



主辦機構



資助機構



第十二屆香港室內龍舟錦標賽

賽事通告 (一)

公布日期：2026年2月6日

賽事詳情

賽事日期：2026年3月29日（星期日）

賽事時間：上午8時30分至下午4時30分

賽事地點：樂富商場 B 區中庭 – 九龍橫頭磡聯合道 198 號（樂富港鐵站 B 出口）

截止報名日期：請參閱參賽程序。報名一經確認，費用恕不退還。付款收據將於比賽當天派發。（名額有限，先到先得。）

點擊以下連結 <https://forms.gle/JCDF1RSQjoLE1cQp6> 於 2026 年 3 月 9 日或之前完成報名手續，詳情請參閱參賽程序。報名一經確認，費用恕不退還。付款收據將於比賽當天派發。（名額有限，先到先得。）

比賽項目及參賽費用

組別	個人項目								
	公開組	工商組	先進甲組	先進乙組	先進丙組	青年 U24 組	中學組 (中一至三)	中學組 (不限年級)	展能組
	男/女子組		公開組			男/女子組			
賽程	200 米								100 米
名額	每項各 40 名								10 名
費用	每項港幣 50 元正					每項港幣 30 元正			

組別	團體接力項目 (全隊最多 6 人)								
	公開組	工商組	先進甲組	先進乙組	先進丙組	青年 U24 組	中學組 (中一至三)	中學組 (不限年級)	青少年制服團體
	男/女/混合組		公開組			男/女/混合組			
賽程	4 X 200 米 (以接力形式，每人拉 200 米)								
名額	每項 10 隊								
費用	*(2025-2026 有效屬會會員) 每項港幣 160 元正 (非屬會會員) 港幣 200 元正					每項港幣 100 元正			

* 有效註冊屬會報名，其隊伍名稱必須包括註冊屬會名稱。

年齡規格

所有運動員：必須為 12 歲或以上（以 2026 年 3 月 29 日計當日滿 12 歲或以上）。

青年 U24 組：必須在 24 歲或以下（為 2001 年 1 月 1 日以後出生）。

先進甲組 O40：必須在 40 歲或以上（以 2025 年 1 月 1 日至 12 月 31 日計）。

先進乙組 O50：必須在 50 歲或以上（以 2025 年 1 月 1 日至 12 月 31 日計）。

先進丙組 O60：必須在 60 歲或以上（以 2025 年 1 月 1 日至 12 月 31 日計）。

獎項

個人項目賽事決賽之冠、亞、季軍可獲獎牌乙面。

團體項目賽事決賽之冠、亞、季軍可獲獎牌六面。

個人男/女子全場最快時間各可獲獎盃乙個。

最踴躍屬會參與獎可獲獎盃乙個。



主辦機構



資助機構

賽事形式

個人項目	<ul style="list-style-type: none"> • 賽事開始前運動員預先設定左邊或右邊，開賽後不能更改。 • 每場賽事運動員同時起步，每人划完 200 米即完成賽事。 • 比賽名次以最少時間排先。
團體接力項目	<ul style="list-style-type: none"> • 團體賽形式，每隊用一部龍舟機，賽前召集選左面或右面作賽。一經決定，比賽開始後不能更改。 • 4 人一隊，隊員必須手持划槳桿，完成 200 米 (上下限 10 米範圍內)，要將划槳桿交給下一隊員。如此類推，即完成賽事。 • 比賽名次以最少時間排先。 • 每個項目賽事，每隊只須參加一場賽事，各參賽隊伍以其完成 800 米賽程的總時間排名。

