比賽的資格。在所有國際比賽中，均應接受具有此類資格保證的運動員參賽，除非技術代表收到對其身份提出異議的反對意見（詳見規則第 146 條 1）。

## 兼 項

3. 如果一名運動員同時參加一項徑賽和一項田賽或多項田賽，有關裁判長每次可以允許該運動員在某一輪的比賽中，或在跳高和撐竿跳高的每次試跳中，以不同於賽前抽籤排定的順序進行試跳（擲）。如果該運動員因此在輪到其試跳（擲）時未到，一旦該次試跳（擲）時限已過，將視其該次試跳（擲）為免跳（擲）。

## 放棄比賽

4. 在規則第 1 條 1 (a)、(b)、(c) 和 (f) 的所有比賽中，除本款後邊所述的

情況外，如發生下列情況，應取消有關運動員參加該次比賽所有後繼項目  
(**以及其兼項的其他項目**)的參賽資格：

(1) 經過最後確認，某運動員將參加某項目比賽，但後來沒有參加比賽者；

註： 應以書面形式提前公佈最後確認參加比賽的準確時間。

(2) 運動員通過預賽或分組賽已取得某項目後繼比賽的參賽資格，但未繼續參加比賽者。

(3) 運動員不認真參賽。有關裁判長將判定其是否為不認真比賽，並必須在正式成績中做相應的註釋。

註： 規則第 142 條 4(3) 所描述的情況不適用於全能比賽中的各個單項。

**按規則第 113 條規定由指派的醫務代表對運動員進行醫療檢查，如果沒有指派的醫務代表則由組委會的醫療官員代替，只有醫務代表簽發的醫療證明，方可作為充分的理由接受該運動員在最後確認後或者在上一輪比賽後不能繼續參加比賽，但是可以參加以後幾天的比賽(全能項目的單項除外)。**其他合理理由（例如不是運動員自身的原因，而是官方交通系統的問題），並被確證，也可被技術代表接受。

## 第 143 條 服裝、鞋和號碼

---

### 服 裝

1. 各項目參賽的運動員必須穿著乾淨的服裝，其設計式樣和穿著方式應無礙觀瞻，服裝的材料著濕時不得透明。運動員不得穿著可能有礙於裁判員觀察的服裝。運動員的比賽上衣應前後顏色一致。

在規則第 1 條 1 (a)、(b)、(c)、(f) 和 (g) 的比賽中，和參賽運動員代表本國參加規則第 1 條 1 (d) 和 (h) 的比賽時應穿著本國主管部門正式批准的統一服裝。頒獎儀式和運動員獲勝後繞場活動均應被視為該比賽的一部分，也應執行本規則的規定。

註： 相關管理機構可以在比賽規程中強制性規定，運動員比賽服前後顏色一致。

### 鞋

2. 運動員可以赤腳、單腳或雙腳穿鞋參加比賽。穿鞋比賽的目的是為了使雙腳得到保護和穩定並牢固地抓住地面。不得使鞋的構造為運動員提供任何額外的助力，鞋中不得附加任何種類的技術裝置，以使穿著者得到任何不公平的有利條件。允許在鞋面上加一根鞋帶。各種類型的比賽用鞋必須得到國際田聯的批准。

### 鞋釘數量

3. 鞋掌和鞋跟的構造至多可安裝 11 枚鞋釘。凡不超過 11 枚鞋釘的運動鞋均可使用，但鞋釘的釘座不得超過 11 個。

## 鞋釘尺寸

- 鞋釘在鞋掌或鞋跟外突出的部分，其長度不得超過 9 毫米。跳高與擲標槍鞋釘的突出部分，長度不得超過 12 毫米。鞋釘靠近尖端的 50% 能插在邊長為 4 毫米的正方形標尺內。

## 鞋掌與鞋跟

- 鞋掌和/或鞋跟可有溝、脊、花紋和突起，但這些部分均應採用與鞋掌底部相同或類似的材料製成。

跳高和跳遠比賽鞋的鞋掌最大厚度為 13 毫米，跳高的比賽鞋鞋跟最大厚度為 19 毫米。其他項目比賽用鞋的鞋底厚度不限。

註：丈量鞋掌和鞋跟厚度須從鞋內最高處量至鞋外底部的最下處，還要包括上述提到的構造因素和各種形式的鞋墊。

## 鞋的填充物和附加物

- 運動員不得在鞋內或鞋外使用任何裝置，使鞋掌超過上述允許的最大厚度或使穿鞋者得到任何穿著上述條款規定的用鞋得不到的利益。

## 運動員號碼布

- 應為每名運動員提供兩塊號碼布，將其分別佩戴在胸前和後背的顯著位置。在撐竿跳高和跳高比賽中，運動員可在胸前或背後佩戴一塊號碼布。號碼必須與秩序冊中的號碼一致。如在比賽時穿著訓練服，則必須按相同的規定佩戴號碼。可在號碼布上印運動員的名字或其他標誌。
- 佩戴號碼布必須依其原樣，不得以任何形式剪裁、折疊或遮擋。在長距離項目中，可在號碼布上打孔以利於空氣流動，但不得在號碼布的文字或數

字上穿孔。

9. 凡採用終點攝影裝置，大會組委會應要求運動員在短褲或者軀幹較低部分的側面佩戴膠帶式號碼。不按規定佩戴號碼者，不得參加比賽。
10. 不按規定佩戴號碼布或身份證明文件者不得參加比賽。

## 第 144 條 對運動員提供幫助

---

### 中途報時

1. 可以正式宣告和顯示比賽的中途時間和領先運動員的參考時間。除此之外，未經有關裁判長事先批准，在比賽場內的任何人都不得向運動員傳遞此類時間信息。只有當相應地點沒有向運動員顯示時間，並且保證中途時間向所有運動員顯示的情況下，才能批准這樣做。

註：這裏所說的比賽場地被定義為，比賽進行的場地，並且只有參賽運動員或相關規則和規定授權的工作人員能夠進入的場地。這樣的場地通常設有物理隔離。

### 提供幫助

2. 有關裁判長應對在比賽中、在比賽區域內提供或接受幫助的任何運動員給予警告，並告誡他如重犯將取消其該項目的比賽資格。如果運動員隨後在該項目中被取消比賽資格，那麼他在該項目該輪次中取得的成績被視為無效。但此前取得的成績被視為有效。
3. 根據本條款的規定，下列情況應被認為是給運動員提供幫助，應該禁止：

- (a) 比賽中，由非參加同一比賽者、已被超圈者或將被超圈者提供速度分配幫助，或使用其他任何技術設備的(除規則第 144 條 4(d))
- (b) 運動員在比賽場內擁有或使用錄影機、盒式錄音機、收音機、CD 機、無線通訊機、流動電話或類似裝置。
- (c) 除了使用符合規則第 143 條的比賽鞋外，使用為運動員提供使用規則限定的設備中所不能獲取的有利條件的任何技術或設備。

4. 根據本規則的規定，下列情況不被認為是提供幫助，應予以允許：

- (a) 運動員與其教練員進行交流，該教練員不在比賽區內。為便於這種交流，並且不干擾比賽進行，在靠近每一項田賽比賽地點最近的看台上，應給該項參賽運動員的教練員保留座位。
- (b) 可在比賽區域對運動員進行必要的醫學檢查、治療和/或理療，以使運動員能夠參加或繼續參加比賽。此類醫學檢查、治療和/或理療可由組委會任命的佩戴手袖標誌或背心、或身著其他明顯服裝的醫務官在比賽區域進行，也可由註冊隨隊醫務人員經醫務代表或技術代表的專門批准，在比賽區域外的醫務治療區進行。但不得延誤比賽的進程或該運動員按既定的順序進行試跳或試擲。一旦運動員離開檢錄處，無論是在比賽中或是比賽開始前，其他任何人對運動員進行此類護理或治療，均被認為是對運動員提供幫助。
- (c) 出於保護或醫療目的任何種類的個人保護（例如綑帶、帶子、腰帶、支持物等）。裁判長與醫務代表一起合作，有權核實任何使用上述物品的情況是否合理（參看規則第 187 條 4）。

- (d) 假如這些裝置沒有用於與其他人聯系，在比賽中運動員可以攜帶個人裝置，如心率儀、速度距離監控器或步幅傳感器。
- (e) 運動員在田賽項目進行中觀看比賽錄影，由運動員的代表在非比賽區攝錄的前面試跳(擲) 的影像，(見規則第 144 條 1 的註)。拍攝設備及影像資料不得帶入比賽區域。

## 風的信息

- 5. 在各個跳躍項目、擲標槍和擲鐵餅項目的合適位置應設置一個或多個風袋，以便向運動員顯示大致的風向和風力。

## 飲用水 / 海綿塊

- 6. (1) 在 5000 米及以上的徑賽項目中，根據天氣情況，組委會可向運動員提供飲用水和浸水的海綿塊。
- (2) 在 10000 米以上的徑賽項目中，將設置飲用水或浸水的海綿塊、特殊飲料供應站。特殊飲料可以由組委會提供或運動員自備，並放置在運動員方便拿取的位置，或由授權人員遞送給運動員。由運動員提供的特殊飲料，自該運動員或其代表上交之時起，應始終處於組委會指派人員的監管之下。

## 第 145 條 取消比賽資格

---

如果某運動員在比賽中因違反技術規則而被取消比賽資格，則將在正式成績中註明他所違反的國際田聯規則條款。

- 1. 如果某運動員在比賽中因違反技術規則而被取消比賽資格(除了規則第 125 條 5 或第 162 條 5)，他在該項目該輪次中取得的成績被視為無效，但此前

取得的成績被視為有效。這一事實不應妨礙該運動員參加其他所有後繼項目的比賽。

2. 運動員違反體育道德或有不正當的行為，將在正式成績中註明被取消參賽資格的原因。按規則第 125 條 5 規定，如果運動員在一項比賽中由於違反體育道德或有不正當的行為或者根據規則第 162 條 5 而得到第二次警告，將取消該比賽及隨後比賽的資格。如果第二次警告發生在另外的比賽項目中，則取消其第二次警告所在比賽及隨後比賽資格。他在該項目該輪次中取得的成績被視為無效，但此前取得的所有成績，包括全能項目中的單項成績被視為有效。如果運動員因違反體育道德或有不正當行為被取消參賽資格，則他參加其他項目比賽的資格也將被取消。如認為該次犯規性質嚴重，競賽主任要向有關主管部門報告，考慮進一步的紀律處分。

## 第 146 條 抗議和上訴

---

1. 對運動員的參賽資格提出抗議，必須在運動會開始前向技術代表提出。技術代表作出裁定後，相關人員有權向仲裁組提出上訴。如果在運動會開幕前未能圓滿解決該抗議，應允許該運動員“在抗議下”參加比賽，並將此案提交國際田聯理事會或者相關協會。
2. 如抗議涉及某項目比賽的成績或進程，則應在正式宣告該項目成績後的 30 分鐘內提出。  
  
大會組委會應確保宣告所有成績的時間被記錄下來。
3. 所有抗議均應由運動員本人、運動員代表或運動隊代表向有關裁判長口頭

提出。運動員或運動隊所提抗議(或由此產生的仲裁) 必須涉及到其正在參加的同一項目的同一輪比賽(或正在參加的涉及到該隊職分的比賽)。為了作出公正裁決, 在裁判長認為有必要時, 應考慮任何有效的證據, 包括由大會正式攝影機拍攝的錄影帶、照片或其他錄影材料。裁判長可就抗議作出裁決, 也可將該問題提交仲裁。裁判長作出裁決後, 運動員有向仲裁上訴的權利。當裁判長不在或不能夠及時向相關裁判長提出, 可以通過技術信息中心向裁判長提出抗議。

#### 4. 在徑賽項目中:

- (1) 如果運動員對起跑犯規的判罰立即作出口頭抗議, 徑賽裁判長對此存在疑問, 可以讓該運動員“在抗議下”比賽, 以便保留所有有關的權利。但是, 如該次起跑犯規是由經國際田聯批准的起跑犯規監測儀檢測到的, 則不能接受其口頭抗議, 除非裁判長有理由認為該起跑犯規監測儀提供的信息明顯不準確。
- (2) 可根據規則第 162 條 5 的規定對發令員未能召回的起跑犯規或取消的起跑進行抗議。抗議只能由完成了該項比賽的運動員或其代表提出。如抗議成立, 則任何在本項比賽中負有起跑犯規責任或行為, 應導致起跑取消和根據規則第 162 條 5 或第 162 條 7 的規定應給予警告或取消比賽資格的運動員將被警告或取消資格。無論是否有運動員被取消資格, 裁判長如為公平起見, 有權宣佈比賽或比賽的一部分無效, 該比賽或比賽的一部分應重新進行。

註: 無論比賽中是否使用起跑監測儀, 運動員都可引用本規則(2) 提出抗議、申訴。

5. 在田賽項目中，如果運動員對試跳（擲）失敗的判罰立即作出口頭抗議，則該項目的裁判長可以在其權限內下令測量並記錄該次試跳（擲）的成績，以便保留所有有關的權利。

(1) 在遠度項目中，如果抗議發生在前三次，且還有 8 名以上的運動員在比賽，在其抗議被接收的情況下，裁判長可允許該運動員在抗議下參加後三輪比賽。

(2) 在高度項目中，如發生抗議或隨後的申訴，裁判長可允許該運動員在抗議下參加後繼高度的比賽。

裁判長如對此存有疑問，可以允許運動員在抗議下繼續比賽並保留相關的所有權利。

6. 只有當裁判長作出裁決認為成績有效或仲裁組裁決申訴成立時，該運動員有爭議的成績和其在抗議下取得的成績才將成為有效成績。

7. 凡上交仲裁的申訴，都必須在下列情況發生的 30 分鐘內作出：

(1) 正式公告因裁判長作出的裁決而更正的成績；

(2) 給予作出不更正成績裁決的建議。

申訴必須以書面形式，由運動員本人或其代表或者運動隊的官員簽名，並附上 100 美元或其他等值貨幣的申訴費。如果該申訴被駁回，則申訴費不予退還。運動員或運動隊所提申訴必須涉及到其正在參加的同一項目的同一輪比賽(或正在參加的涉及到該隊職分的比賽)。

註：有關裁判長應該在作出裁決後立即通知技術信息中心其作出裁決的時間。如果裁判長不能口頭通知相關運動員或運動隊，在技術信息中

心公佈裁決的時間為正式公告時間。

8. 仲裁組要與所有有關人員商議。如果仲裁組有疑問，可以考慮其他有效的證據。如果根據此類證據，包括任何有效的錄影，仍無法裁定，將認可有關於裁判長的判決。
9. 在情況允許的情況下，出現新的有效證據，仲裁組可以重新作出裁決。除非相關協會確定這些情況是已被證明，則可以重新裁決。通常，這些重新做出的決定應在相關項目頒獎儀式之前。
10. 裁決涉及規則以外的情況時，將由仲裁主席隨後向國際田聯秘書長匯報。
11. 仲裁組的決定為最終決定（當仲裁不在時，裁判長的決定為最終決定），沒有進一步的申訴權，包括向體育仲裁法庭申訴。

## **第 147 條 男女混合比賽**

---

完全在體育場內舉行的所有比賽，一般不得有男女混合參加的比賽項目。

但是，除了在國際田聯規則第 1 條 1 (a) 至 (h) 的比賽外，可在體育場內舉行田賽以及 5000 米以上的混合比賽。

國際田聯規則第 1 條 1 (i) 和 (j) 的比賽可在經相關地區或國家的主管團體專門批准後，在特定比賽中舉行混合比賽。

註： 在田賽項目男女混合比賽中，成績記錄單將被分開記錄，並且分別為每個組別宣告成績。

## 第 148 條 測 量

---

舉辦規則第 1 條 1 (a)、(b)、(c) 和 (f) 的各種比賽，對於徑賽和田賽項目進行的所有測量，都必須使用經過校驗的鋼制卷尺、棍尺或科學測量儀器，鋼制卷尺、棍尺或科學測量儀器應獲得國際田聯的認證。比賽中使用的測量設備的精準度應由該國測量權威部門認可的一個有關機構檢測合格，以使所有測量都符合國家和國際測量標準。

在規則第 1 條 1 (a)、(b)、(c) 和 (f) 之外的其他田徑比賽中，可以使用玻璃纖維卷尺。

註： 關於承認紀錄，查閱規則第 260 條 26 (1)。

## 第 149 條 成績的有效性

---

1. 運動員只有在符合國際田聯規則的正式比賽中創造的成績方為有效。
2. 如果符合以下所有的條件，通常在體育場中舉行的比賽項目在室外傳統的田徑運動場地 (如在城市廣場，其他運動場地、海灘等舉行的比賽) 所創造的成績，將被認為是有效的：
  - (1) 在規則第 1 至 3 條中規定的相應機構批准；
  - (2) 任命有資格的國內技術官員，並在比賽中執行裁判職務；
  - (3) 情況允許的情況下，使用符合規則要求的設備、器材；
  - (4) 比賽在符合規則規定的場地、設施上舉行，並且根據規則第 135 條規定，由場地測量員在比賽當天測量後頒發證書。

註：報告符合場地設施最新標準的表格和要求可從國際田聯辦公室獲得，也可以從國際田聯網頁下載。

## **第 150 條 錄 影**

---

舉辦規則第 1 條 1 (a)、(b) 和 (c) 的比賽，如有可能也在其他比賽中，應使用大會正式攝影機拍攝所有項目的比賽以滿足技術代表的要求。該錄影應足夠能反映成績的準確性和犯規情況。

## **第 151 條 計 分**

---

在以得分決定勝負的比賽中，該計分方法應在比賽前得到所有參賽國家的同意。

### 第三節 徑賽項目

規則第 163 條 2、第 163 條 6 (第 230 條 11 及第 240 條 9 除外)、第 164 條 2 和第 165 條也適用於第七節、第八節和第九節。

#### 第 160 條 跑道測量

1. 標準跑道全長應為 400 米，應由兩個平行的直道和兩個半徑相等的彎道組成。跑道內側應用適宜材料製成的突沿加以分界。突沿高約 5 厘米，寬至少 5 厘米，並漆成白色。兩條直道上的突沿可以不放，並用 5 厘米寬的白線代替。

如因舉行田賽項目比賽而需臨時移動突沿的一部分，則應用 5 厘米寬的白線在突沿下方的地面標出原有突沿位置，並在白線上放置錐形物或小旗，其高度至少 20 厘米，間隔至多 4 米，錐形物的底座邊沿或小旗的旗杆應與白線外沿重合，以防止運動員在白線上跑（標誌旗應朝向跑道內側與地面成 60° 角）。本條款同樣適用於 3000 米障礙賽跑中運動員從主跑道轉向跨越水池所跑的那部分跑道，也適用於根據規則第 162 條 10 進行起跑時的外側跑道，也可選擇在直道上放置標誌物，間隔至多 10 米。

2. 應在跑道內突沿外沿以外 30 厘米處測量跑道長度。如無內突沿，則應在標誌線外沿以外 20 厘米處進行測量（圖 1）。

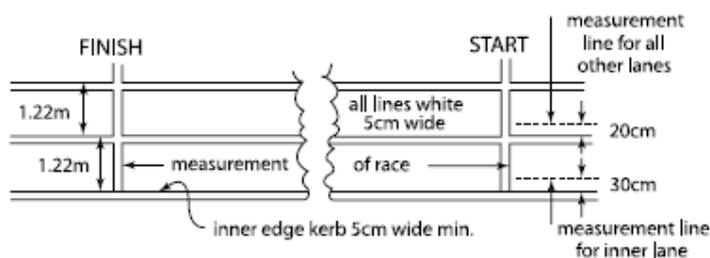


Figure 1 - Track measurements (infield view)

3. 賽跑的距離應從起跑線後沿（離終點線較遠的邊沿）量至終點線後沿（離起跑線較近的邊沿）。
4. 400 米及 400 米以下各項徑賽，每位運動員應佔有一條分道，分道寬應為 1.22 米  $\pm$  0.01 米，包括右側的分道線，分道線為寬 5 厘米的白線，所有分道寬應相同。應按規則第 160 條 2 的規定測量第一分道的長度，其他分道的長度應在其內側分道線外沿以外 20 厘米處進行測量。  
註： 在 2004 年 1 月 1 日以前建設的場地，其分道最大寬度可為 1.25 米。
5. 在規則第 1 條 1 (a)、(b)、(c) 和 (f) 的國際比賽中，徑賽跑道應設至少 8 條分道。
6. 跑道的左右傾斜度最大不得超過 1:100(1%)，在跑進方向上的向下傾斜度不得超過 1:1000(0.1%)。  
註： 建議新建跑道應向內側傾斜。
7. 在[國際田聯田徑場地設施標準手冊]中包含全部有關道結構、設計和標記的技術信息。本規則給出了應該遵循的基本原則。

## 第 161 條 起跑器

---

1. 400 米及以下（包括 4x200 米、異程接力和 4x400 米接力的第一棒）各項徑賽的起跑必須使用起跑器。其他徑賽項目的起跑不得使用起跑器。在跑道上安放起跑器時，起跑器的任何部分不得觸及起跑線或延伸至其他分道。

起跑器必須符合下列規格：

- (1) 起跑器的結構必須十分堅固，不會給運動員以不公正的利益。
- (2) 可用銷釘或釘子將起跑器固定在跑道上，把對跑道的損壞降至最低限度。安放起跑器後應能快速、方便地撤掉。釘子的數量、直徑、長度應根據跑道的結構而定。安放起跑器時，應使其在起跑時不能移動。
- (3) 運動員使用自備起跑器時，必須符合規則第 161 條 1 (1) 和第 161 條 1 (2) 的規定。起跑器的設計樣式和結構不限，但不得妨礙其他運動員。
- (4) 由組委會提供的起跑器，還應符合下列規格：

起跑器應包括兩塊抵腳板，供運動員起跑時兩腳蹬踏。抵腳板應被固定在堅固的框架上，不得妨礙運動員雙腳蹬離起跑器。抵腳板應傾斜，以適應運動員的起跑姿勢。板面可以是平面，也可稍呈凹形。板面上可有槽穴或覆蓋適宜物質，以允許運動員使用鞋釘。

可對固定在框架上的抵腳板角度進行調整，但在起跑時不能移動。無論抵腳板處於何種角度，兩塊抵腳板的相對位置應可以前後調整，調整後，必須用堅固的夾具或鎖扣進行固定，操作方式應簡便、快速。

