

一般規則

1. 比賽隊伍必須遵從『荃灣龍舟競渡籌備委員會』〔下稱大會〕所訂之一切賽事規例如有違反，可被取消資格。
2. 各組別中龍賽的龍舟，由大會提供及分配，划槳可由賽員自備或大會供應。
3. 由大會提供的龍舟及設備，必須全數完整歸還，如有故意損毀，可被大會取消參賽權利及必須照價賠償。
4. 不諳水性者或身體不適請勿參加，賽員倘因任何意外而致身體傷殘、死亡、財物損失，大會概不負責。
5. 在整個比賽個程中，必須遵從大會指示，以確保賽事安全進行，避免意外發生。
6. 參賽隊伍及其人員有責任保持場地〔地面及水上〕與環境齊清潔，不得破壞或遺下垃圾。
7. 大會將保留一切決策權，各參賽隊伍不得異議。
8. 天文台於賽事當日上午七時或之前懸掛三號或以上之風球、發出紅色或黑色暴雨訊號，賽事即告取消，已交的費用概不發還。
9. 若因天氣或海面情況，大會有權要求各隊減少參賽場次及隊員數目。

比賽形式及規例

1. 比賽賽程距離約 350 米。
2. 比賽分別設有男女子混合中龍盃賽、公開中龍盃賽、工商中龍盃賽、銀行金融中龍盃賽、私家大龍邀請盃賽、國際友誼中龍邀請盃賽、港澳政府友誼中龍邀請盃賽、少年警訊中龍邀請盃賽。
3. 私家大龍划手最多五十人，另需鼓手、舵手各一人。
4. 各中龍組別盃賽及中龍邀請盃賽划手最多二十人，但不能少於十六人，另需鼓手、舵手各一人。
5. 男女子混合中龍盃賽，參賽隊伍不少於八位女划手。
6. 比賽期內，隊員必須穿著統一服飾，包括鼓手及舵手。
7. 少年警訊中龍邀請盃賽參加者，必需穿著大會救生衣進行比賽。
8. 參賽隊伍需自行安排有經驗之舵手比賽，大會將不會提供舵手。
9. 各龍舟隊伍應選派出領隊一名，代表貴隊與大會聯絡及維持貴隊隊員之紀律，如貴隊對比賽有任何爭拗或意見，應先向其領隊報告，再由貴隊領隊向大會裁判提出，大會裁判只向有關領隊交待賽果或其他事宜。
10. 各參賽隊伍須於比賽當天即 2019 年 5 月 26 日(星期日)，在各該組開賽前 30 分鐘前到召集處報到。如有違反，則當自動棄權論，不得異議。此外，當天賽事有可能比設定的時間提早或延遲舉行，參賽隊伍須自行留意賽事的進程。
11. 起點線後各賽道中央均會擺於繩索，每隊舵手必須緊執繩索 (尾繩)，並按照司令員指示調校繩索，藉以改變龍舟位置；在發令比賽前參賽隊伍划手不得划槳，當司令員確定賽隊已正確排成一線後及舵手已拉尾繩後 (俗稱取齊)，司令員會鳴笛一響，以示比賽正式開始，舵手方可放開尾繩，開始比賽。
注意：各隊隊長有責任確保本身隊人員熟悉比賽程序，比賽開始的信號為鳴笛一響。

12. ★如有偷步情況，起點裁判將會發出「兩響」鳴笛訊號以示比賽必須重新開始。所有龍舟聽到訊號後，必須停止前進並返回起點，重新開始比賽。第二次起步後，如任何賽隊再次偷步，賽事仍會繼續進行，不作召回，大會裁判將會取消偷步隊伍之名次及得分。
13. 比賽期間只接受坐位式划法，而舵手不得起尾舵 (杪) 或撬水協助龍舟前進。
14. ★如任何參賽隊伍在比賽過程中，偏離本身航道，不論影響其他參賽隊伍與否，即屬違規，該場次不獲得任何分數。
15. 各參賽隊伍必須依大會指定線道進行競賽，直至龍舟之最前部份抵達大會終點線，方作完成賽事，賽事成績以衝線先後次序定名次。
16. 各隊分組初賽及複賽次序及賽道於領隊會議上以抽籤形式決定。
17. 鼓手必須背向龍頭打鼓，大龍除外。
18. 計分規則：

(a) 男女子混合中龍盃賽、公開中龍盃賽、工商中龍盃賽、港澳政府友誼中龍盃賽

各組別之參賽隊伍先後參加首回合初賽及次回合複賽，以兩場得分總和作為晉級各組決賽之先後次序。

成績計算：						
衝線名次	1	2	3	4	5	6
初賽所得分數	27	23	19	15	11	7
複賽所得分數	30	25	20	15	10	5

* 兩回合所得名次總分隊伍如有同分，則以次回合中較高名次作決定，較高者先。
：如仍相同，則由大會抽籤決定。

(b) 銀行金融中龍盃賽、國際友誼中龍邀請盃賽

參賽隊伍，將參加三回合計分賽，以三場得分總和最高為之冠軍，得分第二為之亞軍，如此類推。

成績計算：						
衝線名次	1	2	3	4	5	6
第一回合所得分數	24.6	21.5	18.4	15.3	12.2	9.1
第二回合所得分數	27	23	19	15	11	7
第三回合所得分數	30	25	20	15	10	5

(c) 私家大龍邀請盃賽

各組別之參賽隊伍先後參四回合計分賽，以四場得分總和最高為之冠軍，得分第二為之亞軍，如此類推。

成績計算：							
衝線名次	1	2	3	4	5	6	7
第一回合所得分數	27.7	24.6	21.5	18.4	15.3	12.2	9.1
第二回合所得分數	31	27	23	19	15	11	7
第三回合所得分數	35	30	25	20	15	10	5
第四回合所得分數	39	33	27	21	15	9	3

(d) 少年警訊中龍邀請盃賽

以一場比賽決勝負，最先到達終點線為冠軍，如此類推。

(e) 晉級決賽線依下表編排：

進入決賽組別排名	1	2	3	4	5	6
決賽線道編排	第三線	第四線	第二線	第五線	第一線	第六線

19. 獎項

(a) 男女子混合中龍盃賽、公開中龍盃賽、工商中龍盃賽.

設冠、亞、季，殿軍獎盃一座，其餘設優異盃

*金盃組別冠、亞、季軍，另加獎牌 26 面。

(b) 私家大龍邀請賽

設冠、亞、季軍、殿軍獎盃一座，其餘設優異盃。

(c) 國際友誼中龍盃賽、港澳政府友誼中龍盃賽

設冠、亞、季，殿軍獎盃一座，其餘設優異盃，每隊另設有紀念錦旗一面。

*金盃組別冠、亞、季軍，另加獎牌 26 面

(d) 銀行金融中龍盃賽、少年警訊中龍邀請盃賽

設冠、亞、季軍，殿軍獎盃一座，其餘設優異盃。

*冠、亞、季軍，另加獎牌 26 面