參賽程序

日期	事項								
由即日起 至 2026 年 3 月 9 日 11 時 59 分	<p>截止報名 所有隊伍/個人必須於 2026 年 3 月 9 日上午 11 時 59 分之前於以下連結 https://forms.gle/JCDFIRSQjoLElcQp6 遞交報名申請，隊伍/個人於遞交申請後將收到電郵回覆確認成功遞交。名額有限，所有項目將根據報名時間以先到先得方式決定次序，逾時報名恕不受理。(報名接納與否，視乎參加隊伍數目而定。)</p> <p>繳交報名費用 當隊伍/個人收到電郵回覆確認報名成功後，須於截止報名限期前繳交參賽費用。未能依時繳交參賽費用，總會有權不接受其報名。</p> <p>繳交方法</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.) 轉賬或存款到匯豐銀行 600-650-568-003 支付予『中國香港龍舟總會』，並拍下轉賬或存款收據及註明賽事名稱、隊伍/個人名稱及參賽項目，發送電郵至 championships@hkcdba.org 中國香港龍舟總會秘書處收；或 2.) 以劃線支票，抬頭支付予『中國香港龍舟總會』並於支票背面註明賽事名稱、隊伍/個人名稱及參賽項目，郵寄或親身遞交到九龍新蒲崗大有街 32 號泰力工業中心 15 樓 09 室中國香港龍舟總會。 <p>備註</p> <ol style="list-style-type: none"> i) 所有經轉賬或直接存款收據必須妥善遞交至總會。在任何情況下未能妥善遞交存款收據者，將被視作欠交報名費，總會有權不接受其報名。 ii) 請保留有關轉賬/存款/劃線支票之收據副本作記錄； iii) 所遞交之轉賬/存款/支票若未能成功兌現或電匯未確定已匯入總會戶口之隊伍/個人將被視作欠交報名費，總會有權不接受其報名。 iv) 報名一經確認，費用恕不退還。付款收據將於比賽日當天派發。 								
2026 年 3 月 29 日	<p>比賽日 賽事當天</p> <table border="0"> <tr> <td>上午 8 時 30 分至 9 時 30 分</td> <td>登記及練習時段 (每節 8 分鐘，先到先得)</td> </tr> <tr> <td>上午 9 時 30 分至下午 1 時 30 分</td> <td>個人組賽事、頒獎 (個人獎項)</td> </tr> <tr> <td>下午 1 時 30 分至 4 時</td> <td>團體組賽事</td> </tr> <tr> <td>下午 4 時至 4 時 30 分</td> <td>頒獎 (團體獎項、個人最快時間獎、屬會最踴躍參與獎)</td> </tr> </table>	上午 8 時 30 分至 9 時 30 分	登記及練習時段 (每節 8 分鐘，先到先得)	上午 9 時 30 分至下午 1 時 30 分	個人組賽事、頒獎 (個人獎項)	下午 1 時 30 分至 4 時	團體組賽事	下午 4 時至 4 時 30 分	頒獎 (團體獎項、個人最快時間獎、屬會最踴躍參與獎)
上午 8 時 30 分至 9 時 30 分	登記及練習時段 (每節 8 分鐘，先到先得)								
上午 9 時 30 分至下午 1 時 30 分	個人組賽事、頒獎 (個人獎項)								
下午 1 時 30 分至 4 時	團體組賽事								
下午 4 時至 4 時 30 分	頒獎 (團體獎項、個人最快時間獎、屬會最踴躍參與獎)								



提交及更改資料行政費

收費	提交或更改日期
每名運動員每項目港幣 100 元正	2026 年 3 月 10 日至 3 月 17 日
2026 年 3 月 18 日起恕不接受提交或更改資料	

本賽事規則及附例

- 除章程及以下規則明文規定外，其餘均依照中國香港龍舟總會的現行比賽規則執行。
- 報名時每間機構工商機構／團體／隊伍／個人的參賽項目數量不受限制。
- 除年齡組別外，各參賽身份有以下限制：
 - 各運動員須註冊成為中國香港龍舟總會 2025 - 26 年度個人會員。
 - 工商機構組：只限持有有效商業登記證的公司或機構，參加隊伍必須提供有效商業登記證；所有划手在報名時必須為參賽公司或機構的海外／本地全職僱員；所有划手必須於「報名時」提供有效職員證副本或在職證明信。
 - 青少年制服團體組：只限：消防及救護青年團，少年警訊，民安隊少年團，入境事務處青少年領袖團，醫療輔助隊少年團，懲教署更生先鋒領袖，海關青年領袖團，香港航空青年團，香港童軍總會，香港女童軍總會，香港少年領袖團，香港海事青年團，香港交通安全隊，香港聖約翰救傷隊少青團，香港基督少年軍，香港基督女少年軍，香港升旗隊總會，香港紅十字會青年團，香港青少年軍總會；參加者必須為該團體團員；
 - 展能組：只接受持有香港特區政府發出的殘疾人士登記證，並為下列類別：聽障、肢體傷殘、言語障礙、智障（輕度）、器官殘障／長期病患、視障。
 - 女子組之運動員，性別須為女性。
 - 混合組接力賽中，各隊必須有 2 名女性划手，2 名男性划手運動員參與，每人分段划相同距離，出場次序不限
- 每名划手不可在「同一組別」中代表不同隊伍出賽（若同名隊伍分隊 A、B 隊，亦作不同隊伍論）。每名划手只能代表一隊出賽。
- 現場檢錄時必須出示以下證明文件：
 - 所有參賽者可於賽事當日出示香港身份證正本或副本進行檢錄(中學組及展能組除外)，賽會有權要求參賽者提供相關身份證明文件查核。
 - 中學組的參加者必須出示 2025-2026 學年有效全日制學生證。
 - 展能組的參加者必須出示由香港特區政府發出的有效殘疾人士登記證。
 - 青少年制服團體組的參加者必須出示有效團員證件。
- 後備／替補安排：
 - 團體項目：全隊最多 6 人報名(包括划手 4 名及後備賽員最多 2 名，其中一人為隊長)。檢錄時確認出場 4 人均必須在報名名單之內。
 - 個人項目：已登記運動員不能替換，若因任何理由缺席，均作棄權論，參賽費用恕不退還。
 - 後備隊員：必須符合參賽組別的身份及年齡限制，且當天也必須經磅秤體重者才能出賽。
- 召集及檢錄安排：「每位」參賽者必須在其比賽項目開始前最少 30 分鐘到「召集處」報到並磅秤體重(全日只需磅秤體重一次!)，並於賽前 15 分鐘到「檢錄處」完成檢錄程序，及服從當場裁判之所有指示登上龍舟機。如參賽者不論在任何理由下未能出席或遲到，主辦單位將不會安排補賽。
- 服飾要求：
 - 為確保運動員安全，比賽期間必須穿著包跟包趾鞋。
 - 接力賽(即團體項目)參賽者必須穿著整齊及一致隊伍運動服裝。
- 線道及分組安排
 - 由於預計參加人數眾多，大會決定取消抽籤，所有項目以報名時間先後順序安排小組初賽及線道。
 - 決賽線道與水上賽事相同：如安排 6 線道，則依上一輪成績，由最佳成績至第 6 名依次被編入 3、4、2、5、1、6 線。
 - 如該場只有，或少於 6 人/線道參賽，將即場進行決賽決定名次。如現場因有人缺席，總裁判亦有權即時合併初賽，並直接決賽。
 - 若任何團體／個人組別的參賽數目不足三隊／人，該組別將會取消。
- 龍舟機設定：
 - 參加者須依照總會安排之龍舟機進行比賽，除手柄長度、腳踏板位置及顯示器角度外，不能自行調較或更改其他部件設定。