2. 在規則第 1 條 1 (a)、(b)、(c) 和 (f) 的比賽中，和申請承認為世界紀錄的成績時，起跑器應與國際田聯批准的起跑犯規監測儀連接。強烈建議在所有其他比賽中使用這套系統。

註： 此外，也可使用符合規則規定的自動召回系統。

3. 在規則第 1 條 1 (a) 至 (f) 的比賽中，運動員必須使用大會組委會提供的起跑器。在塑膠跑道上舉行的其他比賽中，組委會可規定只准運動員使用大會提供的起跑器。

## 第 162 條 起 跑

---

1. 應用 5 厘米寬的白線標出起跑線。所有不分道跑的徑賽項目，起跑線應為弧線，從而使所有運動員從與終點相同的距離處開始起跑。所有項目的出發位置應面對跑進方向，從左至右編號。

**註 1:** 對於體育場外項目的起點，起點線可以用 30 厘米寬的白線畫出，也可以用任何區別於起跑區域地面不同的顏色標記。

**註 2:** 1500 米項目的起跑線可以從外側彎道延伸至相同面層的跑道上。

2. 在所有國際比賽中（除了在下面標註中的比賽中），發令員應用本國語言或英語、法語中的一種語言發令。

(1) 400 米及以下的各個徑賽項目(包括 4x200 米，以及規則第 170 條 1 定義的異程接力和 4x400 米)，起跑時應使用“各就位”和“預備”口令。

(2) 400 米以上的各個徑賽項目(除了 4x200 米，異程接力和 4x400 米)，起跑時應使用“各就位”口令。

所有比賽應以發令員發令槍向上鳴放為起跑訊號。

**註:** 在舉行規則第 1 條 1 (a)、(b)、(c)、(e) 和 (i) 的比賽中，發令員只能用英語發令。

3. 400 米及以下(包括 4x200 米 異程接力和 4x400 米接力的第一棒)各項目，運動員必須使用起跑器進行蹲踞式起跑。在“各就位”口令之後，運動員必須走向起跑線，完全在自己的分道內和起跑線後做好準備姿勢。各就位後，運動員不應用手和腳接觸起跑線或起跑線前的地面。雙手和至少一個膝蓋應觸地，兩腳應接觸起跑器。發出“預備”口令時，運動員應立即抬高身體重心做好最後的起跑姿勢，此時運動員的手或雙手仍須與地面接觸，腳或兩腳不得離開抵腳板。一旦發令員認為所有運動員的“預備”姿勢穩定後，即可鳴槍。
4. 400 米以上的各個徑賽項目(除了 4x200 米、異程接力和 4x400 米)，所有的起跑都應為站立式。在“各就位”口令後，運動員應走向起跑線，在起跑線後做好起跑準備姿勢(完全在自己的分道內)。運動員各就位後，其雙手或雙腳均不得觸及起跑線和/或線前地面的任何部分。一旦發令員認為所有運動員的起跑姿勢穩定後，即可鳴槍。
5. 在“各就位”或“預備”口令發出後，所有運動員均應立即做好最後的預備起跑姿勢，不得延誤。如果發令員對運動員各就位後準備起跑的過程不滿意，他應該命令所有的運動員從起跑線撤回，助理發令員將重新召集運動員(參看規則第 130 條)。

如果根據發令員的判斷，運動員有下列行為，發令員應中止此次起跑：

- (1) 當運動員聽到“各就位”或“預備”後，在發令槍或其他經批准的發令器材發出訊號之前，導致起跑失敗，例如在蹲踞式起跑中舉手和/或站立、坐下，無有效理由（由相關裁判長裁定理由）；或

- (2) 沒有執行“各就位”或“預備”口令，或未能在適當時間內做好最後起跑動作；或
- (3) 下達“各就位”口令後，運動員用聲音或其他方式干擾該項比賽中的其他運動員。

對於上述行為，裁判長將根據規則第 125 條 5 和第 145 條 2 的規定，以不正當行為對該運動員進行警告（運動員在同一比賽中第二次違反規則將被取消比賽資格）。在這種情況下，或者當其他外部理由被認為導致中斷起跑的原因時，或者裁判長不同意發令員的判決時，則應向所有運動員出示綠卡表示沒有人起跑犯規。

### 起跑犯規

- 6. 運動員在做好最後預備姿勢之後，只能在接收到發令槍或批准的發令裝置發出的訊號之後開始起跑。如果發令員或召回發令員認為有任何在發令槍或批准的發令裝置發出的訊號之前開始起跑，都將判為起跑犯規。

當使用國際田聯批准的起跑犯規監測系統時，發令員和/或指定的召回發令員應頭戴耳機，以便清楚地聽到該儀器檢測出起跑犯規時（反應時小於 0.100 秒）發出的訊號。發令槍響後，當發令員和/或指定的召回發令員聽到此音響訊號應發出召回訊號，召回本次參賽運動員，並且發令員應立即檢查起跑犯規監測儀上的起跑反應時，以便確認對起跑犯規負有責任的運動員。

註 1: 任何沒有導致運動員的腳/雙腳離開起跑器踏板，或運動員的手/雙手離開地面的動作不應視為起跑的開始。如有這種情況，可能會給予

運動員紀律警告或取消資格的處罰。

註2：當運動員採用站立式姿勢起跑時即將要失去平衡，如果這種情況被認為是偶然性的，起跑應視為“不穩定”。在比賽起跑前，如果運動員在起跑線上被推搡，他可不被判罰。任何導致這種犯規的運動員可能招致警告或者取消比賽資格的紀律性處罰。

註3：通常情況下，當使用國際田聯批准的起跑犯規監測儀時，該設備所提供的數據應被發令員認可為結論性的證據。

7. 除了全能項目之外，任何起跑犯規的運動員將被取消該項目的比賽資格。

在全能比賽中，對第一次起跑犯規的運動員應給予警告。每項比賽只允許一次起跑犯規而運動員不被取消資格，之後每次起跑犯規的一名或多名運動員均將被取消該項目的比賽資格（見規則第200條8(3)）。

8. 出現起跑犯規的情況後，助理發令員應當：

除了全能比賽，對起跑犯規負有責任的一名或多名運動員將被取消比賽資格，並在該名運動員面前出示紅黑牌（用對角線分為兩半），分別在各自分道的道次墩上作出相應的標誌。

全能比賽中，將對第一次起跑犯規負有責任的一名或多名運動員警告，並在該運動員前舉起黃黑牌（用對角線分為兩半），分別在各自分道的道次墩上作出相應的標誌。同時，其他參加比賽的運動員也將被警告，並由一名或多名助理發令員在運動員前舉起黃黑牌，以通知他們如果任何運動員再次起跑犯規將被取消比賽資格。如果再次發生起跑犯規，對起跑犯規負有責任的一名或多名運動員將被取消比賽資格，並在該運動員前舉起紅黑牌，

分別在各自分道的道次墩上作出相應的標誌。

在沒線道墩的情況下，應當使用基本通知系統（在對起跑犯規負有責任的運動員前舉牌）。

註： 比賽中，當一人或多人起跑犯規時，其他運動員容易跟隨，嚴格來說，跟隨者也屬於起跑犯規。發令員只應警告他認為對起跑犯規負有責任的一名或多名運動員。因此受警告或被取消比賽資格的運動員可能不止一人。如起跑犯規並非由運動員引起，則不應對運動員提出警告，並且要向所有運動員出示綠卡。

9. 若發令員或任何一位召回發令員認為本次起跑不公允，將鳴槍召回運動員。

#### **1000 米、2000 米、3000 米、5000 米和 10000 米跑**

10. 在這些項目的比賽中，如果運動員人數超過 12 人，可將他們分成兩組同時起跑。大約 65% 的運動員為第一組，在常規起跑線處起跑。其餘運動員為第二組，在另一條弧形起跑線處同時起跑，該起跑線劃在外側一半跑道上。第二組運動員應沿著外側一半跑道跑至第一彎道末端，該段跑道將用規則第 160 條 1 中所描述的旗子或錐形物標出。

劃第二條弧形起跑線時，應使所有運動員跑進的距離相等。

在 2000 米和 10000 米跑時，如有兩組同時起跑，外道組起跑的運動員應在越過規則第 163 條 5 所述的 800 米跑搶道線後切入裏道。在 1000 米、3000 米、5000 米跑時，如有兩組同時起跑，則應在進入終點直道處標明外道組運動員的搶道線。該標記可為位於第 4 5 分道之間（如有 6 條分道，

則在第 3、4 分道之間) 的 5 厘米 × 5 厘米的標記, 在該標記後放置一個錐形物或小旗, 直到兩組合併。

## 第 163 條 徑 賽

---

1. 跑進或走進的方向應為橢圓形跑道左手靠內場。分道編號應以左手最內側分道為第一分道。

### 阻 擋

2. 如果運動員在比賽中被擠撞或被阻擋, 從而妨礙其走或跑進時:
  - (1) 如果擠撞或阻擋被認為是運動員非故意的行為, 或者由其他方式引起的, 裁判長認為運動員因此受到嚴重的影響, 可以命令比賽重賽, 或者允許受影響運動員(隊) 參加下一輪比賽。
  - (2) 如果裁判長發現其他運動員應該對此負責, 該運動員(或其所屬隊) 應被取消比賽資格。裁判長認為運動員因此受到嚴重的影響, 可以命令除被取消資格以外的運動員重賽, 或者允許受到嚴重影響的運動員(隊) 參加下一輪比賽(被取消資格的運動員除外)。

上述規則第 163 條 2(1) 和(2) 的兩種情況, 這些運動員(隊) 通常應經過真誠努力完成了該項目的比賽。

### 違反分道規則

3.
  - (1) 在分道跑的比賽中, 運動員應自始至終在自己的分道內跑進。此規則也適用於部分分道跑項目。
  - (2) 在不分道跑的比賽中 (或部分賽段不分道), 當運動員在彎道上、在

根據規則第 162 條 10 中起跑的外側一半跑道上,或在障礙賽中水池前的變更道的弧線上跑進時,不能踏在或跑在突沿或實際分道線上或內側(跑道的內側、外側一半跑道,或者障礙賽中水池前的變更道的弧線的任何部位)。

除規則第 163 條 4 表述的外,如果有關裁判長確認了一位裁判員、檢查員或其他人員關於某運動員跑出了自己分道的報告,則應取消該運動員的比賽資格。

4. 運動員發生下列情況之一,如果未從中獲得實際利益且未推擠或阻擋其他運動員以致阻礙了他人進程,不應取消其比賽資格:

(1) 運動員被他人推、擠或被迫踏或跑出自己的分道,或踏在實際分道線上或突沿線內側;或

(2) 在直道上踏在分道線上或跑出自己的分道,在障礙賽中水池的變更道的直道上的任何部位踏在分道線上或跑出分道,或者在彎道上踏在或跑出自己分道的外側分道線。

註: 實際利益包括通過任何方式提高名次,其中包括使自己在比賽中為擺脫“被包夾”而踏在或跑入跑道邊緣內側。

5. 在規則第 1 條 1 (a)、(b)、(c) 和 (f) 的比賽中,800 米跑是在第一個彎道末端的搶道線前沿之前為分道跑,當運動員越過此線後即可切入裏道。

搶道線應為一條弧線標記在第一個彎道末端,寬 5 厘米,橫跨除了第 1 道外的所有跑道。為了幫助運動員確認搶道線,可在各分道線與搶道線的交界處之前放置錐形物或棱柱體(5 厘米 x 5 厘米),這些標誌物最大高度為

15 厘米，應與搶道線和分道線的顏色不同。

註： 在國際對抗賽中，參賽國可商定採用不分道跑。

### 離開跑道

6. 運動員自願離開跑道後將不得繼續參加該項目比賽，並將記錄為中途退出。  
如果該運動員試圖重新進入比賽，裁判長應取消其資格。

### 標記

7. 除分道接力賽跑或接力跑的第一棒為分道跑外，運動員不得在跑道上做標記，也不得在跑道上或沿跑道放置對他有幫助的標誌物。

### 風速測量

8. 凡使用的風速儀必須經國際田聯認證，其精確度必須經由國家測量部門認證的有關機構鑒定，以確保測量結果可以用國家和國際測量標準覆查。
9. 在規則第 1 條 1 (a) 至 (h) 的國際比賽，以及申請承認世界紀錄(根據規則第 260 條 8)的比賽中應使用非機械風速儀。

機械式風速儀應有適當的防護裝置，以減小側風的影響。當風速儀為圓筒狀時，測速部分的兩端長度均應至少為圓筒直徑的兩倍。

10. 測量徑賽項目風速時，風速儀應置於直道一側，靠近第一分道，距終點線 50 米。風速儀的高度為 1.22 米，離跑道邊沿的距離不超過 2 米。
11. 風速儀應能自動和/或遙控開機、關機，並能將數據直接傳送到大會的電腦系統。
12. 應按下列規定時間從發令槍的閃光或槍烟時開始測定風速：

100 米                    10 秒

100 米欄                13 秒

110 米欄                13 秒

200 米比賽中，應從第一名運動員進入直道時開始測量風速，測量時間為 10 秒鐘。

13. 風速的判讀單位為米/秒，進位到跑進方向較差的 1/10 米/秒 (即 +2.03 米/秒記錄為 +2.1 米/秒，-2.03 米/秒記錄為 -2.0 米/秒)。顯示單位為 1/10 米/秒的數字顯示式風速儀應具備自動進位的功能，以與本規則相符。

## 第 164 條      終 點

---

1. 應用 5 厘米寬的白線標出終點線。

註：對於終點設於體育場外的項目，終點線可以用最多 30 厘米寬的白線畫出，也可以用任何區別於終點區域地面不同的顏色標記。

2. 判定運動員的終點名次，應以其軀幹（不包括頭、頸和四肢）任何部位抵達終點線後沿垂直面的順序為準。

3. 在規定時間的計程比賽中，發令員必須在比賽結束前 1 分鐘鳴槍，以預告運動員和裁判員比賽即將結束。發令員應在主計時員的指揮下，在規定的比賽結束時間再次鳴槍結束比賽。鳴槍瞬間為比賽結束的訊號，有關裁判員就應標出每名運動員在鳴槍前或鳴槍瞬間最後一次觸及跑道的確切地點。

測量所跑距離應量至運動員最後足迹的後沿，以米為最小單位，不足 1 米不計。比賽開始前，應為每名運動員指派至少一名終點裁判員，以便標出該運動員完成的比賽距離。

## 第 165 條 計時和終點攝影

---

1. 下列 3 種計時方法均被承認為正式計時：
  - (1) 手計時；
  - (2) 以終點攝影系統為基礎的全自動計時；
  - (3) 僅在舉行規則第 230 條（不是全部在體育場進行的比賽項目）、第 240 條和第 250 條的比賽中由傳感器系統提供的計時。
2. 計時應至運動員軀幹（不包括頭、頸和四肢）的任何部位抵達終點線後沿垂直面的瞬間為止。
3. 須記錄所有抵達終點的運動員的時間。如有可能，計取 800 米及以上項目的每圈時間和 3000 米及以上項目的每 1000 米的時間。

### 手計時

4. 計時員應在跑道外側與終點線排成一條直線。如有可能，計時員的位置應距跑道外側至少 5 米遠。為使所有計時員都能清楚地觀察到終點情況，應提供升高的計時台。
5. 計時員應使用人工操作的數字式電子秒錶。國際田聯規則中均以“秒錶”來代表這樣的計時器。

6. 關於規則第 165 條 3 計圈和分段時間要求，應指定計時組的計時員使用可計取分段時間的秒錶，或另安排計時員計取。
7. 計時應從發令槍或經批准的發令器材發出的閃光或槍烟開始。
8. 每個項目第一名的成績應有三名正式計時員（其中一人為主計時員）和一至二名後備計時員計取。（關於全能項目，見規則第 200 條 8(2)）。當一名或多名正式計時員的錶不能準確地計取時間時，後備計時員的錶所計時間才可用來替補，但事先要規定好替補的順序，使所有徑賽項目的第一名都有三隻錶計取正式成績。
9. 每名計時員都應獨立工作，不得讓其他任何人看錶或討論其所計的成績，將成績填寫在成績記錄卡內，簽名後呈交主計時員，主計時員可以驗錶，以核對所報成績。
10. 對於所有手計時比賽，應當採用以下方式讀取並記錄：
  - (1) 在跑道上舉行的徑賽項目，除非時間為整 0.1 秒，否則成績應換算成較差的 0.1 秒，如 10.11 秒應為 10.2 秒。
  - (2) 部分或全部在場外舉行的徑賽項目，除非時間為整秒，成績應判讀到較差的整秒，如 2:09:44.3 應進位成 2:09:45。
11. 如果在根據以上情況轉換時間後，在三隻正式錶中，兩隻錶所計時間相同而第三隻錶不同時，應以這兩隻錶所計時間為準；如三隻錶所計時間各不相同，應以中間時間為準；如只使用兩隻錶，而所計時間不相同時，應以較差的時間作為正式成績。
12. 主計時員應根據上述條款判定每名運動員的正式成績，並將成績單交競賽

秘書以供發佈。

### 全自動計時和終點攝影裝置

13. 應在所有比賽中使用國際田聯批准的全自動計時和終點攝影裝置。

### 全自動計時和終點攝影系統

14. 經國際田聯批准的全自動計時和終點攝影裝置必須經過測試方可使用，並根據比賽舉辦前四年內所作的一次精度測試合格證書進行審批。包括以下條件：

(1) 該系統必須通過設在終點線延長線的攝影機連續記錄運動員抵達終點線的情況，並合成完整圖像：

(a) 規則第 1 條 1 的比賽，合成圖像必須提供至少每秒 1000 幅圖像。

(b) 其他比賽，合成圖像必須提供至少每秒 100 幅圖像。

在各種場合，圖像必須與精確到 0.01 秒的時間標尺同步。

(2) 全自動計時裝置必須從發令員的槍或經批准的類似裝置啟動時自動開始計時，從鳴槍或類似視覺訊號到此計時系統啟動之間的總延誤時間應是穩定的，並應小於或等於 0.001 秒。

15. 為了確認證實攝影裝置對正終點線，便於判讀終點拍攝的圖像，分道線與終點線的交叉點應以合適的圖形著色成黑色。所有的這些圖形必須完全限定在交叉點內，不得大於 2 厘米，不得向前超過終點線的前沿。

16. 運動員在圖像上的時間和名次必須使用可移動的標線讀取，該標線必須與時標垂直。

17. 該系統必須自動記錄運動員抵達終點的時間，並必須能打印出標明每名運動員抵達終點時間的圖片。

18. 只能自動開或停而不能二者都自動操作的計時裝置，既不能作為手計時，也不能作為全自動計時。因此，不能用來計取正式成績。出現此情況時，所記錄的時間在任何情況下都不應被承認為正式成績，但該圖像仍然可以作為有效證據，以判定名次和調整運動員之間的時間間隔。

註： 如果計時裝置並非由發令槍或經批准的類似裝置開啓，則生成的終點攝影圖像上的時標應能自動體現這一事實。

## 操 作

19. 終點攝影主裁判應負責終點計時系統的運轉。賽前他應與有關技術人員會面，熟悉計時系統的性能。在每一比賽單元開始前，終點攝影主裁判與徑賽裁判長、發令員配合，進行一次零啟動測試(zero control test)，確保發令槍或經批准的發令裝置能在規則第 165 條 14(2)規定的時間(即小於或等於 0.001 秒)內自動啟動終點計時系統。

終點攝影主裁判還要監督設備的測試，並且確保全部終點攝影機正確校準。

20. 至少應有兩架終點攝影機分別從兩側同時拍攝。更為可取的是，這些計時器在技術上應相對獨立，即採用各自的設備和電纜分別供電、記錄和傳遞發令槍或經批准的發令裝置的發令訊號。

註： 如使用兩台或兩台以上終點攝影機時，賽前應由技術代表（或被任命的國際終點攝影裁判員）指定其中的一台為正式攝影機。只有當有理

由懷疑正式攝影機的準確性或有必要使用輔助攝影機的圖像來驗證運動員的終點名次時（在正式攝影機拍攝的圖像上，運動員的整體或部分圖像模糊不清），才可使用備用攝影機記錄的時間和名次。

21. 在足夠數量的助理裁判員的協助下，終點攝影主裁判應判定運動員的名次和成績。他要確保這些成績準確地進入競賽成績系統並傳遞到競賽秘書處。
22. 應以全自動終點攝影計時系統計取的時間作為正式成績，除非有關裁判員以任何理由確定該計時器明顯不準確。如果出現此種情況，後備計時員計取的時間可以成為正式成績。如有可能，可以終點攝影圖像上獲得的時間間隔為基礎進行調整。當全自動計時器存在任何失誤的可能性時，必須任命後備手計時員。
23. 應按下列要求從終點圖像上判讀時間：
  - (1) 10000 米及以下各徑賽項目的成績，應從終點圖像上換算為 0.01 秒。如果時間不恰好為 0.01 秒，則應換算為較差的 0.01 秒。
  - (2) 在跑道上舉行 10000 米以上的各項徑賽，其時間應換算為 0.01 秒，但記錄到 0.1 秒。當判讀時間的末位數不為零時，應換算為較差的 0.1 秒。如 59:26.32 應記為 59:26.4。
  - (3) 部分或全部在場外舉行的所有徑賽項目，其時間應修改到 0.01 秒，但記錄到整秒。當判讀時間的末尾 2 位數不為零時，應換算為較差的整秒。如 2:09:44.32，應記為 2:09:45。

## 傳感器系統

24. 在舉行規則第 230 條（不是全部在體育場進行的比賽項目）、第 240 條和第 250 條的比賽中，使用經國際田聯批准的傳感器系統計時，必須符合下列條件：

- (1) 不得使用在跑進路線或起、終點給運動員的行進造成明顯阻擋、障礙的器材。
- (2) 將傳感器佩戴在運動員的服裝、號碼或鞋上時，重量不明顯。
- (3) 該系統須由發令員的發令槍開啓，或與起跑訊號同步。
- (4) 該系統不需要運動員在比賽中，或在終點和任何成績處理階段採取任何動作。
- (5) 在所有比賽中成績要換算為 0.1 秒，但記錄到整秒。當判讀時間的末位數不為零時，要進位到較差的整秒，如 2:09:44.3，記錄為 2:09:45。

註：正式成績為從發令槍發出訊號(或同步的起跑訊號)至運動員抵達終點線之間的時間。可以將運動員通過起點線和終點線所用時間告訴該運動員，但這個時間不能成為正式成績。

- (6) 當確定運動員通過終點的正式順序和時間為正式成績時，如需要，可按規則第 164 條 2 和第 165 條 2 處理。

註：如需要，亦可採用裁判員和/或錄影提供的協助確定運動員的終點名次。

25. 感應計時主裁判應該負責感應計時系統的工作。在比賽開始前，他將與技術工作人員見面，參與熟悉設備。他將監督感應計時裝置的測試，以及確

保終點線的感測器記錄下運動員的到達終點時間。與裁判長合作，確保按照規則第 165 條 24(6)判讀成績和名次。

## 第 166 條 徑賽項目的運動員排序、抽籤和錄取

---

### 賽次和分組

1. 參賽運動員人數過多，不能在一個賽次(決賽)進行比賽的徑賽項目，應舉行若干賽次的比賽(分組賽)。舉行決賽前各賽次比賽時，所有運動員都必須參賽，並通過各個賽次取得決賽的資格。除非對比賽有管理權的相關組織的同意，在規則第 1 條 1(a)、(b)、(c)和(f)的比賽中，只有沒有達到比賽參賽標準的運動員需要參加額外的爭位賽。
2. 應由技術代表安排比賽的預、次、複賽。如未任命技術代表，則應由組委會安排。

如無特殊情況，應使用下表確定徑賽項目的賽次、各賽次的組數和每一賽次的錄取方法：

100 米、200 米、400 米、100 米欄、110 米欄、400 米欄

報名人數	第一輪			第二輪			半決賽		
	組數	按名次	按成績	組數	按名次	按成績	組數	按名次	按成績
9-16	2	3	2						
17-24	3	2	2						
25-32	4	3	4				2	3	2
33-40	5	4	4				3	2	2
41-48	6	3	6				3	2	2
49-56	7	3	3				3	2	2
57-64	8	3	8	4	3	4	2	4	
65-72	9	3	5	4	3	4	2	4	
73-80	10	3	2	4	3	4	2	4	
81-88	11	3	7	5	3	1	2	4	
89-96	12	3	4	5	3	1	2	4	
97-104	13	3	9	6	3	6	3	2	2
105-112	14	3	6	6	3	6	3	2	2

800 米、4×100 米、異程接力、4×400 米

報名人數	第一輪			第二輪			半決賽		
	組數	按名次	按成績	組數	按名次	按成績	組數	按名次	按成績
9-16	2	3	2						
17-24	3	2	2						
25-32	4	3	4				2	3	2
33-40	5	4	4				3	2	2
41-48	6	3	6				3	2	2
49-56	7	3	3				3	2	2
57-64	8	2	8				3	2	2
65-72	9	3	5	4	3	4	2	4	
73-80	10	3	2	4	3	4	2	4	
81-88	11	3	7	5	3	1	2	4	
89-96	12	3	4	5	3	1	2	4	
97-104	13	3	9	6	3	6	3	2	2
105-112	14	3	6	6	3	6	3	2	2

1500 米、3000 米、2000 米障礙、3000 米障礙

報名人數	第一輪			第二輪			半決賽		
	組數	按名次	按成績	組數	按名次	按成績	組數	按名次	按成績
16-30	2	4	4						
31-45	3	6	6				2	5	2
46-60	4	5	4				2	5	2
61-75	5	4	4				2	5	2

## 2000 米障礙、3000 米、3000 米障礙

報名人數	第一輪			第二輪			半決賽		
	組數	按名次	按成績	組數	按名次	按成績	組數	按名次	按成績
20-34	2	5	5						
35-51	3	7	5				2	6	3
52-68	4	5	6				2	6	3
69-85	5	4	6				2	6	3

## 5000 米

報名人數	第一輪			第二輪			半決賽		
	組數	按名次	按成績	組數	按名次	按成績	組數	按名次	按成績
20-40	2	5	5						
41-60	3	8	6				2	6	3
61-80	4	6	6				2	6	3
81-100	5	5	5				2	6	3

## 10000 米

報名人數	第一輪			第二輪			半決賽		
	組數	按名次	按成績	組數	按名次	按成績	組數	按名次	按成績
28-54	2	8	4						
55-81	3	5	5						
82-108	4	4	4						

如有可能，在比賽的所有預賽賽次中要將同一國家或隊的運動員和成績最

好的運動員編在不同組內。第一賽次之後，通常只有根據規則第 166 條 3 運動員排名相似時，才能在各組之間調換運動員。

註 1： 安排預賽分組時，建議盡可能考慮所有運動員的成績資料，分組抽籤時，通常應使優秀運動員能進入決賽。

註 2： 在世界錦標賽和奧運會時，可能會在技術手冊中提供不同的分組錄取辦法表。

### 排名和分組組成

3. (1) 對於第一賽次，應根據運動員在事先規定的時間段內取得的有效比賽成績進行排序，然後按照蛇形分布的方法安排運動員分組。

(2) 第一賽次之後，應按下列程序安排運動員後繼賽次的分組。

(i) 100 米至 400 米跑、4 × 400 米及較短距離的各項接力，應根據運動員前一賽次的名次和成績進行排序。根據該原則，運動員將按下列順序排名：

最快的第一名

次快的第一名

第三快的第一名，等。

最快的第二名

次快的第二名

第三快的第二名，等。

最後可按下列順序補取：

按成績錄取的最快者

按成績錄取的次快者

按成績錄取的第三快者，等。

(ii) 其他各項目應繼續按照運動員報名成績排序後分組，只有在前面賽次中提高成績的運動員才可進行調整。

(3) 然後將運動員按排列的序號，依照蛇形分布的方法編入各組。例如用下列方法將排序錄取的 24 名運動員編為三組。

運動員編為三組。

A 組： 1 6 7 12 13 18 19 24

B 組： 2 5 8 11 14 17 20 23

C 組： 3 4 9 10 15 16 21 22

在任何情況下，在分組確定後應抽籤排定 A、B、C、三組的比賽順序。

#### 抽籤排定道次

4. 100 米至 800 米的各項徑賽、4 × 400 米及以下各項接力賽，如在一次比賽中要連續進行幾個賽次時，應按下列規定抽籤排定道次：

(a) 第一個賽次和根據規則第 166 條 1 規定任何預賽比賽，抽籤排定道次。

(b) 對於後繼賽次，應根據規則第 166 條 3 (2) (i)，800 米按規則第 166 條 3 (2) (ii)規定的程序在每一賽次之後對運動員排序。

然後分三次抽籤排定道次：

(i) 選擇排列前四名的運動員或隊，抽籤排定 3、4、5、6 道。

(ii) 選擇排列第五、第六名的運動員或隊，抽籤排定 7、8 道。

(iii) 選擇排列後兩名的運動員或隊，抽籤排定 1、2 道。

註 1：不足或多於 8 條分道時，上述方法經過必要修改後，仍應遵循。

註 2：在規則第 1 條 1(d)至(j)的比賽中，800 米比賽起跑時每條分道可站 1 人或多人，或者採用弧形起跑線，不分道起跑。在規則第 1 條 1(a)、(b)、(c)和(f)的比賽中，註 2 中的方法通常只適用於預賽，除非出現名次相等或進入下一賽次某組的運動員人數比事先預料的多，並需有關裁判長事先確定。

註 3：在 800 米比賽中，包括決賽中，由於任何原因，當有超過可用跑道數的運動員參加比賽時，技術代表將決定在哪一條分道對多出的運動員進行抽籤排定道次。

註 4：當跑道數多於參賽運動員人數時，應不使用內側 1 條或多條跑道。

5. 不允許運動員更換組別或分道次參加比賽，除非有關裁判長認為這種更換是公平合理的。
6. 在預、次、複賽之後，每組至少應錄取第一、二名運動員參加下一賽次的比賽，如有可能，建議每組至少應錄取三人。

出現規則第 167 條的情況例外，任何其他運動員均可根據其比賽名次或成績，按照規則第 166 條 2、技術規程或技術代表的決定獲得進入下一賽次

的資格。按成績錄取時，只能採用一種計時方法。

7. 如有可能，在任一賽次的最後一組和後繼賽次或決賽的第一組之間，必須留出的最短間隔時間為：

200 米及以下各項目為 45 分鐘；

200 米以上至 1000 米各項目為 90 分鐘；

1000 米以上各項目不在同一天舉行。

### 單一賽次

8. 在規則第 1 條 1 (a)、(b)、(c) 和 (f) 的比賽中，800 米以上的項目和 4 × 400 米以上的接力項目以及只進行一個賽次（決賽）的項目，應抽籤決定運動員的道次或起跑位置。

### 第 167 條 成績相等

---

1. 如果裁判員或終點計時裁判員不能夠根據規則第 164 條 2、第 165 條 18、第 165 條 21 或第 165 條 24 判定任何排位，(如果實際情況允許)則可以判定將成績相等。
2. 如遇運動員成績相等涉及根據規則第 166 條 3(2)，確定來自不同組運動員的排名或最後一個按成績錄取進入下一賽次名額的情況時，終點攝影主裁判應考慮有關運動員的 0.001 秒的實際時間。如果成績仍相等(或根據規則第 167 條 1)，並涉及運動員的排名時，應抽籤決定排名。當涉及最後一個按成績或排位錄取進入下一賽次名額的情況時，成績相等的運動員將進入

下一輪次，如果實際條件不允許，將通過抽籤決定進入下一輪次的運動員。

註：當按照排名和成績錄取下一賽次選手時(例如，兩組中的每組前3名，再加上其餘成績最好的兩名)，在以名次錄取下一賽次選手的最後一個資格出現成績相等時，將按名次錄取，名次相等時應減少以成績錄取的人數。

## 第 168 條 跨欄跑

---

### 1. 距離

標準比賽距離如下。

成年男子、青年男子和少年男子：110 米，400 米。

成年女子、青年女子和少年女子：100 米，400 米。

每條分道按下表設置 10 個欄架，各項目欄架設置如下：

成年男子、青年男子和少年男子欄架的設置 (單位：米)

全程距離	起點至第一欄	欄間距離	最後一欄至終點
110	13.72	9.14	14.02
400	45.00	35.00	40.00

成年女子、青年女子和少年女子欄架的設置 (單位：米)

全程距離	起點至第一欄	欄間距離	最後一欄至終點
100	13.00	8.50	10.50
400	45.00	35.00	40.00

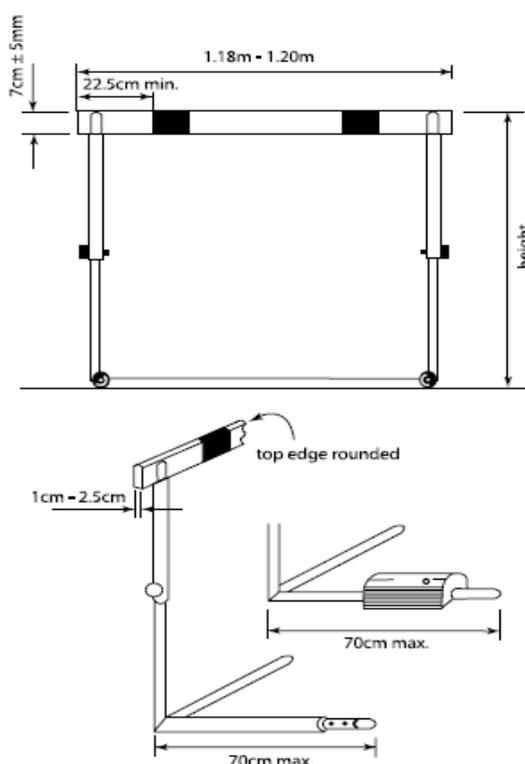


Figure 2 - Example of a hurdle

放置在跑道上的欄架底座的支架應指向運動員的跑來方向。放置欄架時，欄板後沿應與跑道上放置欄架的標記後沿重合。

- 欄架應用金屬或其他適宜材料製成，欄頂橫木系木料或其他適宜材料。欄架應包括兩個底座支架和用一條或數條橫木加固的、用以支撐長方形框架

的兩根立柱。立柱固定於底座的末端。在橫木頂端中央至少要施加水平方向 3.6 千克的力才能使欄架翻倒時，欄架設計方為合格。欄架高度可按不同項目進行調整。應按欄架的不同高度調整欄架配重，使各種高度的欄架均需 3.6 千克最多不超過 4 千克的力方可被推倒。

當中心受到相當於 10 公斤的外力時，欄板的最大水平偏移（包括立柱的偏移）不應超過 35 毫米。

### 3. 欄架規格

欄架的標準高度如下：

（單位：米）

全程距離	男子	青年男子	少年男子	成年、青年女子	少年女子
100、110	1.067	0.991	0.914	0.838	0.762
400	0.914	0.914	0.838	0.762	0.762

註：由於製造的差異，青年男子 110 米欄架高度最高為 1.000 米也可使用。

製作欄架時，欄架高度的允許誤差為  $\pm 3$  毫米。欄架寬度應為 1.18 ~ 1.20 米（圖 2）。欄架底座最長為 70 厘米。欄架總重量不得少於 10 千克。

4. 欄頂橫木寬 7 厘米 $\pm$  5 毫米，厚 1.0 ~ 2.5 厘米，邊緣應圓滑，兩端應固定。
5. 欄頂橫木應漆成黑白相間的顏色或塗以其他強烈醒目的對比顏色（要與周圍環境的顏色區分開），兩端為淺色條紋，其寬度至少 22.5 厘米。
6. 所有跨欄跑項目均為分道跑，運動員應自始至終在各自分道內跑進，但是

規則第 163 條 4 提及的情況除外。

7. 運動員應跨越每一個欄架，如果沒有做到將被取消比賽資格。

此外，如果出現下列情況的運動員也將被取消比賽資格：

(1) 在過欄瞬間其腳或腿在欄架兩側外(任意一邊)低於欄頂水平面；

(2) 裁判長認為運動員有意撞倒欄架。

8. 除規則第 168 條 7 (2) 所述外，運動員撞倒欄架，不應取消其比賽資格，也不妨礙承認其紀錄。

9. 創造世界紀錄時使用的欄架，必須完全符合本規則的規定。

## 第 169 條 障礙賽跑

---

1. 標準距離應為 2000 米和 3000 米。

2. 3000 米障礙跑，必須越過 28 次欄架和越過 7 次水池；2000 米障礙跑，必須越過 18 次欄架和越過 5 次水池。

3. 在第一次過終點線後，障礙跑每整圈應設 5 個障礙，水池欄架為其中第四個障礙。障礙應均勻分佈，各個障礙之間的距離約為一圈標準長度的五分之一。

註 1：為了保證在終點線前後，障礙間的距離/起點至障礙的距離為安全距離，可以根據 [國際田聯田徑場地設施標準手冊] 對障礙間距離做適當調整。

註 2：2000 米障礙跑，如水池設在跑道內，則在通過終點兩次後每個整圈

設 5 個障礙。

- 在 3000 米障礙賽跑中，從起點至第一圈開始處之間不放置障礙欄架，待運動員進入第一圈後再在這段距離內放置。在 2000 米障礙跑中，第一個要跨越的是常規圈中的第三個障礙欄架。此前的欄架在運動員第一次跑過時要移開。
- 障礙欄架高度，男子應為 0.914 米，女子應為 0.762 米 $\pm$ 0.3 毫米(見圖 3)。男女欄架寬度至少為 3.94 米。所有欄架頂端橫木的橫截面應為 12.7 厘米  $\times$  12.7 厘米。

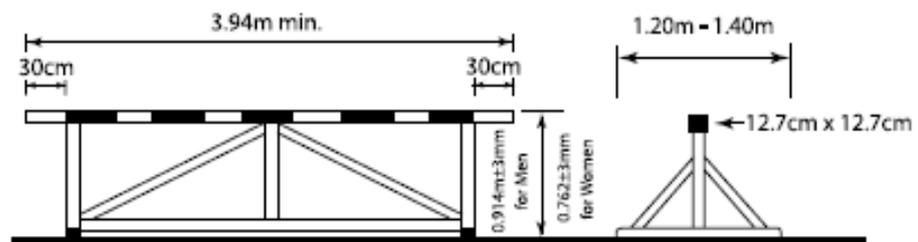


Figure 3 - Example of steeplechase hurdle

障礙欄架重量在 80 千克 ~ 100 千克。障礙欄架兩邊各裝有一個底座支架，其長度為 1.20 ~ 1.40 米 (見圖 3)

水池邊欄架的寬度應為 3.66 米 $\pm$ 0.02 米，應牢固地固定於地面，欄架不能有任何水平方向的移動。

障礙欄架的頂端橫木應漆成黑白相間的條紋或其他強烈醒目的對比顏色 (要與周圍的顏色區分開)，橫木兩端為淺色條紋，寬度至少 22.5 厘米。

放置欄架時，應使頂端橫木的一端伸入跑道內沿以內 30 厘米。

註： 建議比賽中第一個障礙欄架寬至少 5 米。

6. 水池，包括水池邊欄架（圖 4），長度應為 3.66 米± 0.02 米，水池寬度應為 3.66 米± 0.02 米。

水池底部應鋪設有足夠厚度的人工合成材料或墊子，保證落地安全並使鞋釘抓牢地面。靠近欄架一側的池底深 70 厘米，池壁前為 30 厘米寬的水平池底，然後均勻地升高呈斜坡狀，直至遠端與跑道地面齊平。在比賽開始階段，水面應與跑道表面齊平，最多不能低於 2 厘米。

註： 水池的深度可以從 70 厘米減少到 50 厘米，如圖 4 所示，水下的跑道呈斜坡，建議以後新建水池的深度都為淺的深度。

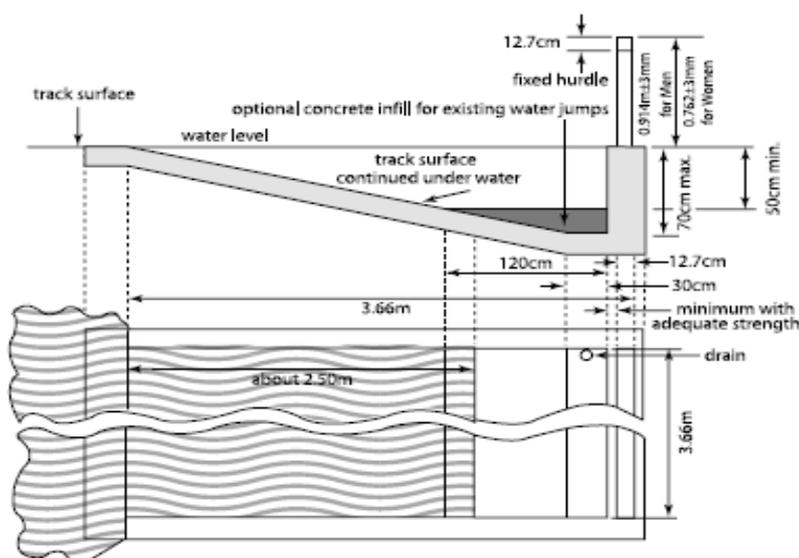


Figure 4 - Water jump

7. 運動員必須越過或涉過水面，並且跨越每一個欄架。出現下列情況的運動員將被取消比賽資格：

此外，出現下列情況也將被取消比賽資格：

- (1) 踏上水池兩邊的任意一邊；
- (2) 在過欄瞬間其腳或腿在欄架側面以外(任意一邊)，低於欄頂水平面。

只要遵守本規則的規定，運動員可用任何方式跨越欄架。

## 第 170 條 接力賽跑

---

1. 比賽標準距離應該為：4 x 100 米, 4 x 200 米, 100 米、200 米、300 米、400 米異程接力, 4 x 400 米, 4 x 800 米, 4 x 1500 米。

註：異程接力賽可以不同的棒次順序進行比賽，在此種情況下，規則第 170 條 14、18、19 和 20 的運用應當有適當的調整。

2. 應在跑道上畫出 5 厘米寬的橫線標明各段之間的距離和接力區中心線。
3. 每個接力區的長度為 20 米，在中心線前後各 10 米。接力區的開始和結束都從接力區分界線的後沿算起。在每次分道的交接棒過程中，專門指定 1 名裁判員以確保運動員在各自接力區內位置的正確性，並且意識到相應的預跑區。這名指定的裁判員應保證規則第 170 條 4 的執行。
4. 標誌物。當接力的全程或第一棒為分道跑時，運動員可在自己分道內用膠布做一個標誌，其最大尺寸為 5 厘米 × 40 厘米，顏色應明顯區別於跑道上其他永久性標誌。不許使用粉筆或其他任何擦不掉痕迹的類似物質。不得使用其他標誌物。

5. 接力棒為光滑的空心圓管，由整段木料、金屬或其他適宜的堅固材料製成，長度為 280 ~ 300 毫米，外邊框直徑為 40 毫米 $\pm$ 2 毫米，重量至少 50 克。接力棒應塗成彩色，以便在比賽中明顯可見。
6.
  - (1) 運動員必須手持接力棒跑完全程。
  - (2) 不允許運動員帶手套或在手上放置某種材料(除了在規則第 144 條 4(3)中被允許) 或物質以便更好地抓握接力棒。
  - (3) 如發生掉棒，必須由掉棒運動員撿起。允許掉棒運動員離開自己的分道撿棒，但不得因此縮短比賽距離。此外，接力棒掉在跑道兩側或跑進方向時，(包括終點線後)時，掉棒的運動員在撿回棒後，必須回到至少在他上次手持棒的位置繼續跑進。如果遵守上述程式，並未侵犯其他運動員，不得因掉棒取消比賽資格。  
  
如果運動員沒有遵守規則，則他所屬的接力隊將被取消比賽資格。
7. 接力棒必須在接力區內交接接力棒。接力棒的傳遞開始於接力棒第一次觸及接棒運動員，只有接棒運動員手持接力棒的瞬間才算完成傳遞。僅以接力棒的位置決定是否在接力區內完成接力。在接力區外傳接棒將被取消比賽資格。
8. 運動員在接棒之前和/或傳棒之後，應留在各自分道或接力區內，保持自己的位置直到跑道暢通，以免阻擋其他運動員。規則第 163 條 3、第 163 條 4 的規定不適用於這些運動員。如果運動員在其分段終點處跑離所在位置或跑出分道而故意阻礙其他接力隊員，則應取消該接力隊的比賽資格。
9. 凡通過推動跑出或採用其他方法受到幫助，應取消該隊比賽資格。