主辦機構



資助機構



- 10.2 每場比賽一旦正式開始，任何人均不得在中途再調校龍舟機上任何機械部件，包括腳踏、槳杆、顯示器角度等。不論個人賽或接力賽，其他人也不得與在龍舟機上運動員有任何身體接觸。
- 10.3 大會預設龍舟機上風阻為統一數值，參加者不得要求更改！
- 10.4 每位參加者的體重，不論個人賽還是接力賽，都會輸入電腦以調節龍舟機的 Drag Factor 系數。所以當天檢錄前必須磅秤體重。
- 11 起步程序：當各運動員就位，裁判會發出「Are you ready」口令，待所有運動員及機械部件完全靜止，便會進入「電腦起步程序」。螢光幕隨即出現“Attention in 10 Seconds”字樣，即在 10 秒鐘之內會正式起步。當螢光幕一旦出現“GO”字樣（同時有響號提示），即比賽開始。如運動員在此訊號之前拉動龍舟機之手柄將會被判為「偷步」。總裁判長將會發出一「正式警告」（不帶罰時）。任何一位參賽者犯上兩次「偷步」，將會被取消資格。每次有人偷步，總裁判長都會叫停，並重新起步。
- 12 若龍舟機出現故障：
- 12.1 若因划手導致龍舟機及相關裝置受損而使其未能完成賽事或所做出的時間及距離未被記錄，則視作未能完成比賽 (DNF) 論，有關划手不可再參與餘下賽事。
- 12.2 若器械損壞或故障非因划手所致，須採取以下措施：
- 12.2.1 在初賽階段或除決賽外的其他各輪比賽中，划手可參加其他場次的賽事，或在無其他場次賽事的情況下，獲安排單獨完成比賽，並以記錄所得的時間來計算成績排名；
- 12.2.2 在決賽中，若損壞或故障情況在開賽後 30 秒內出現，則應中止比賽並重新開賽；若在開賽 30 秒之後發現損壞或故障情況，則賽事必須繼續而有關於划手應被視為已停止作賽 (DNF)；
- 12.2.3 若為中央電腦及計時系統損壞或發生故障則另當別論；由總裁判決定是否有需要在未能記錄所有划手時間及比賽距離的情況下安排重賽。
- 13 以下情況被視為犯規，該隊/運動員接受一次正式警告並罰時 5 至 20 秒 (每次計)：
- 13.1 划槳(拉機)時，臀部離開座椅，或因失誤而腳或手觸地 (註：接力賽時從第二棒開始，第一下拉動時 (只限第一槳!) 容許一腳觸地，但必須當時屁股已明顯先坐好，且另一腳已安放龍舟機上離地才拉動。)(每次罰時 5 秒)
- 13.2 結束比賽後沒有依裁判指示就提早離座。(註：必須等待所有對手完成該場比賽，並在裁判確認成績後再指引下才可站立及離座。)(每次罰時 5 秒)
- 13.3 接力賽時超出「接棒區」交接。(註：必須在交「交接點」前後 10 米範圍內完成交接，即「前一棒」要拉完最後一槳和「後一棒」已拉動第一槳，必須在這範圍內完成。)(每次罰時 10 秒)
- 13.4 結束時暴力地或不禮貌地拋下拉杆。(每次罰時 10 秒) (註：同一人同日再犯，可依 IDBF「紀律性警告」原則處理，即時取消該參賽者當天所有參賽資格及成績。)
- 13.5 任何隊伍或賽員/隨隊人員，如有嚴重違反競賽規則或紀律行為，裁判亦可向該賽隊罰時 5 至 20 秒或取消參賽資格。
- 14 以下情況，被視為「未能完成比賽」(DNF)：
- 14.1 未到終點就故意提早離座 (不容許重新回座位)；
- 14.2 超出時限。個人項目的完成上限時間為 3 分鐘 (中學組/U24 為加 1 分鐘)，接力賽則為 6 分鐘 (中學組/U24 加 2 分鐘)。(註：裁判最後會倒數 20 秒，然後叫停。)
- 14.3 起步 30 秒後機械故障
- 15 成績相同安排：
- 15.1 「個人賽」如成績相同，以較少被裁判警告及犯規者勝，如再相同，則體重較低者勝，如仍無法分出排名，再以抽籤決定勝負。
- 15.2 「接力賽」如成績相同，以全隊較少被裁判警告及犯規者勝，如再相同，則計算全隊最輕一人之體重，再計次輕，如此類推。如仍無法分出排名，再以抽籤決定勝負。
- 16 特殊情況：
- 16.1 如運動員因受傷或健康原因，可申請比賽時一直單腳觸地，但必須由當事人於上午或下午第一場開賽前至少 30 分鐘前把有效醫生證明書及簡單書面申請函交到賽事秘書處 (紀錄台)，並由總裁判長簽署決定容許與否，並扎手帶作實。不接受口頭申請。
- 16.2 若因特殊情形，大會有權通知各參賽者改期作賽或另作編排，如在比賽中發生特殊情況，繼續舉行與否得由當場裁判或總會全權決定，參賽者不得異議。
- 17 在上、下午第一場比賽前均有簡短規則講解及「示範」。(歡迎第 4 場或之後才出場者即場報名示範賽，請提前 15 分鐘登記並就位。)