10. 接力隊的每名隊員只能跑一棒。參加接力比賽任何輪次的 4 名運動員，可以是報名參加比賽的任何運動員，包括參加其他項目比賽的運動員。然而，一旦接力隊開始比賽，只允許該隊有 2 人作為替補隊員參加比賽。如果違反此款規定，將取消該隊比賽資格。
11. 接力隊的隊員和各棒順序，須在每一賽次第一組的第一次檢錄前至少 1 小時正式申報。如再次變動，必須經由組委會任命的一名醫務官員進行驗證，但也只能在該接力隊所在組的最後一次檢錄之前提出。如果違反此款規定，將取消該隊比賽資格。
12. 4 x 100 米比賽應為全程分道跑。
13. 4 x 200 米比賽可以採用幾下任何一種方法：
  - (1) 如果有可能，應為全程分道跑(四個彎道均為分道跑);
  - (2) 前兩棒是分道跑，第三棒運動員在規則第 163 條 5(第一個彎道末端的)搶道線後沿以後為不分道跑，當運動員越過此線即可切入裏道(三個彎道為分道跑);
  - (3) 第一棒運動員在規則第 163 條 5(第一個彎道末端的)搶道線後沿以後為不分道跑，當運動員越過此線即可切入裏道(一個彎道為分道跑)

註： 如果參賽隊不多於 4 隊，並且沒有條件選擇本款方式(1) 比賽，建議按本規則方式(3)進行比賽。
14. 異程接力比賽前兩棒是分道跑，第三棒運動員在規則第 163 條 5 (第一個彎道末端的) 搶道線後沿以後為不分道跑，當運動員越過此線即可切入裏道(二個彎道為分道跑)。

15. 4 x 400 米比賽可以用以下的其中一種方法跑進:

(1) 第一棒是分道跑, 第二棒運動員在規則第 163 條 5 (第一個彎道末端的) 搶道線後沿以後為不分道跑, 當運動員越過此線即可切入裏道 (三個彎道為分道跑);

(2) 第一棒運動員在規則第 163 條 5 (第一個彎道末端的) 搶道線後沿以後為不分道跑, 當運動員越過此線即可切入裏道 (一個彎道為分道跑)。

註: 如果參賽隊不多於 4 隊, 建議使用本規則方式(2)進行比賽。

16. 4 x 800 米比賽可幾用幾下的其中一種方法跑進:

(1) 第一棒運動員在規則第 163 條 5 (第一個彎道末端的) 搶道線後沿以後為不分道跑, 當運動員越過此線即可切入裏道 (一個彎道為分道跑);

(2) 不採用分道跑。

17. 4 x 1500 米比賽不採用分道跑。

18. 除第一棒外, 4 x 100 米和 4 x 200 米比賽中, 第二、三、四棒運動員以及異程接力比賽中第二、三棒的運動員可從接力區 (見本條第 3 款) 後面 10 米以內的地方起跑, 應在每條分道上清楚標明此預跑線的位置。如果運動員沒有遵守本規則, 他的接力隊將被取消比賽資格。

19. 異程接力比賽的最後一次交棒和 4 x 400 米、4 x 800 米和 4 x 1500 米比賽, 運動不允許在接力區之外起跑, 必須在接力區內起跑。如果運動員沒有遵守本規則, 他的接力隊將被取消比賽資格。

20. 異程接力最後一棒運動員和 4 x 400 米比賽的第三、四棒運動員應在指定裁判員的指揮下，按照同隊傳棒運動員進入最後一個彎道時的先後順序(由內向外)排列各自的接棒位置。一旦傳棒運動員跑過該點，接棒運動員須保持其排列順序，不能改變其在接力區起點處的位置。任何運動員不遵守本規定，均取消其接力隊的比賽資格。

註： 4 x 200 米接力比賽(如不是全程分道跑時)，若前一棒為非分道跑，運動員將(由內向外)按照檢錄單的順序排列。

21. 在不分道跑的接力比賽中，如適用也包括 4 x 200 米、異程接力和 4 x 400 米接力項目，接棒運動員在同隊傳棒隊員即將到達時，可移向跑道內側的位置接棒，但不得衝撞、阻擋其他運動員以至於妨礙其跑進。在 4 x 200 米、異程接力和 4 x 400 米項目，接棒運動員須根據規則第 170 條 20 款的規定保持他們的順序。如果運動員沒有遵守本規則，其所屬接力隊將被取消比賽資格。

## 第四節 田賽項目

### 第 180 條 總 則 - 田賽項目

---

#### 在比賽區域的準備活動

1. 比賽開始前，每名運動員均可在比賽區域練習試擲或試跳。但是，投擲項目的練習試擲應從始至終在裁判員的監督下按抽籤排定的順序進行。
2. 一旦比賽開始，不允許運動員使用下列內容進行練習：
  - (1) 助跑道或起跳區；
  - (2) 撐竿；
  - (3) 各種投擲器材；
  - (4) 投擲圈或落地區地面，無論徒手或持器械。

#### 助跑標誌物

3.
  - (1) 在使用助跑道的田賽項目中，應沿助跑道旁放置標誌物，跳高助跑的標誌物可放置在助跑道上。每名運動員可放置 1 至 2 個標誌物（由組委會批准或提供），以幫助運動員助跑和起跳。如未提供此類標誌物，運動員可使用膠布，但不得使用粉筆或任何不易去除痕迹的類似物質。
  - (2) 在投擲圈內比賽的投擲項目，比賽中運動員僅允許使用一個標誌物，此標誌物可直接放置在投擲圈後面或緊靠投擲圈附近的地面。標誌物僅限運動員在自己試投期間臨時放置，並且不能干擾裁判員的視線。落地區內及旁邊不能放置任何個人標誌物。

## 成績標誌物

4. 可以放置明顯的旗幟或標誌物以標明當前的世界紀錄。如情況允許，還可放置目前的地區、國家或賽會紀錄標誌。

## 比賽順序

5. 運動員應按抽籤排定的順序參加比賽。如果運動員沒有按照此要求進行比賽，可以按照規則第 125 條 5 和第 145 條 2 中予警告或取消比賽資格。如果有及格賽，則決賽的順序應重新抽籤(見規則第 180 條 6)。
6. 除跳高和撐竿跳高外，在任何一輪比賽中，不允許記錄運動員一次以上的試跳(擲)成績。除跳高和撐竿跳高外，在其他田賽項目中，如參賽運動員多於 8 人，則每名運動員均有 3 次試跳(擲)機會，有效成績最好的前 8 名運動員可再試跳(擲)3 次。

當涉及最後一名晉級決賽的排名時，如果 2 名或 2 名以上運動動員的最好成績相同，將採用規則第 180 條 22 進行裁決。如果成績仍然相等，可允許並列的運動員增加試跳(擲)3 次。

當運動員人數只有 8 人或少於 8 人時，每人均有 6 次試跳 (擲) 機會。如果前 3 輪的試跳(擲)後有 1 人以上沒有有效成績，那麼後 3 輪的試跳(擲)順序為按他們原來的順序排在其他有成績的運動員之前。

在上述情況中：

- (1) 前 3 次試跳 (擲) 結束後，應對運動員的成績排序，後 3 次的試跳 (擲) 順序，應與前 3 次試跳 (擲) 的排名相反。
- (2) 當比賽順序被改變，並且出現成績相等，試跳 (擲) 的順序將按最

初抽籤順序進行試跳（擲）。

註 1： 高度跳躍項目見規則第 181 條 2。

註 2： 根據規則第 146 條 5，如果在裁判長的允許下， 1 名或多名運動員在抗議下比賽，那麼這些運動員後繼輪次的試跳（擲）順序排在其他繼續比賽的運動員之前；如果有多名運動員在抗議下比賽，則後繼輪次的試跳（擲）順序為按他們原來的順序排在其他有成績的運動員之前。

註 3： 有關管理機構可在比賽規程中規定，如果多於 8 名運動員比賽時，所有運動員均有 4 次試跳(擲)機會。

### 記錄試跳(擲)

7. 試跳(擲) 的記錄應按以下方式：

- (1) 除跳高和撐竿跳高外，有效的試跳(擲) 應被測量。跳高和撐竿的有效試跳應用 "0"表示。
- (2) 失敗應用 "x"表示。
- (3) 如果運動員放棄試跳(擲) ，(免跳、擲) ，應用 "-" 表示。

### 試跳（擲）的完成

8. 試跳（擲）完成後裁判員才能舉白旗表示試跳（擲）成功。

以下情況為試跳（擲）成功完成：

- (1) 在高度項目中，裁判員判定沒有違反規則 182 條 2、183 條 2 或 183 條 4 的規定。

- (2) 在遠度項目中，運動員按規則第 185 條 2 中的規定離開落地區。
- (3) 在投擲項目中，運動員按規則 187 條 17 中所規定離開投擲圈或助跑道。

## 及格賽

9. 在田賽項目中，如果參賽運動員人數較多而無法順利進行決賽時，應舉行及格賽。舉行及格賽時，所有運動員都必須參加，通過及格賽獲得決賽資格。及格賽的成績不能成為決賽成績的一部分。
10. 通常，應將運動員隨機分成兩組或多組進行及格賽，但是在可能的情況下，應將同一國家或隊的運動員編在不同組。除非場地設施有問題，各組應在相同時間和條件下進行比賽，否則應在上一組比賽結束後，立即進行下一組的準備活動。
11. 如果比賽超過三天，建議在高度跳躍項目的及格賽與決賽之間安排一天休息。
12. 由技術代表決定及格條件、及格標準和進入決賽的運動員人數，如果沒有任命技術代表，則由組委會決定。舉行規則第 1 條 1 (a)、(b)、(c) 和 (f) 的比賽，至少應有 12 名運動員進入決賽。
13. 在及格賽中，除跳高和撐竿跳高之外，每名運動員最多有 3 次試跳（擲）機會。一旦運動員達到及格標準，不得繼續參加及格賽。
14. 在跳高和撐竿跳高及格賽中，如果沒有因連續三次試跳失敗而被淘汰的運動員，則要根據規則 181 條 2 的規定繼續比賽，直至及格高度上的最後一次試跳結束，但是根據規則 180 條 12 的規定達到了決賽的人數時除外。

15. 如果運動員均未達到事先制定的及格標準或達標人數少於規定人數，則應根據運動員在及格賽中的成績，補齊進入決賽的人數。在排定所有比賽運動員的名次時，如果在及格賽的總排名中最後一個及格名次成績相等，則應按第 180 條 22 或第 181 條 8 的有關規定處理。如果運動員的成績仍相等，那麼成績相等的運動員將進入決賽。
16. 當跳高或撐竿跳高及格賽分兩組同時進行時，建議兩組在相同的時間提升橫杆的高度，還建議這兩組運動員的水平大致相等。

### 比賽時阻擋

17. 在田賽的某一次試跳（擲）中，任何原因使運動員受阻，有關裁判長有權予以補試機會。

### 延誤比賽

18. 田賽項目比賽時，運動員無故延誤試跳（擲）時間，將導致不許其參加該次試跳（擲），並記錄為該次試跳（擲）失敗。在任何情況下，均由有關裁判長決定何為無故延誤。

比賽時，有關裁判員負責向運動員顯示一切準備就緒、試跳（擲）開始，並從這一瞬間開始計算該次試跳（擲）的時間。如果該運動員在此之後才決定免跳，當時限結束時，應判該次試跳（擲）失敗。

撐竿跳高的時限從根據運動員的預先要求將立柱調整好時算起。不允許為額外的調整增加時限。

如果到時限時運動員已開始了試跳（擲），應允許其進行該次試跳（擲）。

一般不應超過下列時限：

單項比賽

(單位：分鐘)

仍在參賽的運動員人數	跳高	撐竿跳高	其他
3 人以上	1	1	1
2 或 3 人	1.5	2	1
1 人	3	5	-
連續試跳	2	3	2

全能項目

(單位：分鐘)

仍在參賽的運動員人數	跳高	撐竿跳高	其他
3 人以上	1	1	1
2 或 3 人	1.5	2	1
1 人或連續試跳	2	3	2

註 1：應設置向運動員顯示剩餘時間的時鐘。此外，一名裁判員在時限尚餘 15 秒鐘的時間內應持續舉起黃旗或以其他方式示意。

註 2：在跳高和撐竿跳高比賽中，在同一高度上不允許改變試跳的時限，但是當同一名運動員連續試跳時允許改變時限。

註 3：參加比賽的運動員第一次試跳（擲）的時限為 1 分鐘。

註 4：當計算仍在參賽的運動員人數時，應該包括參加因成績相等時決定第一名比賽的運動員。

### 離開比賽場地

19. 在比賽進行中，運動員得到許可，在一位裁判員陪同下，可以離開該項目的比賽場地。

### 變更比賽場地或時間

20. 技術代表或有關裁判長認為因客觀條件的原因需要變更比賽場地或比賽時間，有權變更比賽場地或時間。此類變更應在賽完一輪之後進行。

註：不得因風向和風力的變化而變更比賽場地或比賽時間。

### 成績

21. 每名運動員的成績，取其所有試跳(擲)中最優的，包括撐竿跳高比賽中因成績相等決定第一名的成績。

### 成績相等

22. 除了跳高和撐竿跳高項目外，如果成績相等，應以其次優成績判定名次。如次優成績仍相等，則以第三較優成績判定，依次類推。按規則第 180 條 22 所述，如果運動員成績仍然相等，應判定運動員的比賽名次並列。

除了高度跳躍項目，無論任何名，包括涉及第一名，成績相等的運動員的名次應並列。

註：高度跳躍項目見規則第 181 條 8、第 181 條 9。

## A. 高度跳躍項目

### 第 181 條 通 則 - 高度跳躍項目

---

1. 比賽開始前，主裁判應向運動員宣布起跳高度和每輪結束後橫杆的提升高度，直至比賽中只剩下一名已獲勝的運動員或並列第一名。

#### 試 跳

2. 運動員可以在主裁判事先宣布的橫杆升高計劃中的任何一個高度上開始試跳，也可在以後任何一個高度上根據自己的願望決定是否試跳。只要運動員連續 3 次試跳失敗，即失去繼續比賽的資格，而第一名成績相等而進行決定名次跳的情況除外。

允許運動員在某一高度上第一次或第二次試跳失敗後，在其第二次或第三次試跳時請求免跳，並在後繼的高度上繼續試跳。

運動員在某一高度上請求免跳後，不准在該高度上恢復試跳，除非出現第一名成績相等時決名次跳的情況。

3. 即使所有其他運動員均已失敗，一名運動員仍有資格繼續試跳，直至放棄繼續比賽的權利。
4. 除非比賽中只剩下一名運動員，並且他已獲得該項目比賽的冠軍，否則：
  - (1) 跳高項目每輪次之後，橫杆升高不得少於 2 厘米；撐竿跳高項目每輪次之後，橫杆升高不得少於 5 厘米；並且
  - (2) 橫杆升高的幅度不得增大。

規則第 181 條 4(1)及(2)不適用於仍在試跳的運動員同意將橫杆直接升到世

界紀錄的高度。

當某運動員已在比賽中獲勝時，有關裁判員或裁判長應徵求該運動員的意見，由該運動員決定橫杆的提升高度。

註：此規定不適用於全能比賽項目。

在規則第 1 條 1 (a)、(b)、(c) 和 (f) 的全能比賽中，跳高項目每輪的橫杆提升高度均為 3 厘米。撐竿跳高項目每輪的橫杆提升高度為 10 厘米。

## 測 量

5. 所有高度項目的測量均應以厘米為單位，從地面垂直量至橫杆上沿最低點。
6. 每次升高橫杆後，在運動員試跳之前，均應測量橫杆高度。當橫杆放置在紀錄高度時，有關裁判員必須進行審核測量。如果自上一次測量紀錄高度後，橫杆又被觸及，在後繼的紀錄高度的試跳之前，裁判員必須再次測量橫杆高度。

## 橫 杆

7. 橫杆應用玻璃纖維或其他適宜材料製成，不得使用金屬材料。除兩端外，橫杆的橫截面呈圓形。跳高橫杆全長為 4.00 米 $\pm$ 2 厘米，最大重量 2 千克。撐竿跳高橫杆全長為 4.50 米 $\pm$ 2 厘米，最大重量 2.25 千克。橫杆圓形部分直徑 30 毫米 $\pm$ 1 毫米。

橫杆應由三部分組成，即圓杆和兩端。為便於放置在橫杆托上，橫杆兩端應寬 30 ~ 35 毫米，長 15 ~ 20 厘米。(圖 5)

橫杆兩端橫斷面應呈圓或半圓形，並有明確規定的平面放置在橫杆托上。

這個平面不能高於橫杆垂直斷面的中心，並要堅硬和平滑。橫杆兩端不得包裹橡膠或任何能增大與橫杆托之間摩擦力的物質。

橫杆應無傾斜，放在橫杆托上時，跳高橫杆最多下垂 2 厘米，撐竿跳高橫杆最多下垂 3 厘米。

橫杆的彈性檢查：放好橫杆後，在橫杆中央懸掛 3 千克重物，跳高橫杆最多允許下垂 7 厘米，撐竿跳高橫杆最多下垂 11 厘米。

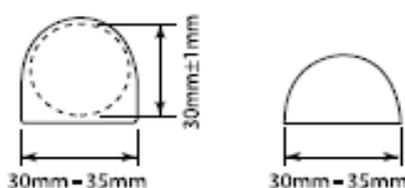


Figure 5 - Alternative ends for crossbar

## 決定名次

8. 如果 2 名或者 2 名以上運動員跳過同樣的最後高度，將按以下程序決定名次):
  - (1) 在最後跳過的高度上，試跳次數較少者名次列前。
  - (2) 如成績仍然相等，則在包括最後跳過的高度在內的全賽中，試跳失敗次數較少者名次列前。
  - (3) 如成績仍相等，成績相等不涉及第一名時，則運動員的比賽名次並列。
  - (4) 如涉及第一名時，將根據規則第 181 條 9 中規定，在成績相等的運

動員間進行決名次跳，除非根據比賽前規定的技術規程或在比賽中根據技術代表的決定(如沒有任命技術代表，將由裁判長)。如果不進行決名次跳，包括相關運動員決定不在進行試跳的比賽任何階段，成績相等運動員的名次並列。

註：本規則（4）不適用於全能項目。

### 決定名次跳

9. (1) 相關運動員必須在每個高度進行試跳，直到決出名次，或者所有相關運動員決定不再進行試跳。
- (2) 每名運動員在每個高度上只有一次試跳機會。
- (3) 運動員應在根據規則第 181 條 1 中規定的最後越過高度的下一高度上進行決名次跳。
- (4) 如果有 1 名以上運動員都跳過或未跳過而仍不能判定名次，則橫杆應提升或降低：跳高為 2 厘米，撐竿跳高為 5 厘米。
- (5) 如果運動員不在該高度上進行試跳，那麼他將自動失去爭奪第一名的資格。如果該情況下，只剩下一名運動員，不管他是否試跳該高度，他都將獲得冠軍。

## 跳高實例

比賽開始時，主裁判宣布橫杆升高計劃：

1.75 米； 1.80 米； 1.84 米； 1.88 米； 1.91 米； 1.94 米； 1.97 米； 1.99 米.....

運動員	跳躍高度 (米)							失敗 次數	決名次跳 (米)			名次
	1.75	1.80	1.84	1.88	1.91	1.94	1.97		1.91	1.89	1.91	
A	○	×○	○	×○	×—	××		2	×	○	×	2
B	—	×○	—	×○	—	—	×××	2	×	○	○	1
C	—	○	×○	×○	—	×××		2	×	×		3
D	—	×○	×○	×○	×××			3				4

○：成功

×：失敗

—：免跳

A、B、C 和 D 都跳過 1.88 米。

開始實施成績相等的有關規則第 181 條 8 和第 181 條 9，有關裁判員計算從起跳至最後跳過的 1.88 米在內的每人的失敗總次數：D 的試跳失敗總次數最多，因此獲得第四名。A、B 和 C 的名次依然相等，並涉及第一名。由於 1.91 米是他們最後通過高度的下一高度，因此從 1.91 米開始進行決名次試跳，每人有一次試跳機會，但這三人都未跳過。橫杆降至 1.89 米，進行第二次試跳，C 未跳過，因而獲得第三名，A 和 B 都跳過，因成績相等又獲得了第三次試跳的機會。橫杆升至 1.91 米，B 跳過，因而獲得第一名。

## 外 力

10. 當橫杆明顯受外力（如陣風）作用而掉落，且與運動員無關的情況：

- (1) 如果運動員越過橫杆時身體並未觸及橫杆，但在過杆後橫杆掉落，應認定該次試跳成功。
- (2) 如果在其他情況下發生橫杆掉落，則應給予一次重新試跳的機會。

## 第 182 條 跳 高

---

### 比 賽

1. 運動員必須用單腳起跳。

2. 如出現下列情況之一者，應判為試跳失敗：

- (1) 試跳後，由於運動員的試跳動作，致使橫杆未能留在橫杆托上；或
- (2) 在越過橫杆之前，運動員身體的任何部位觸及橫杆後沿（靠近助跑道）垂直面以前的（在兩個立柱之間或之外的）地面或落地區。如果運動員在試跳中一隻腳觸及落地區，而裁判員認為他並未從中獲得利益，則不應因此原因判該次試跳失敗。

註：為有助於執行規則，應沿著兩個立柱前沿垂直面的地面畫一條 5 厘米寬的白線（通常可用膠布或類似物質），該白線後沿應與橫杆後沿垂直面在一條線上，並延伸至立柱以外 3 米處。

### 助跑道和起跳區

3. 助跑道的長度不得短於 15 米。在規則第 1 條 1 (a)、(b)、(c) 和 (f) 的

比賽中，助跑道長度至少應為 20 米。條件允許時，助跑道長度至少應長 25 米。

4. 助跑道和起跳區朝向棋杆中心地點最後 15 米的總的最大傾斜度不得超過 1:250(0.4%)。該區域的最小範圍在規則第 182 條 3 中已說明。落地區應放在運動員的助跑上坡的位置。
5. 起跳區應保持水平，或任何傾斜都必須符合規則第 182 條 4 和[國際田聯田徑場地設施標準手冊]的要求。

## 器 材

6. 跳高架（圖 6）：可以使用結構堅固的各種類型的跳高架或立柱。跳高架應有能穩定放置橫杆的橫杆托。跳高架應有足夠的高度，至少應超過橫杆實際提升高度 10 厘米。兩立柱之間的距離為 4.00 ~ 4.04 米。
7. 在比賽過程中不得移動跳高架或立柱，除非有關裁判長認為該起跳區或落地區已變得不適於比賽。

如需移動跳高架或立柱，應在試跳完一輪之後進行。

8. 橫杆托：橫杆托應水平放置，呈長方形，寬 4 厘米，長 6 厘米。在跳躍過程中，橫杆托必須牢固地被固定在立柱上和不可移動。橫杆托必須朝向對面立柱，放在托上的橫杆被運動員觸碰時，應易於向前或向後掉落。橫杆托應為光滑平面。在橫杆托上不得包裹橡膠或其他能夠增大與橫杆之間摩擦力的任何物質，亦不得使用任何有彈性的物質。

橫杆托在起跳區橫杆兩端的高度是相同的。

9. 橫杆兩端與立柱之間至少應有 1 厘米的空隙。

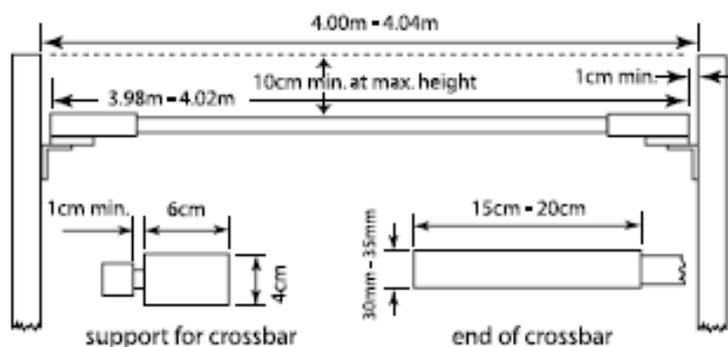


Figure 6 - High Jump uprights and crossbar

## 落地區

10. 規則第 1 條 1(a)、(b)、(c)、(e) 和(f) 的比賽，落地區的長、寬、高最小為 6 米 × 4 米 × 0.7 米。其他比賽，落地區長、寬、高最小為 5 米 × 3 米 × 0.7 米。

註： 跳高比賽時，跳高架立柱與落地區之間至少應有 10 厘米的空隙，以免由於落地區移動而觸及立柱，以致橫杆掉落。

## 比 賽

1. 運動員可要求向落地區方向移動撐竿跳高橫杆，並可移動至（距運動員最近的橫杆邊緣）從插鬥前壁頂端內沿向落地區方向 80 厘米之內的任一位置。

運動員應在比賽開始前將其第一次試跳需採用的立柱或橫杆托移動距離通知有關裁判員，移動距離應被記錄下來。

此後，如果運動員要求改變立柱或橫杆托的移動距離，應在按其原要求調整好立柱位置之前及時通知有關裁判員。否則，應開始計算該運動員的試跳時間。

註： 應畫一條 1 厘米寬的顏色明顯的線（“零”線），該線與助跑道的中軸線垂直，與插鬥前壁頂端的內沿齊平。此線也要通過落地區的表面，盡量延伸到兩側立柱的外端。

2. 出現下列情況之一者，應判為試跳失敗：
  - (1) 試跳後，由於運動員的試跳動作，致使橫杆未能留在橫杆托上；或
  - (2) 在越過橫杆之前，運動員的身體和所用撐竿的任何部位觸及插鬥前壁上沿垂直面以前的地面和落地區；或
  - (3) 起跳離地後，將原來握在下方的手移握至上方的手以上或原來握在上方的手向上移握；或
  - (4) 試跳時，運動員用手穩定橫杆或將橫杆放回。

註 1：運動員助跑時，在任何位置跑出助跑道標誌線都不算犯規。

註 2：運動員在試跳中，撐竿正確插入插斗後，撐竿觸及撐竿跳高墊將不判試跳失敗。

3. 比賽中，允許運動員在雙手或撐竿上使用有利於抓握的物質，並允許使用手套。
4. 除非撐竿朝向遠離橫杆或撐竿跳高架的方向傾倒，否則不准有人（包括運動員）接觸撐竿。如果有人接觸撐竿，而裁判長認為如果撐竿不被接觸，將會碰落橫杆，則應判此次試跳失敗。
5. 試跳時，撐竿折斷，不應判為試跳失敗，應給予該運動員一次重新試跳的機會。

### 助跑道

6. 從 " 零 " 線量起，助跑道長度至少應為 40 米，條件允許時至少應長 45 米。助跑道寬度應為 1.22 米  $\pm$  0.01 米。助跑道的標誌線為寬 5 厘米的白線。

註： 2004 年 1 月 1 日以前建造的場地可以使用 1.25 米寬的助跑道。

7. 助跑道的左右傾斜度不得超過 1: 100(1%)，在助跑道最後 40 米的跑進方向上向下總的傾斜度不得超過 1: 1000(0.1%)。

## 器 材

8. 插斗（圖 7）：撐竿跳高起跳時，撐竿必須插在插斗內。應用適宜的材料製作插斗，插斗上沿最好為弧形或軟性材料，將插斗埋入地下，上沿與地面齊平。插斗底部的斜面長度為 1 米。底部的寬度自後向前逐漸變窄，後端為 60 厘米，前端為 15 厘米。插斗的地面長度和前壁的深度，為插斗底板與前壁構成的  $105^\circ$  角所決定。

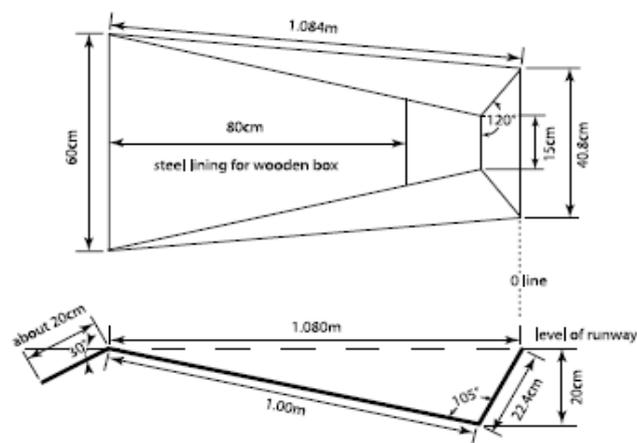


Figure 7 - Pole Vault box (top and side view)

插斗底板自與地面齊平的後端向前下方傾斜到與前壁結合處，距地面的垂直深度為 20 厘米。插斗的左右兩壁向外傾斜，與前壁銜接處形成的角度約為  $120^\circ$ 。

註：運動員在進行每一次試跳時，可以在插斗四周放置墊子，以便進一步保護。放置這一器材應在運動員的試跳時限內完成，並且在他結束本次試跳後立即移除。在規則第 1 條 1(a)、(b)、(c)、(e) 和(f) 的比賽中，這種器材由組委會提供。

9. 撐竿跳高架：任何堅固的撐竿跳高架和立柱均可使用。必須用適宜材料製

作的墊子包裹跳高架底座的金屬結構，以及在落地區上面的支架部位，以保護運動員和撐竿。

10. 橫杆支架：橫杆應放置在水平方向上突出的橫杆托上，以便當運動員或撐竿觸及橫杆時，橫杆易向落地區方向掉落。橫杆托上不得有刻痕或缺口，橫杆托應粗細均勻，直徑不超過 13 毫米。

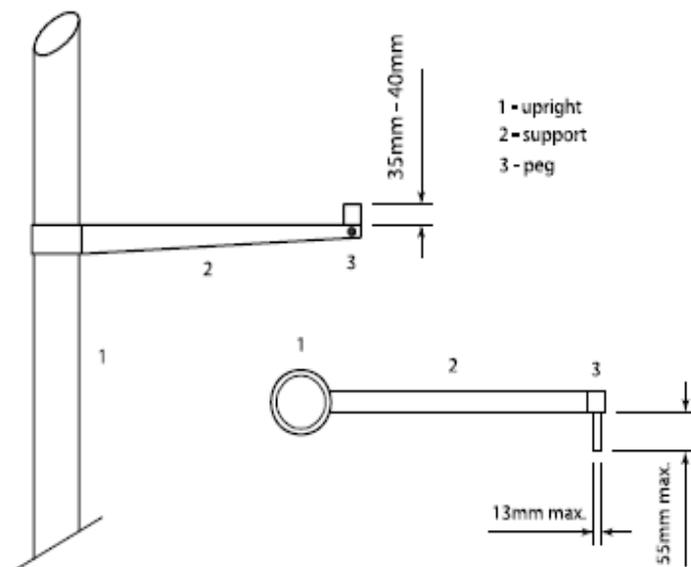


Figure 8 - Pole Vault crossbar support (view from landing area and top view)

橫杆托伸出支架的長度不超過 55 毫米。支架應高於橫杆托 35 ~ 40 毫米。

橫杆托之間的距離為 4.30 ~ 4.37 米。在橫杆托上不得包裹橡膠或任何能夠增大與橫杆之間摩擦力的物質，亦不能有任何彈性。

註：為了減少運動員落在立柱底座上受傷的機會，可將橫杆托置於永久性固定在立柱的延伸臂上面，以增加兩個立柱之間的距離，而橫杆的長度不變（圖 8）。

## 撐 竿

11. 運動員可使用自備撐竿。未經物主同意，不得使用他人的撐竿。

撐竿可用一種或多種合成材料製成，長度和直徑不限，但撐竿表面必須光滑。

可在撐竿的抓握末端處纏上多層保護性膠布(以保護手)，和/或在撐竿下端纏上其他適當材料和膠布(以保護撐竿)。任何在撐竿抓握末端處的膠布除了重疊的附屬物以外必須一致，不能出現直徑的突然改變，如在撐竿上增設任何“環狀”物。

## 落地區

12. 舉辦規則第 1 條 1 (a)、(b)、(c)、(e)、和 (f) 的比賽，落地區不得小於 6 米長 (“零”線後且不包括前端) × 6 米寬 × 0.8 米高。

舉辦其他比賽，落地區面積不小於 5 米長 (不算前端) × 5 米寬。所有比賽的前端必須至少長 2 米。(圖 9)

落地區邊沿距離插斗應為 10 ~ 15 厘米，從插斗方向向外傾斜約為 45°。  
(圖 9)

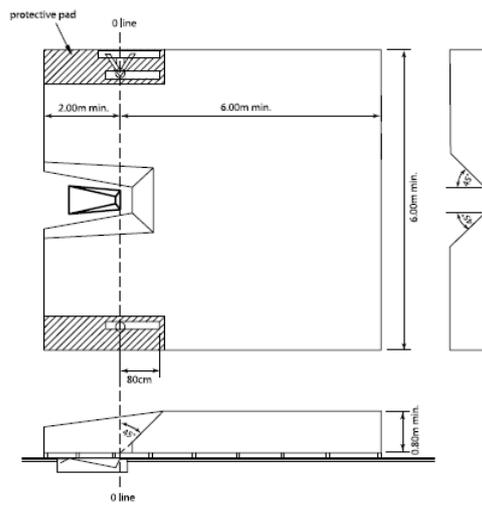


Figure 9 - Pole Vault landing area (top and side views)

## B. 遠度跳躍項目

### 第 184 條 通 則 - 遠度跳躍項目

---

#### 助跑道

1. 助跑道長度從起跳線量起至助跑道盡頭至少應為 40 米。條件允許時應為長 45 米。助跑道寬度為 1.22 米  $\pm 0.01$  米，應用 5 厘米寬的白線標出助跑道。

註：2004 年 1 月 1 日以前建造的場地可以使用 1.25 米寬的助跑道。

2. 助跑道的左右最大傾斜度不超過 1: 100(1%)，在助跑道最後 40 米的跑進方向上向下總的傾斜度不得超過 1: 1000(0.1%)。

#### 起跳板

3. 起跳板是起跳的標誌，應水平埋入地下，與助跑道及落地區表面齊平。起跳板靠近落地區的邊沿稱為起跳線。緊靠起跳線前端應放置一塊橡皮泥顯示板，以便於裁判員進行判斷。

4. 起跳板應為長方形，用木料或其他適宜的堅硬材料製成，運動員的鞋釘可以抓住且不會打滑，長 1.22 米  $\pm 0.01$  米，寬 0.20 米  $\pm 0.002$  米，厚度最大為 10 厘米，塗成白色。

5. 橡皮泥顯示板：應用木料或其他適宜的材料製成，質地堅硬，長 1.22 米  $\pm 0.01$  米，寬 0.10 米  $\pm 0.002$  米，並漆成不同於起跳板的顏色。如可能，橡皮泥應採用第三種對比度強的顏色。此板應安放在緊靠起跳板前端的凹槽或攔板裏，其高度超出起跳板 7 毫米  $\pm 1$  毫米。顯示板邊沿既可以向助跑道方向傾斜 45°，在傾斜面上覆蓋 1 毫米厚的橡皮泥，也可以切去邊角，填充橡皮泥使之傾斜 45° (圖 10)。-

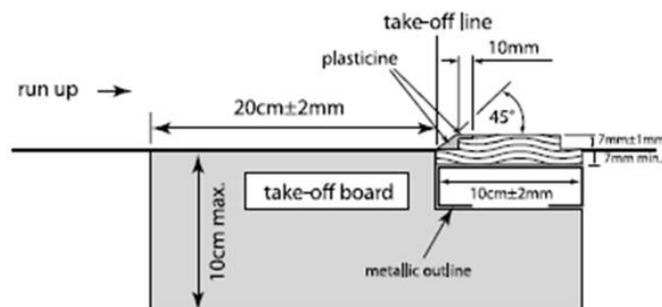


Figure 10 - Take-off board and plasticine indicator board

顯示板上部最靠助跑方向的前 10 毫米也要用橡皮泥覆蓋。

當顯示板被安放在凹槽中時，全部裝置必須牢固，足以承受運動員起跳腳的全部力量。

橡皮泥下面的顯示板的材料，應使運動員的鞋釘能抓牢而不滑。

橡皮泥層可用碾子或其他刮具抹平，以消除運動員留下的足跡。

註： 如有備用橡皮泥板則更為方便，在消除足跡時不致延誤比賽。

## 落地區

- 落地區寬度最小 2.75 米，最大 3 米。助跑道應對準落地區中央，使助跑道中心線延長時與落地區的中心線重合。

註： 當落地區中心線與助跑道的中心線不重合時，應在落地區內布置一條或兩條帶子，使這兩條線重合（圖 11）。

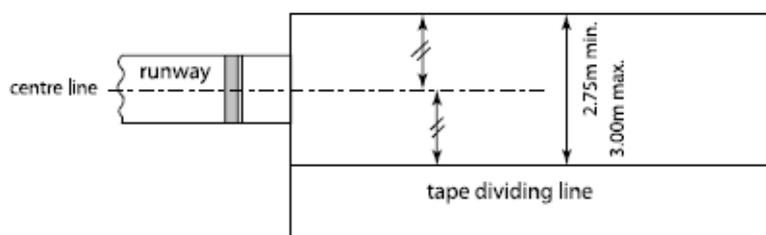


Figure 11 - Centralised Long Jump / Triple Jump landing area

7. 落地區內應填充濕軟的沙子，沙面應與起跳板齊平。

### 距離丈量

8. 每次有效試跳後(或根據規則第 146 條 5 進行口頭抗議後) 應立即丈量成績。  
測量成績時，應從運動員身體任何部位(任何附著於身體上的物品) ，在落地區內的最近觸地點量至起跳線或起跳線的延長線。測量線應與起跳線或其延長線垂直。
9. 在所有遠度跳躍項目中，記錄測量距離的最小單位為 0.01 米，不足 0.01 米不計。

### 風速測量

10. 在跳遠和三級跳遠比賽中，應從運動員經過助跑道旁的標記時開始測量風速，測定時間為 5 秒鐘。測量跳遠和三級跳遠風速的標記，應分別放置在距離起跳板 40 米和 35 米遠的地方。如果運動員的助跑距離不足 40 米或 35 米時，則應從其開始助跑時測量風速。
11. 風速儀應設置在距離起跳線 20 米，高 1.22 米，距離助跑道不超過 2 米。
12. 風速儀須與規則第 163 條 8 和 9 的描述相同。按規則第 163 條 11 和 12 的

規定操作，並按照規則第 163 條 13 讀取風速數據。

## 第 185 條 跳 遠

---

### 比 賽

1. 如出現下列情況，應判為試跳失敗：
  - (1) 在起跳過程中，無論是助跑後未起跳還是僅做跳躍動作，運動員身體任何部位觸及起跳線以前的地面；或
  - (2) 從起跳板兩端之外起跳，無論是否超過起跳線的延長線；或
  - (3) 在助跑或跳躍中採用任何空翻姿勢；或
  - (4) 起跳後，在第一次觸及落地區之前，運動員觸及了助跑道或助跑道以外地面或落地區以外地面；
  - (5) 在落地過程中觸及落地區邊沿或落地區以外地面，而落地區外的觸地點較落地區內的最近觸地點更靠近起跳線；或
  - (6) 除規則第 185 條 2 中描述的情況外，以其他方式離開落地區。
2. 當運動員離開落地區時，其腳在落地區邊線或邊線外地面的第一觸地點，應比在沙坑內的最近觸地點離起跳線更遠(該最近觸地點可能因為失去平衡而留下的完全在落地區內的痕跡，或運動員向回走時留下的距起跳線較落地點近的痕跡)。

註： 該第一觸地過程，被認為開始離開落地區。

3. 以下情況不應判試跳失敗：
- (a) 運動員在任何位置跑出助跑道白色標誌線；或
  - (b) 除規則第 185 條 1 (2) 的規定外，運動員在抵達起跳板之前起跳或
  - (c) 根據規則第 185 條 1 (2) 的規定，運動員的腳或鞋的一部分觸及起跳板任何一端以外、起跳線之前地面；或
  - (d) 運動員在落地過程中其身體的任何部分(任何附著於身體上的物品)觸及了落地區以外的地面。除非這一接觸違反規則第 185 條 1(d) 或 (e)的規定；或
  - (e) 如果運動員按規則第 185 條 2 中的方式離開落地區後，再向後穿過落地區。

### 起跳線

- 4. 起跳線至落地區遠端的距離至少應為 10 米。
- 5. 起跳線至離落地區近端的距離為 1 ~ 3 米。

## 第 186 條 三級跳遠

---

規則第 184 條和第 185 條也適用於三級跳遠，並增加下列內容：

### 比 賽

- 1. 三級跳遠的三跳順序是一次單足跳、一次跨步跳和一次跳躍。
- 2. 單足跳時應用起跳腿落地，跨步跳時用另一條腿（擺動腿）落地，然後完成跳躍動作。

運動員在跳躍中擺動腿觸地不應視為試跳失敗。

註： 規則第 185 條 1 (4) 中的規定不適用於單足跳和跨步跳階段的正常著地動作。

### 起跳線

3. 男子起跳線至落地區遠端的距離不得少於 21 米。
4. 在國際比賽中，起跳線至落地區近端的距離：男子不少於 13 米，女子不少於 11 米。在其他比賽中，此距離應與比賽水平相適應。
5. 為了便於運動員完成跨步跳和跳躍，在起跳板和落地區之間應有 1.22 米  $\pm 0.01$  米寬的堅實、勻質的地面。

註： 2004 年 1 月 1 日以前建造的場地可以使用 1.25 米寬的助跑道。

## C. 投擲項目

### 第 187 條 通 則 - 投擲項目

#### 正式器材

1. 在所有國際比賽中，應使用符合國際田聯有關規定的器材。只有持有國際田聯批准的有效證書的器材方可使用。下表是各年齡組使用的器材重量。

(單位：千克)

器材	女子		男子		
	少年	青年/成年	少年	青年	成年
鉛球	3.000	4.000	5.000	6.000	7.260
鐵餅	1.000	1.000	1.500	1.750	2.000
鏈球	3.000	4.000	5.000	6.000	7.260
標槍	500 克	600 克	700 克	800 克	800 克

註： 新版標準的國際田聯器材認證申請表格和認證體系程序可以從國際田聯辦公室索取，也可從國際田聯的網站下載。

2. 所有投擲器械應由組委會提供，下列情況例外：

根據每次比賽的有關技術規程，技術代表可以允許運動員使用他們自己的投擲器械，或者使用供應商提供的器械，但是這些器械須有國際田聯的認證，並在比賽前經過組委會的檢查和做好標記，比賽時所有運動員均可使用。如果運動員的自備器械與組委會列入清單提供的器械屬於相同型號，

將不被接受。

3. 比賽期間不得對投擲器材作任何改變。

## 幫助

4. 下列情況應視為幫助，在比賽中不被允許：

- (1) 使用膠帶將兩個或更多的手指捆在一起，例如，直觀上在手和手指上使用膠帶，可能是將膠帶連續使用，而並未將兩個或更多的手指捆在一起，事實上，這種方式使得手指不能單獨活動。但所用膠帶應在比賽開始前向有關主裁判展示及確認。
- (2) 當運動員試投時，使用任何方式、任何裝置提供幫助，包括在身上捆綁重物。
- (3) 除擲鏈球外，運動員不得在比賽中使用手套。擲鏈球手套的手掌、手背須光滑。除拇指外其他手指尖應露出。
- (4) 不允許運動員向投擲圈內或鞋底噴洒任何物質，或使圈內地面粗糙。

5. 下列情況應不視為幫助，因此被允許：

- (1) 為了更好地持握器械，運動員可使用某種適宜物質，但僅限於雙手，鏈球運動員可在手套上。推鉛球運動員可在其頸部塗抹此類物質。
- (2) 此外，在推鉛球和擲鐵餅項目中，運動員可以在器械上塗抹鎂粉或其他類似物質，所有這些物質應可以使用濕布很容易地去掉，並且不應留下任何污漬。