- 18 練習時段：參賽者可於比賽前依照總會安排之龍舟機練習區進行練習。每人限時 2 分鐘，先到先得。
- 19 抗議及上訴一律以 10 分鐘為上限(以成績公布時間為準)。逾時一律不接納申請。如需要相關表格，請到秘書處索取，並由申請人簽署，連同現金港幣 2000 元/次/項交付作實。
- 20 大會並保留修改本規則一切權利。主辦單位亦有權拒絕任何隊伍／個人參賽，而不需作出任何解釋。
- 21 任何隊伍或及運動員／隨隊人員，如有嚴重違反競賽規則或紀律行為，可被取消參賽資格或所獲之獎項。
- 22 參加者不得進行或企圖進行任何違反香港特別行政區法律，及《香港國安法》的行為。參加者行為不得不利國家安全。對於作出任何行為、行徑、或展示任何標誌、標語或橫幅惹起公眾憂慮或中國香港龍舟總會視為不宜參加之任何參加者，中國香港龍舟總會有權禁止其參加／繼續參與活動。
- 23 主辦機構有權使用活動期間拍攝之任何影像、錄音或照片作宣傳用途，無須參加者事先同意。
- 24 如資料於英文及中文版本之間有任何文義的差異，將以中文版本的資料為準。

**** 所有參賽隊伍之領隊及所有賽員有責任熟悉競賽條例及規則。 ****

- 惡劣天氣安排 ：
- 如遇比賽當天上午 7 時正，天文台宣布八號風球或以上訊號生效，所有賽事將會取消，所有參賽費用恕不退還。
 - 如遇雷暴警告、一號、三號風球或任何暴雨警告訊號生效，各隊伍仍需依時報到。賽事舉行與否，均以賽會作最終決定及安排，所有參賽隊伍必須遵從有關安排。
 - 基於安全理由，在賽事中途遇到任何情況或惡劣天氣，總會有權取消或延遲任何賽事，所有參賽費用恕不退還。

主辦機構



資助機構



比賽場地位置圖



公共交通

港鐵

樂富港鐵站 B 出口

巴士

1, 7B, 7M, 11D, 11K, 75X, 84M, 85, 85A, 85B, 103, 113, 211A

小巴

13, 13A, 39M, 53M, 54, 66S

查詢

中國香港龍舟總會

電話：(852) 3618 7510

傳真：(852) 2577 1873

網站：www.hkcdba.org

電郵：championships@hkcdba.org