(3) 在不違反規則 187.4(a) 的情況下，在手或手指上使用膠帶。

## 投擲圈

6. 投擲圈應用帶狀鐵板、鋼板或其他適宜材料製成，其上沿應與圈外地面齊平。圈的周圍地面可以為混凝土、合成材料、瀝青、木材或其他材料。

圈內地面應用混凝土、瀝青或其他堅硬而不滑的材料修建。圈內地面應保持水平，低於鐵圈上沿 2 厘米 $\pm$ 6 毫米。

在推鉛球比賽時，也可使用符合上述規定的可移動式投擲圈。

7. 推鉛球和擲鏈球投擲圈內沿直徑應為 2.135 米 $\pm$ 5 毫米。擲鐵餅投擲圈內沿直徑應為 2.50 米 $\pm$ 5 毫米。(圖 12 ~ 15)。

鐵圈邊沿應至少厚 6 毫米，漆成白色。可在擲鐵餅投擲圈內放置一個直徑為 2.135 米的鐵圈用於擲鏈球。

註：該鐵圈應該漆成除白色外的其他顏色，以便能清除看到規則第 187 條 8 規定的白線。

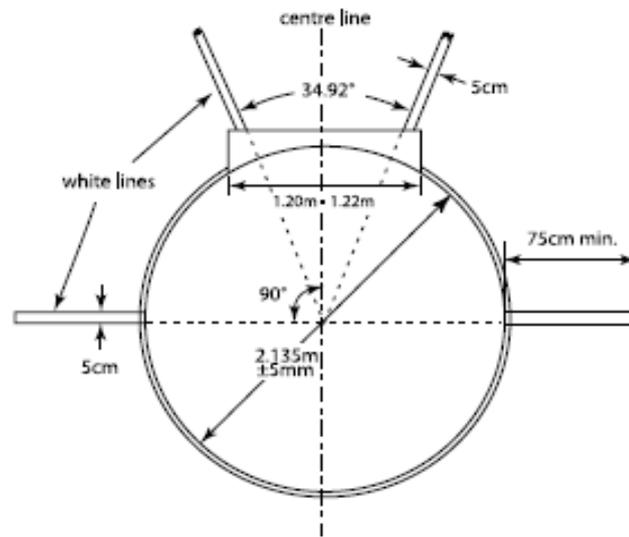


Figure 12 - Layout of Shot Put circle

8. 從金屬圈頂兩側向外各畫一條寬 50 毫米、長至少為 0.75 米的白線。此線可以畫出，也可用木料及其他適宜材料製成。白線後沿的延長線應能通過圓心，並與落地區中心線垂直。

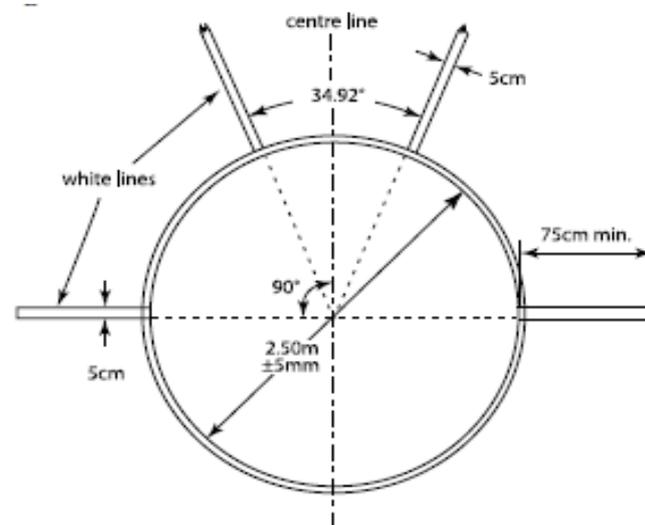


Figure 13 - Layout of Discus Throw circle

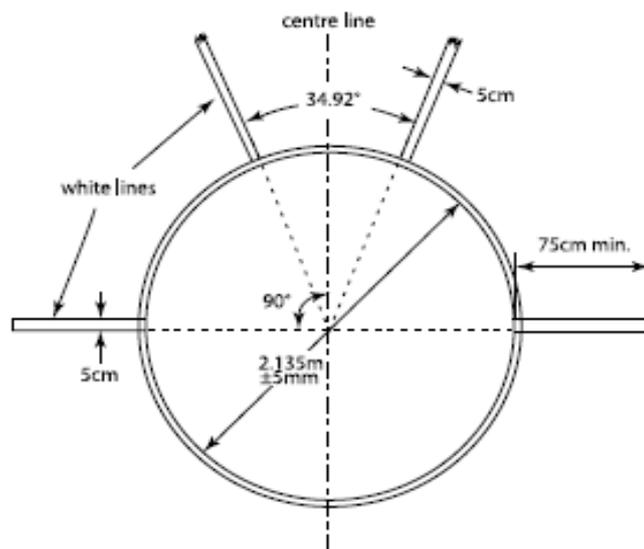


Figure 14 - Layout of Hammer Throw circle

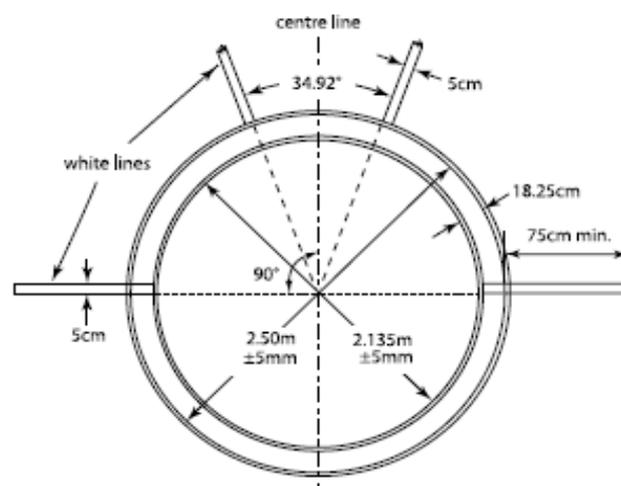


Figure 15 - Layout of concentric circles for Discus and Hammer Throw circle

## 擲標槍助跑道

9. 規則第 1 條 1 (a)、(b)、(c)、(e)、和 (f) 的比賽，助跑道應不短於 33.5

米，條件許可時應為 36.5 米。應用寬 50 毫米的兩條平行白線標出助跑道。

白線之間距離為 4 米（圖 16）。助跑道前端是半徑為 8 米的一條弧線，運動員應在投擲弧後面試擲。投擲弧可以畫出，也可用木料或類似塑料的，不易被腐蝕的適當材料製成，弧寬 70 毫米，塗成白色，與地面齊平。投擲弧兩端向外各畫一條白色直線，線寬 7 厘米，長 75 厘米，與助跑道標誌線垂直。助跑道左右方向的最大傾斜度為 1:100(1%)，在助跑道跑進方向最後 20 米的總向下傾斜度不得超過 1:1000(0.1%)。

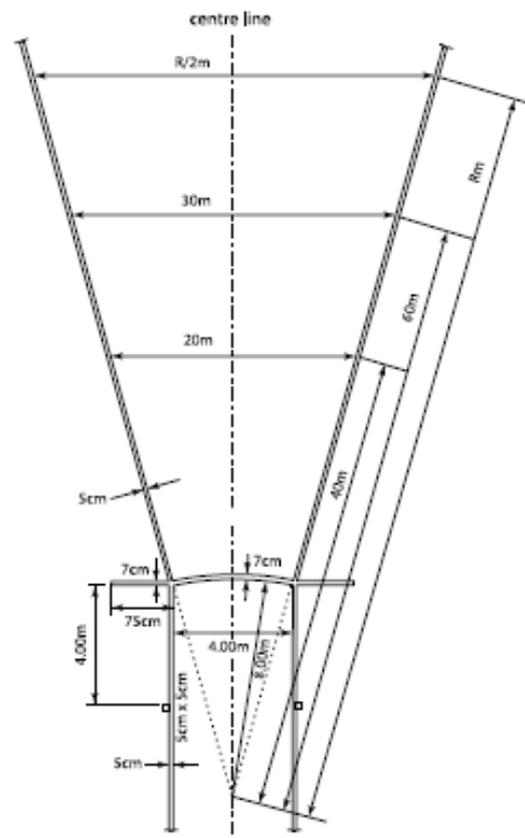


Figure 16 - Javelin Throw runway and landing sector (not to scale)

## 落地區

10. 應用煤渣或草地或其他適宜材料鋪設落地區，器械落地時應能留下痕迹。
11. 落地區在投擲方向的總的向下傾斜度不得超過 1:1000(0.1%)。

12. (1) 用兩條 5 厘米寬的白線標出落地區，其內沿的延長線應能通過投擲圈圓心，夾角為  $34.92^\circ$ ，但標槍落地區除外。

註： 可用下列方法精確設置  $34.92^\circ$  扇形落地區： 在離投擲圈圓心 20 米處，兩條落地區標誌線相距  $12 \text{ 米} \pm 0.05 \text{ 米}$  ( $20 \text{ 米} \times 0.6 \text{ 米}$ )，即每離開圓心 1 米，落地區標誌線的橫距增加 0.6 米。

- (2) 在擲標槍項目中，用兩條 5 厘米寬的白線標出落地區，其內沿延長線，須通過投擲弧內沿與助跑道標誌線內沿的交點並相交於投擲弧的圓心(圖 16)。落地區的夾角約為  $28.96^\circ$ 。

## 試 擲

13. 推鉛球、擲鐵餅或擲鏈球的器械應在投擲圈內擲出。而擲標槍在助跑道內完成。在圈內進行試擲時，運動員在圈內從靜止姿勢開始。允許運動員觸及鐵圈內側。在推鉛球時，允許運動員觸及規則第 188 條 2 中所述的抵趾板內側。

14. 如果運動員在試擲中出現下列情況，判為試擲失敗：

- (1) 推鉛球或擲標槍出手姿勢不符合規則第 188 條 1 和第 193 條 1 的規定。
- (2) 在進入投擲圈內並開始投擲之後，身體的任何部分觸及鐵圈上沿(或內側上沿)或圈外地面。
- (3) 推鉛球時，身體的任何部分觸及了抵趾板除內側 (不包括內側上沿，這部份也視為上沿的一部分) 的任何部分。
- (4) 擲標槍時，身體的任何部分觸及助跑道標誌線或線外地面。

註：如果在試擲過程中未違反有關規則，鐵餅或鏈球出手後其任何部分撞擊了護籠均不算試擲失敗。

15. 如果在試擲過程中未違反上述各投擲項目的有關規則，運動員可中止已開始的試擲，可將器械放在投擲圈、助跑道內或外邊，也可離開投擲圈或助跑道。

運動員離開投擲圈或助跑道時應遵守規則第 187 條 17 的規定，然後返回投擲圈或助跑道內重新開始試擲。

註：本款中允許的所有行動均應包括在規則第 180 條 18 中規定的最大時限之內。

16. 鉛球、鐵餅、鏈球球體、餅體和標槍槍頭第一次接觸地面時，觸及了落地區角度線或落在落地區角度線以外的地面或觸及了落地區角度線外的任何物體(規則第 187 條 14 所述的護籠除外)，應判為失敗。

17. 運動員應在器械落地後方可離開投擲圈或助跑道，否則應判為失敗，或

- (1) 在投擲圈內完成試擲，離開投擲圈時運動員首先觸及的投擲圈上沿或投擲圈外地面並非是完全的圈外白線的後面。該線後沿在理論上能通過投擲圈的圓心。

註：運動員一觸及投擲圈上沿或投擲圈外地面即被認為離開。

- (2) 擲標槍時，當運動員離開助跑道時，首先觸及的助跑道標誌線或助跑道外地面要完全在投擲弧兩端的白線後邊，該線與助跑道標誌線垂直。標槍觸及地面後，當運動員觸及與助跑道標誌線垂直並離投擲弧底端 4 米的直線或已經在該線後（該線可以畫出或理論上在助

跑道旁邊標示), 則被認為已經離開助跑道。如果在標槍觸及地面時, 運動員在該線後且還在助跑道內, 他也將被認為已經離開助跑道。

18. 在每次試擲後, 應將器械運回投擲圈或助跑道附近的區域, 不得擲回。

### 成績測量

19. 在所有投擲項目中, 記錄測量距離的最小單位為0.01米, 不足0.01米不計。

20. 每次有效投擲後立即進行成績測量(或根據規則第146條5, 運動員即刻提出口頭抗議):

(1) 從鉛球、鐵餅和鏈球球體落地痕迹的最近點取直線量至投擲圈內沿, 測量線應通過投擲圈的圓心。

(2) 擲標槍項目中, 從標槍槍頭的首次觸地點取直線量至投擲弧內沿, 測量線應通過投擲弧的圓心。

## 第188條 推鉛球

---

### 比賽

1. 用單手從肩部將鉛球推出。當運動員進入投擲圈內開始試擲時, 鉛球要抵住或靠近頸部或下顎, 在推球過程中持球手不得降到此部位以下。不得將鉛球置於肩軸線後方。

註: 側手翻投擲技術不被允許。

### 抵趾板

2. 抵趾板用木料或其他適宜材料製成, 漆成白色, 其形狀為弧形, 以便使其

內沿與投擲圈內沿重合(圖 17)，並與投擲圈平面垂直。抵趾板的中心應與落地區的中心線重合(圖 12)，並且牢固固定與地面或投擲圈外的水泥地面。

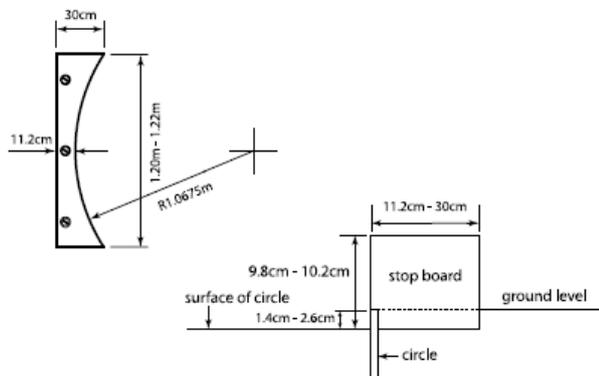


Figure 17 - Shot Put stop board (top and side view)

註： 國際田聯 1983/1984 規定的抵趾板仍可使用

3. 抵趾板寬度為 0.112~0.30 米 (圖 17)，弧線的弦長 1.21 米 $\pm$  0.01 米，弧線的半徑與投擲圈的半徑相同。高出圈內地面 0.10 米 $\pm$  0.002 米。

## 鉛 球

4. 結構：鉛球應用鐵、銅或其他硬度不低於銅的固體金屬製成，或由此類金屬製成外殼，中心灌以鉛或其他固體材料。鉛球的外形必須為球形，表面不得粗糙，結點處應光滑。為使表面光滑，球體表層平均厚度應小於 1.6 $\mu$ m，即粗糙度為 N 7 或更小。

5. 鉛球應符合下列規格：

允許比賽和承認紀錄的最小重量 (千克)	3.000	4.000	5.000	6.000	7.260
製造廠商提供比賽使用的	3.005	4.005	5.005	6.005	7.265

重量範圍 ( 千克 )	至 3.025	至 4.025	至 5.025	至 6.025	至 7.285
最小直徑 ( 毫米 )	85	95	100	105	110
最大直徑 ( 毫米 )	110	110	120	125	130

## 第 189 條 擲鐵餅

### 鐵餅

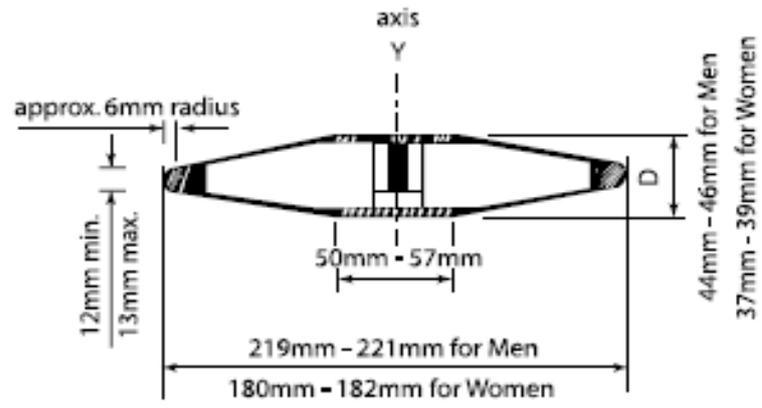
- 鐵餅的餅體可為實心或空心結構，應用木料或其他適宜的材料製成，周圍鑲以金屬圈，金屬圈邊緣應呈圈形。外緣橫斷面應為標準圈形，半徑約為 6 毫米。鐵餅兩面中央可鑲有與餅體齊平的圓片。也可不裝金屬圓片，但相應部位應呈平面。鐵餅的幾何尺寸和總重量應符合規定。

鐵餅的兩面必須相同，製造時不得帶有凹陷、凸起或尖緣。從金屬圈邊緣彎曲處至餅心邊沿，鐵餅表面應呈直線傾斜，餅心半徑為 25.0 ~ 28.5 毫米。

應按下列規格設計鐵餅剖面：

從鐵圈彎曲處開始至鐵餅最大厚度 D 處 ( 圖 18 )，鐵餅的厚度應均勻增加，在距鐵餅中軸軸心 Y 點 25 ~ 28.5 毫米處達到鐵餅的最大厚度。從此點至 Y 點的厚度應該相同。鐵餅的兩面必須一致，鐵餅在繞 Y 軸旋轉時必須對稱。

鐵餅及整個鐵圈不得粗糙，結點處應光滑 ( 見規則第 188 條 4 )，鐵餅各處應均勻一致。



**Figure 18 – Discus**

2. 鐵餅應符合下列規格

鐵餅				
允許比賽和承認紀錄的最小重量 (千克)	1.000	1.500	1.750	2.000
製造廠商提供比賽使用的重量範圍 (千克)	1.005 至 1.025	1.505 至 1.525	1.755 至 1.775	2.005 至 2.025
鐵餅的直徑 (毫米)	180 至 182	200 至 202	210 至 212	219 至 221
餅心的直徑 (毫米)	50 至 57	50 至 57	50 至 57	50 至 57
餅心的厚度 (毫米)	37 至 39	38 至 40	41 至 43	44 至 46
(距邊緣 6 毫米處) 金屬圈的厚度 (毫米)	12 至 13	12 至 13	12 至 13	12 至 13

## 第 190 條 擲鐵護籠

1. 必須從擋網或護籠內將鐵餅擲出，以確保觀眾、工作人員和運動員的安全。  
本款中規定的防護籠，適用於場內有其他項目同時比賽，或者是比賽在體育場外舉行並且周圍有觀眾的情況。在訓練場地可以不使用這種護籠，結構更為簡單的裝置即可滿足需要。向國家會員協會或國際田聯秘書處諮詢將得到合理的建議。

註：規則第 192 條中擲鏈球的專防護籠也可用於擲鐵餅。既可安裝一個直

徑分別為 2.135 米和 2.50 米的同心圓，也可將護籠延長，在鏈球投擲圈前安裝一個鐵餅投擲圈。

2. 在設計、製造和維護擲鐵餅護籠時，必須使其能夠阻擋以 25 米/秒的速度運行、重量為 2 千克的鐵餅。護籠的安放應使其消除鐵餅彈出護籠或向運動員反彈或從護籠頂部飛出的危險。凡符合本條款所有要求的護籠，不論設計和結構如何均可採用。

3. 護籠的俯視圖應為 U 字形。護籠開口的寬度為 6 米，位於投擲圈圓心前方 7 米處（圖 19）。護籠開口寬度 6 米須以擋網內沿為準。擋網或掛網最低點的高度至少應為 4 米。護籠的設計與結構應能防止鐵餅從護籠或擋網連接處、擋網或掛網下方衝出。

註 1：在擲鐵餅投擲圈後部如何安放擋網和掛網並不重要，但掛網距離投擲圈圓心的距離至少為 3 米。

註 2：如能提供同樣角度的保護而不增大危險區，與常規設計相比具有革新式樣的設計也可得到國際田聯批准。

註 3：為了更好地保護在離擲鐵餅護籠較近處跑道上同時進行的徑賽項目的參賽運動員，護籠靠近跑道的一邊可加長和/或加高。

4. 製作擋網可採用適宜的天然材料或合成纖維，也可使用低碳鋼絲或高抗張力鋼絲。繩索網眼的最大尺寸為 44 毫米，鋼絲網眼的最大尺寸為 50 毫米。

註：對於護網的規格和安全檢查程序在[國際田聯田徑場地設施標準手冊]中有詳細規定。

5. 在同一場比賽中，運動員用左手或右手從護籠中擲出鐵餅的最大危險扇形

區均為  $69^\circ$ ，因此護籠的位置和方向對於安全使用極為重要。

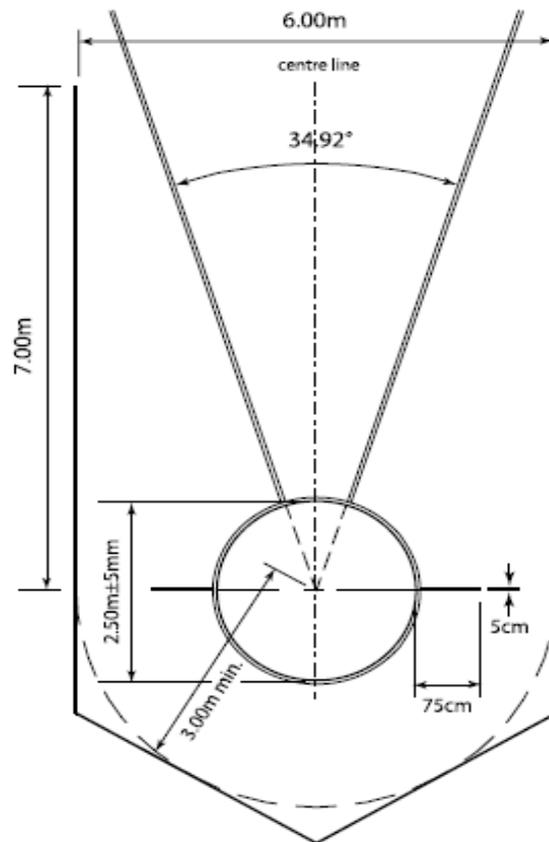


Figure 19 - Cage for Discus Throw only

## 第 191 條 擲鏈球

---

### 比賽〈The Competition〉

1. 運動員在準備進行預擺或旋轉前的開始姿勢，允許將鏈球球體放在投擲圈內或圈外的地面。
2. 鏈球球體觸及投擲圈內或投擲圈外的地面，或投擲圈上沿不應判為犯規；運動員在未有觸犯其他規則前，可停止動作及再次開始投擲。
3. 如鏈球在試擲時或在空中斷脫，只要試擲符合規則，不應判為一次試擲失敗，如果運動員因此失去平衡而違反本規則的任何規定，也不應判為一次試擲失敗。以上兩種情況，應允許運動員重新進行一次試擲。

### 鏈球

4. 鏈球由三部分組成，即金屬球體、一條鏈子和一個把手。
5. 球體應用固體的鐵、銅或硬度不低於銅的其他金屬製成鏈球球體，或用此類金屬製成外殼，中心灌鉛或其他固體材料。球體重心至中心的距離不應大於 6 毫米，將去掉把手和鏈子的球體放在一個水平的、直徑為 12 毫米的圓形口刃上，球體必須保持平衡(圖 21)。如果使用填充物，應使其不能移動，球體重心至中心的距離不應大於 6 毫米。
6. 鏈子應用直而有彈性、不易折斷的單根鋼絲製成。鋼絲直徑不小於 3 毫米，投擲時鏈子應無明顯延長，鋼絲的一端或兩端可彎成環狀以便連接。鏈子應借助於轉動軸承與球體連接，轉動軸承可為滑動軸承或滾球軸承。
7. 把手必須質地堅硬，沒有任何種類的鉸鏈連接。當受 3.8kN(千牛頓) 拉伸

負荷時，把手的變形程度不超過 3 毫米。把手與鏈子的連接必須做到把手在鏈環中轉動時，鏈球的總長度不得增加。把手與鏈子的連接應為環狀連接，不得使用轉動軸承。

把手設計需為對稱，握把可為弧形或平直形。把手能承受的最小抗拉強度應為 8kN；—

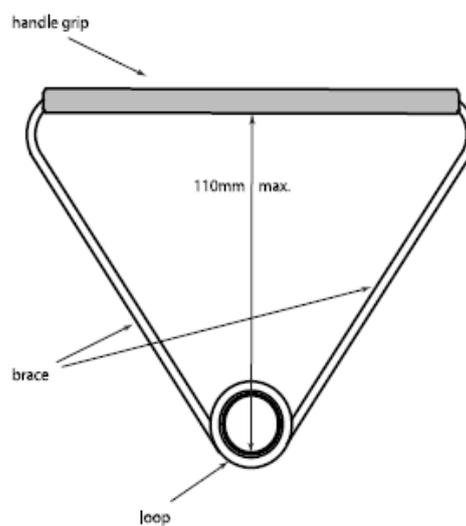


Figure 20 - Generic hammer handle

8. 鏈球應符合列規格：

註： 器械的重量包括鏈球球體、鏈子和把手的合計重量。

允許比賽和承認紀錄的最小重量 (千克)		3.000	4.000	5.000	6.000	7.260
製造廠商提供比賽使用的重量範圍 (千克)		3.005 3.025	4.005 4.025	5.005 5.025	6.005 6.025	7.265 7.285
鏈球全長(從把手內緣量起) (毫米)	最長	1195	1195	1200	1215	1215
球體直徑(毫米)	最小	85	95	100	105	110
	最大	100	110	120	125	130

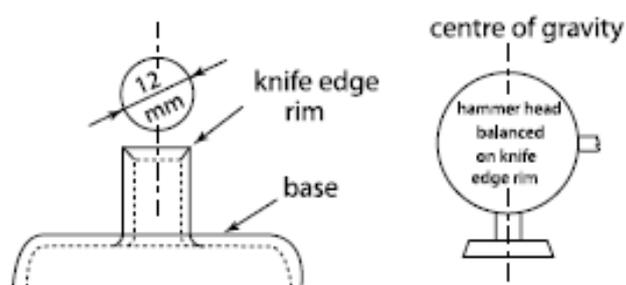


Figure 21 - Suggested apparatus for testing centre of gravity of hammer head

## 第 192 條 鏈球護籠

---

1. 必須從擋網或護籠內將鏈球擲出，以確保觀眾、工作人員和運動員的安全。  
本條款中規定的護籠適用於比賽場上有其他項目同時舉行或在比賽場外有觀眾。在訓練場地可以不使用此種護籠，結構更為簡單的設備即可滿足需要。如向香港業餘田徑總會或國際田聯總部諮詢可以得到合理的建議。
2. 在設計、製造、維護鏈球護籠時，應使其能夠阻擋重量為 7.26 千克，以 32 米/秒的最大速度運行的鏈球。護籠的安裝應使其消除鏈球彈出護籠或向運動員反彈或從護籠頂部飛出的危險。凡符合本規則的要求，各種設計和結構的護籠均可使用。
3. 護籠的俯視圖應為 U 字形 (圖 22)。護籠開口寬度應為 6 米，以活動擋網內沿為準。位於投擲圈圓心前方 7 米處。護籠後部擋網或掛網的最低點高度至少應為 7 米。開口處 2.8 米長的擋網和活動擋網的高度至少應為 10 米。  
護籠的設計與結構應能防止鏈球從護籠或擋網的連接處、擋網或擋網下方衝出。  
註： 投擲圈後方如何安放擋網及掛網並不重要，但掛網離投擲圈之圓心距離至少要有 3.5 米。
4. 護籠前端應放置兩塊活動擋網，每塊寬 2 米，高至少應為 10 米，每次只能使用其中一塊。  
註 1： 左側活動擋網適用於逆時針方向旋轉的運動員(右手投擲者)，右側活動擋網適用於順時針方向旋轉的運動員(左手投擲者)。鑒於左手和右手投擲者同場比賽時需要更換兩側擋網，因此以最短的時間和最小

的人力進行更換極為重要。

- 註 2: 圖 22 中顯示了左右兩側活動擋網均處於關閉狀態的位置, 但比賽時只可關閉其中一側活動擋網。
- 註 3: 操作時, 活動擋網必須嚴格處於圖 22 中所示的位置。因此, 設計活動擋網時必須帶有將活動擋網固定在轉動位置上的裝置。建議設立一個操作活動擋網位置的標記(可以是臨時或永久的標記)
- 註 4: 活動擋網的結構和操作方式取決於護籠的整體設計, 可為滑動形式, 或與一水平軸或垂直軸鉸接, 或可以拆卸。對活動擋網的唯一堅固性要求是擋網能夠完全擋住鏈球的衝擊, 不得有在固定擋網和活動擋網之間衝出去的任何危險。
- 註 5: 與傳統設計的護籠相比較, 新設計的護籠只要能提供相同的保護能力, 不增加危險角度, 也可得到國際田聯的批准。

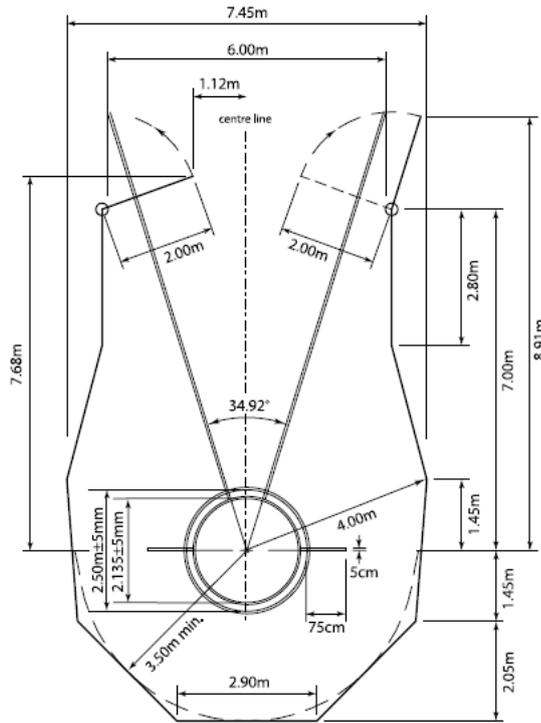


Figure 22 – Cage for Hammer and Discus Throw with concentric circles  
(Hammer Throw configuration)

5. 製作護籠的擋網可採用合適的天然材料或合成纖維，也可採用低碳鋼絲或高抗張力鋼絲。繩索網眼最大尺寸為 44 毫米、鋼絲網眼最大尺寸為 50 毫米。

註：有關擋網及掛網的規格及安全驗查步驟已記載在[國際田聯田徑場地設施標準手冊]中。

6. 如要使用同一護籠投擲鐵餅，有兩種安裝方法可供選擇。最簡單的方法是安裝直徑分別為 2.135 米和 2.50 米的同心鐵圈，使擲鏈球和擲鐵餅使用同一個圈內地面，如圖 23。在擲鏈球護籠內投擲鐵餅時，應將活動擋網完全打開。

另一種方法是在同一個護籠內將擲鏈球圈和擲鐵餅圈分開設置。兩個投擲

圈必須縱向排列在落地區中軸線上。擲鐵餅投擲圈圓心在擲鏈球投擲圈圓心前面 2.37 米處，如圖 24。在這種情況下，為了延長護籠內側，活動擋網應用於鐵餅項目。

註：投擲圈後方如何安放擋網及掛網並不重要，但掛網至同心投擲圈之圓心或分開設置的擲鏈球投擲圈圓心的距離至少有 3.5 米(根據 2004 年規則建造的擲鐵餅投擲圈在後的，掛網至擲鐵餅投擲圈圓心的距離至少 3 米，規則第 192 條 4)。

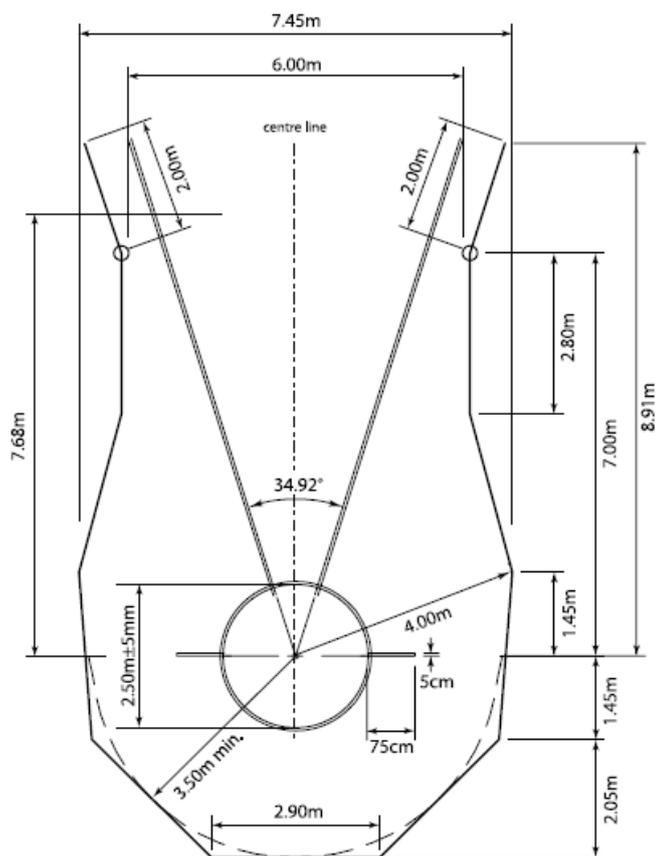


Figure 23 - Cage for Hammer and Discus Throw with concentric circles  
(Discus Throw configuration)



## 第 193 條 擲標槍

---

### 比 賽

1. (1) 擲標槍時應用單手握在把手處，從肩部或投擲臂上臂的上方擲出，不得拋甩。不得採用非傳統姿勢進行投擲。
  - (2) 只有標槍的金屬槍頭先於標槍的其他部位觸地，試擲方為有效。
  - (3) 運動員試擲時，在標槍出手以前，身體不得完全轉向背對投擲弧。
2. 如果標槍在試擲時或在空中飛行時折斷，只要該次試擲符合規則，不應判為試擲失敗。如果運動員因此失去平衡而違反本規則的任何規定，也不應判作一次試擲失敗。以上兩種情況應允許運動員重新進行一次試擲。

### 標 槍

3. 標槍由三個主要部分組成，即槍頭、槍身和纏繩把手。
4. 槍身可以實心或空心，由金屬或其他適宜的類似材料製成，以便組成一個固定的一體化的整體，並裝有尖形金屬槍頭。標槍槍身表面不得有凹窩、凸起、溝槽、突脊、空洞、粗糙，槍尾必須自始自終平滑和均勻一致（見規則第 188 條 4）。
5. 槍頭應完全用金屬製成。可以在槍頭前端焊接一個其他合金的加固槍尖，但整個槍頭表面必須平滑和均勻一致（見規則第 188 條 4）。槍尖張角不得大過 40°。
6. 把手：須包繞標槍重心，其直徑不得超過槍身直徑 8 毫米。把手表面應為規則的不光滑型，但不得有任何種類的繩頭、結節或呈鋸齒形。把手的厚度應均勻。

7. 標槍所有部位橫斷面應為規則的圓形（見註 1）。槍身最大直徑應在緊靠把手前端的地方。槍身中央部位，包括把手下面的部分，應為圓柱形或向槍尾方向稍微變細。但把手前後兩端槍身直徑減小不得超過 0.25 毫米。從把手處起，標槍應有規則地向兩端逐漸變細。從把手至標槍前後兩端點的縱剖面應為直線或略有凸起（見註 2），除了在槍頭與槍身的結合部位和把手前後兩端以外，槍身任何部位的直徑均不得有突然改變。在槍頭後端與槍身的結合部位，槍身直徑的減小不得超過 2.5 毫米，在槍頭後面 300 毫米以內，槍身縱剖面的變化也不得大於這個數字（圖 25）。

**註 1：** 標槍整體橫斷面應呈圓形，最大直徑和最小直徑間允許的誤差不超過 2%。兩個直徑的平均值必須符合圓形標槍的規格，並要符合以下表格要求的規格。

**註 2：** 使用長至少 500 毫米的金屬直規和兩把厚度分別為 0.20 毫米和 1.25 毫米的塞尺，可以迅速簡便地檢查標槍縱剖面的形狀。對於縱剖面有稍稍凸起的部分，將直規緊貼這一小段，直規可有輕微晃動。對於縱剖面的直線部分，直規緊貼這一部分時，直規與標槍貼緊的部分，必須塞不進 0.20 毫米的塞尺。在緊靠槍頭與槍身結合處的後面這一部位，上述方法不適用，此處必須塞不進 1.25 毫米的塞尺。

8. 標槍應符合以下規格：

允許比賽和承認紀錄的最小重量（克）（包括把手）	500	600	700	800
製造廠商提供比賽使用的重量範圍（克）	505 至 525	605 至 625	705 至 725	805 至 825
標槍全長（毫米）（L0）	2000 至 2100	2200 至 2300	2300 至 2400	2600 至 2700
槍尖至重心距離（毫米）（L1）	780 至 880	800 至 920	860 至 1000	900 至 1060
槍尾至重心（毫米）（L2）	1120 至 1320	1280 至 1500	1300 至 1540	1540 至 1800
金屬槍頭長度（毫米）（L3）	220 至 270	250 至 330	250 至 330	250 至 330
把手寬度（毫米）（L4）	135 至 145	140 至 150	150 至 160	150 至 160
槍身最粗處直徑（毫米）（在把手前-D0）	20 至 24	20 至 25	23 至 28	25 至 30

9. 標槍不得有可移動部分或投擲時可以改變其重心或投擲性能的裝置。

10. 標槍頭張角不得大於  $40^{\circ}$ 。距槍尖 150 毫米處，槍頭直徑不得大於槍身最大直徑的 80%。在重心至槍尖的中點處，槍身直徑不得大於槍身最大直徑的 90%。
11. 在標槍重心至槍尾末端的中點處，槍身直徑不得小於槍身最大直徑的 90%。在距槍尾末端 150 毫米處，槍身直徑不得小於槍身最大直徑的 40%。槍尾末端直徑不小於 3.5 毫米。

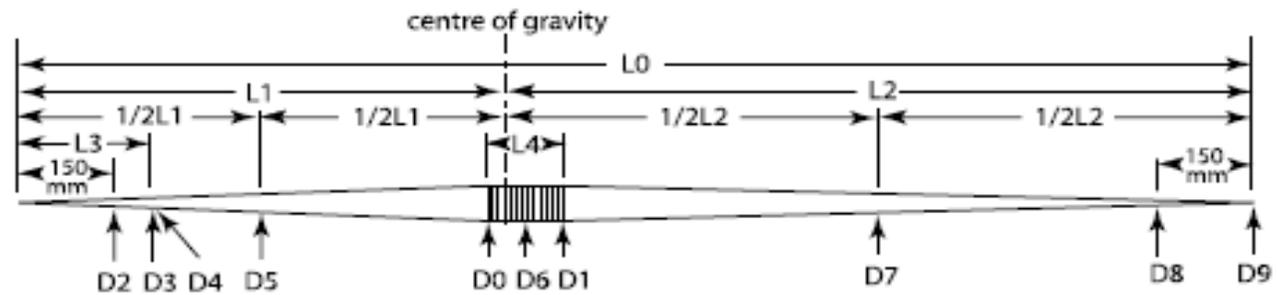
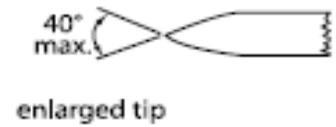


Figure 25 - International Javelin

標槍長度 (所有規格)						標槍直徑 (所有規格)					
序號	詳述	男子		女子		序號	詳述	男子		女子	
		最大	最小	最大	最小			最大	最小	最大	最小
L0	全長	2700	2600	2300	2200	D0	把手前端的槍身	30	25	25	20
L1	槍尖至重心	1060	900	920	800	D1	把手後端的槍身	—	D0-0.25	—	D0-0.25
1/2 L1	L1 的二分之一	530	450	460	400	D2	距槍尖 150 毫米處槍頭後端	0.8 D0	—	0.8 D0	—
L2	槍尾至重心	1800	1540	1500	1280	D3	槍頭後端	—	—	—	—
1/2 L2	L2 的二分之一	900	770	750	640	D4	緊接槍頭後端處	—	D3-2.5	—	D3-2.5
L3	槍頭	330	250	330	250	D5	槍尖至重心的中點	0.9 D0	—	0.9 D0	—
L4	把手	160	150	150	140	D6	把手	D0+8	—	D0+8	—
						D7	槍尾至重心的中點	—	0.9 D0	—	0.9 D0
						D8	距槍尾末端 150 毫米處	—	0.4 D0	—	0.4 D0
C of G	重心的中點					D9	槍尾末端	—	3.5	—	3.5

## 第五節 全能比賽

### 第 200 條 全能比賽

---

#### 男子少年、青年和成年（五項和十項全能）：

1. 五項全能包括 5 個單項，在同一天按下列順序進行：

跳遠、擲標槍、200 米、擲鐵餅、1500 米。

2. **少年男子**和成年男子十項全能包括 10 個單項，在連續兩天內按下列順序進行：

第一天：100 米、跳遠、推鉛球、跳高、400 米；

第二天：110 米欄、擲鐵餅、撐竿跳高、擲標槍、1500 米。

#### 女子青年和成年（七項和十項全能）：

3. 七項全能包括 7 個單項，在連續兩天內按下列順序進行：

第一天：100 米欄、跳高、推鉛球、200 米；

第二天：跳遠、擲標槍、800 米。

4. 女子十項全能包括 10 個單項，在連續兩天內按下列順序進行：

第一天：100 米、擲鐵餅、撐竿跳高、擲標槍、400 米；

第二天：100 米欄、跳遠、推鉛球、跳高、1500 米。

5. 少年女子（七項全能）：

七項全能包括 7 個單項，在連續兩天內按下列順序進行：

第一天：100 米欄、跳高、推鉛球、200 米；

第二天：跳遠、擲標槍、800 米。

## 總 則

6. 在可能情況下，全能裁判長有權決定給予每名運動員在上一項比賽結束之後至下一項比賽開始之前至少應有 30 分鐘的休息時間。如有可能，在第一天的最後一項結束和第二天第一項開始之間至少應有 10 小時休息時間。

7. 除了最後一項外，全能比賽每個單項的分組將由技術代表或全能裁判長安排，如有可能，將在比賽前規定階段內單項成績相近的分在同組。各組的運動員人數最好為 5 人或 5 人以上，但不得少於 3 人。如競賽日程不允許做到以上要求，則可在前一項比賽結束後，對已滿足比賽時間要求的運動員進行下一項分組。

全能比賽最後一項的分組，應將倒數第二項比賽後積分領先的運動員分在一組。

如技術代表或者全能裁判長認為有必要，有權對任何一組重新編排。

8. 國際田聯有關單項的比賽規則均適用於全能各項目的比賽，但以下情況例外：

(1) 跳遠及各投擲項目，每名運動員只能試跳（擲）3 次。

- (2) 當未使用全自動電子計時器時，每名運動員應由 3 名計時員獨立計取比賽時間。
  - (3) 在徑賽項目中，每組比賽只允許一次起跑犯規，而運動員不被取消資格，之後每次起跑中再次犯規的一名或多名運動員均將被取消該項目的比賽資格（見規則第 162 條 7）。
9. 全能各單項比賽只能始終使用一種計時方法。承認紀錄時，應使用全自動電子計時和終點攝影系統成績，而不管這種計時成績對該項目的其他運動員是否有用。
  10. 在任何一個單項比賽中，如果某運動員未能參加起跑或試跳（擲），則不能參加後繼項目的比賽，按放棄比賽處理，不能計算總成績。

凡決定退出全能比賽的運動員，應將其決定立即通知全能裁判長。
  11. 每一個單項比賽後，應根據國際田聯全能項目現行評分表向全體運動員宣佈該單項得分和各項的累積分，總積分最多者獲勝。
  12. 如果 1 名或多名運動員總分相等，該相等情況涉及任何名次，將按下列程序判定名次：
    - (1) 以得分較高的單項數量多者為優勝。

- (2) 如根據規則 200 條 12(1) 仍然成績相等，則以任何一個單項得分最高者為優勝。
- (3) 如根據規則 200 條 12(2) 再次成績相等，則以第二得分高的單項分數較高者名次列前，並依此類推。
- (4) 如根據規則 200 條 12(3) 依然成績相等，則運動員的比賽名次並列。

## 第七節 競走項目〈Race Walking〉

### 第 230 條 競 走

---

#### 競走的定義

1. 競走是運動員用雙腳與地面保持接觸，連續向前邁進的過程中，沒有(人眼)可見的騰空。前腿從觸地瞬間至垂直部份必須伸直(即膝關節不得彎曲)。

#### 裁判

2. (1) 如果事先未任命競走主裁判，應在指派的競走裁判員中選出 1 人為主裁判。  
(2) 所有競走裁判員應獨立行使其工作職責，以眼睛觀察為依據進行裁決。  
(3) 在規則第 1 條 1(a)的比賽中，所有裁判員必須為國際田聯的國際競走裁判員。在規則第 1 條 1(b)、(c)、(e)、(f)、(g) 和(j)的比賽中，裁判員必須為國際競走裁判員或地區競走裁判員。  
(4) 在道路舉行的比賽中，包括主裁判在內的裁判員人數，通常最少為 6 名，最多為 9 名。  
(5) 在運動場舉行的比賽中，包括主裁判在內的裁判員人數，通常為 6 名。  
(6) 在規則第 1 條 1 (a)的比賽中，每一國家/地區最多只有

一位裁判員執法。

## 主裁判

3. (1) 在規則第 1 條 1(a)、(b)、(c)、(d)和(f)的比賽中，主裁判有權在比賽最後 100 米時取消運動員的比賽資格。當運動員的行進方式明顯違反規則第 230 條 1 的競走定義，不管他/她此前是否已收到過幾多張紅卡，在此種情況下被主裁判取消比賽資格的該運動員可允許其完成本次比賽。主裁判或主裁判助理應在該運動員完成比賽後的最快時間內向運動員出示紅牌，以通知該運動員被取消比賽資格。
- (2) 競走主裁判應作為該次比賽的監督官員的權力，並僅在比賽中出現規則第 230 條 3(1)中的特殊情況時，才能行使裁判員的權力。在舉辦規則第 1 條 1(a)、(b)、(c)和(f)的比賽中，最多可任命兩名或多名競走主裁判助理，該助理僅幫助通知被取消比賽資格的運動員，不能行使競走裁判員的權力。
- (3) 舉辦規則第 1 條 1(a)、(b)、(c) 和(f)的所有比賽，須任命一名官員負責紅卡公告牌和一名主裁判的記錄員。

## 黃牌 (Yellow Paddle)

4. 當競走裁判員認為運動員的動作不完全符合規則第 230 條 1

的規定時，該裁判員應向運動員出示兩面都有犯規標誌的黃牌予以警告。黃牌應註明犯規種類。同一名裁判員不能對同一運動員相同的犯規出示二次黃牌。對運動員出示黃牌後，該裁判員須在事後報告競走主裁判。

### 紅牌 (Red Card)

5. 當競走裁判員在比賽的任何階段觀察到運動員的行進方式不符合規則第 230 條 1 的競走規定，表現出可見的騰空或膝關節彎曲時，該裁判員須將一張紅卡送交主裁判。

### 取消資格

6. (1) 當 3 個不同競走裁判員對同一運動員發出的 3 張紅卡送交到競走主裁判之後，將取消該運動員的比賽資格，並由主裁判或主裁判助理向該運動員出示紅牌通知該運動員。如未能通知，也不得恢復已被取消的運動員的比賽資格。
- (2) 在規則第 1 條 1(a)、(b)、(c)或(e)比賽中，無論出現何種情況，同一國家的兩名裁判員的紅卡沒有取消運動員比賽資格的效力。
- (3) 場地競走時，運動員被取消比賽資格後應立即離開跑道。公路競走時，運動員被取消比賽資格後被立即取下其配戴的號碼，並離開比賽路線。當被取消比賽資格的運動員若不離開跑道或賽道，根據規則第 60 條 4(6)及

第 145 條 2 規定，將導致對該運動員有進一步的紀律處罰。

- (4) 應在比賽場內及鄰近終點的地方設置一塊或多塊顯示紅卡公告牌，以使運動員被告知已送交競走主裁判的每位運動員的紅卡數量及告示每次犯規類型。
- (5) 在規則第 1 條 1 (a) 的所有比賽中，競走裁判員都必須使用有傳送功能的掌上電腦，以便將所有紅卡傳送給記錄員和公告牌。在所有其他比賽中，不能採用類似系統時，主裁判應在比賽結束後立即向裁判長報告根據規則第 230 條 3(1) 或第 230 條 6 的規定，取消比賽資格的運動員身份，報告運動員號碼，通知時間和犯規種類，同時向接到紅卡的運動員通告以上信息。

## 起跑

7. 須鳴槍開始比賽，400 米以上的起跑應按規則第 162 條 2(2) 的規定。當參賽運動員人數眾多時，應在起跑前 5 分鐘、3 分鐘和 1 分鐘給予倒數計時間提示。“各就位”指令發出後，運動員應按照組委會決定的方式在起跑線上集合。發令員應該確保沒有任何運動員的腳(或身體的任何部分)觸及起點線或線前地面，然後發令開賽。

## 安全及醫務檢查

8. (1) 競走比賽的組委會應保證運動員和官員的安全。凡舉行

規則第 1 條 1(a)、(b)、(c)和(f)的比賽，組委會必須保證比賽所使用的道路上，禁止所有方向的機動車輛進行。

- (2) 競走比賽中，由組委會指派並佩帶明顯標誌(如佩戴袖標或穿著背心或其他類似能識別的服裝)的醫務人員進行現場醫務檢查，不應被認為是對運動員的幫助。
- (3) 比賽中，醫務代表或大會醫務人員命令某運動員退出比賽，該運動員應立即遵從。

#### **飲用水 / 海綿塊和飲品供應站**

9. (1) 所有比賽的起點及終點應備有飲水和其他適當飲料，食品。
- (2) 5 公里或長至 10 公里，包括 10 公里的競走比賽，根據天氣情況，應以適當間隔設置僅限飲用水/海綿塊站 (drinking and sponging station)。註：根據競賽組織和/或天氣情況，可以安排噴淋站。
- (3) 10 公里以上的競走比賽，應每圈設置飲品供應站 (refreshment station)。此外，可根據天氣情況，在兩個飲品供應站之間設置一個或多個只供應飲用水/海綿塊站。
- (4) 飲品，食品可由組委會提供或由運動員自備，均放在大會指定的飲品供應站，以便於運動員拿取或由經批准的

人員遞到運動員手中。

- (5) 這些經批准的人員不允許進入比賽道或阻擋任何運動員。他們可以從擺放飲品的桌子後面或離桌子旁邊不超過 1 米的位置向運動員遞送飲品，但不能在桌子前面將飲品遞到運動員手中。
- (6) 在規則第 1 條 1(a)、(b)、(c)和(f) 的比賽中，在放置自備飲品的桌子後面，每個國家/地區每次最多可站兩名官員。當運動員拿取飲品或水時，任何情況下都不得有官員在運動員旁邊伴跑。

註：一個國家超過 3 名運動員參加同一項比賽時，競賽規程可允許在飲品供應站安排額外的官員。

- (7) 任何時候都允許運動員手持或隨身攜帶飲品或食品，無論是從出發時還是從官方供應站拿取。
- (8) 除醫療原因或有競賽官員的指示外，運動員如在官方供應站以外的其他地方接受或拿取飲品或從另一運動員處獲取，第一次裁判長通常將出示黃牌警告，第二次將出示紅牌取消其比賽資格，運動員必須立即離開賽道。

## 賽道

10. (1) 環形路線的長度，每圈最多為 2 公里，最少 1 公里。起點及終點設在運動場內的公路競走比賽，環形路線應盡可能設在距運動場較近的地方。

(2) 應根據規則第 240 條 3 的規定量度公路競走的路線。

### 比賽操守

11. 在 20 公里及以上的项目比賽中，在得到裁判員的許可並在一  
名裁判員的監督下，運動員可以離開公路或跑道，但不得因此  
而縮短比賽距離。
12. 如果裁判認可裁判員、檢察員或其他人的報告，或通過其他方  
式，得知運動員離開了標明的路線而縮短了比賽距離，將取消  
該運動員繼續參賽的資格。
13. 凡舉行規則第 1 條 1(a)、(b)、(c)和(f)的比賽，競走比賽的開  
始和結束應安排在白天。

## 第八節 公路賽跑 〈Road Races〉

### 第 240 條 公路賽跑

---

#### 距離

1. 標準比賽距離為：10 公里、15 公里、20 公里、半程馬拉松、25 公里、30 公里、馬拉松(42.195 公里)、100 公里和公路接力賽跑。

註：建議公路接力賽跑的距離與馬拉松相同。理想路線為一條 5 公里的環形路線，各段距離別為 5 公里，10 公里，5 公里，10 公里，5 公里及 7.195 公里。青年組的距離為半程馬拉松，各段距離分別為 5 公里、5 公里、5 公里及 6.098 公里。

#### 賽道

2. 此類賽跑應在鋪裝路面上進行。如果交通或類似環境不允許，賽跑路線可設在路旁的自行車道或人行道上，並加以適當的標誌，但不得通過路旁草地等柔軟地段。比賽起、終點可設在田徑場內。

註 1：建議按標準距離舉行公路賽跑時，其起、終點之間的直線距離不應超過比賽距離的 50%。被認可的紀錄，參看規則第 260 條 28(2)。

註 2：比賽的起點、終點及其他部份賽段可以在草地或其他非

鋪裝地面上進行，但應盡量避免。

3. 賽道應沿著運動員所能跑過的路段的最短路線進行丈量。

在規則第 1 條 1(a)的比賽中，可能時也包括(b)、(c)和(f)的比賽，應用區別於賽道上其他標誌的醒目顏色沿跑道標出丈量線。

路線長度不得短於該項目的正式距離。在規則第 1 條 1(a)、(b)、(c)和(f)比賽路線的丈量誤差不得超過 0.1%(如馬拉松為 42 米)，該路線的長度在賽前應經一名國際田聯批准的路線丈量員認證。

註 1：應採用「經過標定的自行車丈量法」(Calibrated Bicycle Method)進行賽道丈量。

註 2：為防止在以後再丈量時發生路線長度不足的問題，建議設計路線時，加入一個「防止路線縮短的係數」，使用「經過標定的自行車丈量法」時，該係數應為 0.1%，這意味著每一公里的路線要有 1001 米的「丈量長度」。

註 3：如計劃在比賽當天使用臨時性設備，例如錐形體、柵欄等來標明部份路線的界限，則此類設備放置的位置，必須最遲在丈量時確定下來，並且在丈量報告中列明。

註 4：建議在公路上舉行標準距離的賽跑時，起點及終點間的海拔高度下降不超過千分之一，即每公里下不超過 1

米。如要申請紀錄，參看規則第 260 條 28(3)。

註 5: 賽道丈量證明書有限期為 5 年，此期限後，即使賽道沒有明顯改變，也要將賽道重新丈量。

4. 應以公里(km)為單位，向所有運動員顯示賽程的距離。
5. 舉行公路接力賽跑，應在所跑公路上劃出 50 毫米寬的橫線作為每段距離的標記和接力區中心線。在各中心線之前後 10 米處各劃上一條 5 厘米寬的橫線作為接棒區的標誌。必須在接棒區內完成所有交接程序，除非組織者另有規定。交接程序須是交接棒運動員的身體接觸。

## 起跑

6. 比賽可以通過鳴槍、鳴炮、號角或相似設備開始起跑。須鳴槍開始起跑。超過 400 米以上比賽的起跑應按規則第 162 條 2(2) 的規定。當參賽運動員人數眾多時，應在起跑前 5 分鐘、3 分鐘和 1 分鐘給予倒數計時間提示。“各就位”口令發出後，運動員應按照組委會決定的方式在起跑線上集合。發令員應該確保沒有任何運動員的腳(或身體的任何部分)觸及起點線或線前地面，然後發令開賽。

## 安全及醫務檢查

7. (1) 公路比賽的組委會應保證運動員和官員的安全。凡舉行規則第 1 條 1(a)、(b)、(c)和(f)的比賽，組委會須保證在比賽使用的道路上，禁止所有方向的機動車輛通行。

- (2) 由組委會指派並佩帶明顯標誌(如佩戴袖標或穿著背心或其他類似能識別的服裝)的醫務人員進行現場醫務檢查,不應被認為是對運動員的幫助。
- (3) 比賽中,醫務代表或大會醫務人員命令某運動員退出比賽,該運動員應立即遵從。

### 飲用水 / 海綿塊和飲品供應站

8. (1) 各比賽的起點及終點應備有飲水和其他適當飲料,食品補給。
- (2) 所有項目,應在大約 5 公里的適當間隔設置僅限飲用水/海綿塊供應站(drinking and sponging station)。超過 10 公里以上的項目,除了提供飲用水外,還應在這些供應站提供飲品、食品。  
  
註 1: 如條件允許,可根據比賽性質、天氣情況和大多數參加者的身體情況,在賽道沿途設置更規範的飲品供應站和/或海綿塊供應站。  
  
註 2: 根據競賽組織和/或天氣情況,可以安排噴淋站。
- (3) 能量補給可以包括飲品、能量補充品、食品或其他除水以外的食物。組委會將根據情況決定提供何種飲品及食品。
- (4) 通常情況下,飲品、食品由組委會提供,但也允許運動

員自備。當運動員自備飲品時，運動員須標明放置飲品的供應站點。由運動員提供的飲品，自該運動員或其代表上交之時起，應始終處於組委會指派人員的監視之下。被指派人員應保證這些飲料不能以任何方式被改變或篡改。

(5) 組委會應在賽道適當的位置安排遞水人員，設置飲品桌便於運動員拿到，被批准的人員可以將飲品遞到運動員手中，但他們必須保留在指定區域內，不可以進入賽道，也不可以阻擋任何運動員。無論在什麼情況下，當運動員取飲品或取食品時，任何官員或授權人員都不能在運動員身邊跑動。

(6) 舉辦規則第 1 條 1(a)、(b)、(c)和(f) 的比賽時，在放置自備飲品的桌子後面，每個國家/地區每次最多可站兩名官員。

註： 一個國家超過 3 名運動員參加同一項比賽時，競賽規程可允許在飲品供應站安排額外的官員。

(7) 允許運動員從起點或任何時候手持或隨身攜帶飲品或食品，或從任何一個官方飲品，食品供應站獲取。

(8) 除醫療原因或有競賽官員的指令，運動員如在非官方飲品供應站獲取飲品，食品或拿取其他運動員的飲品，第一次裁判長通常將出示黃牌警告，第二次將出示紅牌取

取消其比賽資格，運動員必須立即離開賽道。

## 比賽

9. 在公路賽跑比賽中，在得到裁判員的許可並在一名判員的監督下，運動員可以離開比賽路線，但不得因此而縮短比賽距離。
10. 如果裁判認可裁判員、檢察員或其他人的報告，或通過其他方式，得知運動員離開了標明的路線而縮短了比賽距離，將取消該運動員繼續參賽的資格。

## 第九節 越野賽跑 (Cross-Country Races)

### 第 250 條 越野賽跑 (Cross-Country Races)

---

#### 總則

1. 在世界各地舉行越野賽跑和山地賽跑的條件差異極大，因此不可能對此項運動作出世界性既統一嚴格規定，我們必須接受賽事有不同程度的成敗差別，關鍵往往在於場地的天然環境及路線設計者的能力。下列規則可用作指引，幫助各國發展越野賽跑。詳細的組織比賽資料，請參閱國際田聯的長跑比賽手冊。

#### 賽道

2. (1) 比賽必須在曠野或林地上舉行，盡量被草地覆蓋，有天然障礙物，使設計者能設計出一個有挑戰性及有趣的比賽路線。
- (2) 必須有足夠地方容納賽道及其他所需設施。
3. 舉辦世界錦標賽及國際比賽時，如可能舉辦其他比賽時，都應按下列要求設計路線：
  - (1) 比賽路線必須設計成環形賽道 (Loop Course)，每圈長度在 1500 米與 2000 米之間。如有必要，可加上一個小環形賽道(Small Loop)以補足不同項目所需的距離，比賽時應先跑小圈。建議大圈最少有十米的上坡。
  - (2) 可採用天然障礙物，但應避免很高的障礙物、深坑、危

險的上下坡、密茂矮林等；總之，應避免一切給比賽帶來困難而違背比賽宗旨的障礙物。不宜設置人工障礙，如因不能避免而仍須採用，則應仿真曠野中的自然障礙物。若參加比賽人數較多，在起跑後的 1500 米內不應有狹窄地段或其他障礙物，以免造成阻滯。

- (3) 應避免或盡量減少橫過公路或細石路面，當不能避免時，該等路面應鋪上草、泥土或蓆。
- (4) 除在起點及終點外，不能有太長的直道，一個天然起伏，灣道順滑及有小直道的場地，是最理想的。

4. (1) 路線的兩旁應用帶子作出明顯的標記，提議在整個路線一邊設有一米寬的走廊，在週邊加設柵欄，只准大會職員及傳媒進入(重要的錦標賽時才採用)。人多聚集的地方要加固柵欄，特別在起點(包括運動員熱身區域及召集處)及終點(包括接待區)，只可持有特別證件的人仕才可進出。

(2) 大眾人士只可在比賽初段在指定的地方，在大會職員指揮下橫越賽道。

(3) 除起點及終點的範圍外，賽道及障礙物區應有五米寬。

## 比賽距離 (Distance)

### 5. 國際田聯世界越野賽錦標賽的距離大約為：

男子組長距離 12 公里                      女子組長距離 8 公里

男子青年組 8 公里                      女子青年組 6 公里

### 建議少年比賽採用的距離大約為：

少年男子 6 公里                      少年女子 4 公里

建議其他國際和國家比賽也採用類似的比賽距離。

## 起跑

6. 比賽可以通過鳴槍、鳴炮、號角或相似設備開始起跑。須鳴槍開始起跑。超過 400 米以上比賽的起跑應按規則第 162 條 2(2) 的規定。當參賽運動員人數眾多時，應在起跑前 5 分鐘、3 分鐘和 1 分鐘給予倒數計時間提示。出發時，應為各團隊提供起跑區域位置，各隊隊員應在起跑區內排成一路縱隊。其他比賽中，運動員應按照組委會決定的方式在起跑線上集合。“各就位” 口令發出後，發令員應該確保沒有任何運動員的腳(或身體的任何部分)觸及起點線或線前地面，方可鳴槍開始比賽。

## 安全及醫務檢查

7. (1) 越野跑比賽的組委會應保證運動員和官員的安全。
- (2) 由組委會指派並佩帶明顯標誌(如佩戴袖標或穿著背心

或其他類似能識別的服裝)的醫務人員進行現場醫務檢查，不應被認為是對運動員的幫助。

- (3) 比賽中，醫務代表或大會醫務人員命令某運動員退出比賽，該運動員應立即遵從。

#### 飲用水 / 海綿塊和飲品供應站

8. 所有比賽的起點和終點應備有飲水和其他適當飲品及食品。在所有比賽中，如天氣情況需要，應在每圈設置飲用水/海綿塊供應站。

#### 比賽

9. 如果裁判認可裁判員、檢察員或其他人的報告，或通過其他方式，得知運動員離開了標明的路線而縮短了比賽距離，將取消該運動員繼續參賽的資格。

## 第十節 山地越野賽跑 (Cross-Country Races)

### 第 251 條 山地越野跑

---

1. (1) 山地越野跑的主要路段應遠離公路在山野舉行，除非在賽道上有明顯的高度提升，在此種情況下賽道可以為柏油碎石路面。
- (2) 賽道不應包括危險路段。
- (3) 運動員不能使用額外的輔助手段，以幫助他們在賽道上行進。
- (4) 賽道包括一定數量的上坡(主要是上坡) 或(起終點在同一高度的) 上坡/下坡跑。
- (5) 賽道平均坡度最小為 5%(或每公里 50 米) ，最大不能超過 20%(或每公里 200 米) 。
- (6) 賽道最高點不應超過海拔 3000 米。
- (7) 整個賽道應標示清楚，包括公里數的標示。
- (8) 賽道中的天然障礙或挑戰性的路段應特別標示。
- (9) 必須提供詳細的賽道圖和海拔圖，應用以下比例尺標明：  
  
海拔高度： 1/10,000 (10mm=100m)  
  
距離： 1/50,000 (10mm=500m)

## 山地越野跑的類型

### 2. (1) 經典山地跑

舉行錦標賽，建議距離和總體上坡應大約為：

	主要為上坡跑		上/下坡赛道	
	比賽距離	上坡距離	比賽距離	上坡距離
成年男子	12km	1200m	12km	600m/750m
成年女子	8km	800m	8km	400m/500m
青年男子	8km	800m	8km	400m/500m
青年女子	4km	400m	4km	200m/250m
少年男子	5km	500m	5km	250m/300m
少年女子	3km	300m	3km	150m/200m

### (2) 長距離山地越野跑

長距離山地越野跑赛道包括大約 20 公里至 42.195 公里的距離，最大提升高度為 4000 米。18 歲以下的參加者不應參加 25 公里以上距離的比賽。

### (3) 接力山地越野跑

### (4) 計時山地越野跑

以個人間隔時間起跑的山地越野跑應被視為計時跑。成

績應以個人完成比賽的時間排名。

## 起跑

3. 須鳴槍開始比賽。超過 400 米以上比賽的起跑應按規則第 162 條 2(2) 的規定。當參賽運動員人數眾多時，應在起跑前 5 分鐘、3 分鐘和 1 分鐘給予倒數計時間提示。

出發時，應為各隊提供起跑區位置，各隊隊員應在起跑區內排成一路縱隊。其他比賽中，運動員應按照組委會決定的方式在起跑線上集合。“各就位”口令發出後，發令員應該確保沒有任何運動員的腳(或身體的任何部分)觸及起點線或線前地面，方可鳴槍開始比賽。

## 安全及醫務檢查

4. (1) 山地越野跑比賽的組委會應保證運動員和官員的安全。
- (2) 由組委會指派並佩帶明顯標誌(如佩戴袖標或穿著背心或其他類似能識別的服裝)的醫務人員進行現場醫務檢查，不應被認為是對運動員的幫助。
- (3) 比賽中，醫務代表或大會醫務人員命令某運動員退出比賽，該運動員應立即遵從。

## 飲用水/海綿塊和飲品供應站

5. 所有比賽的起點和終點應備有飲水和其他適當飲品及食品。在

所有比賽中，如天氣情況需要，應在每圈設置飲用水/海綿塊供應站。

## 比賽

6. 如果裁判認可裁判員、檢察員或其他人的報告，或通過其他方式，得知運動員離開了標明的路線而縮短了比賽距離，將取消該運動員繼續參賽的資格。