

國際拔河運動比賽規則 (RULES FOR INTRRNATIONAL TUG OF WAR SPORT COMPETITION)

目錄

第一篇 定義與說明(DEFINTIONS AND SPECIFICATIONS)

- 第一條 拔河運動(TUG OF WAR SPORT)
- 第二條 分類(CATEGORIES)
- 第三條 重量分級(WEIGHT CLASSES)
- 第四條 重量測量和驗戳章蓋印(WEIGHING AND STAMPING)
- 第五條 年齡限制(AGE LIMITS)
- 第六條 隊伍與替補(TEAMS AND SUBSTITUTIONS)
- 第七條 教練與防護員(COACH/TRAINER)
- 第八條 運動裝備(SPORT EQUIPMENT)
- 第九條 比賽繩(ROPE SPECIFICATIONS)
- 第十條 拔河區與標線(PULLING AREA AND MARKINGS)

第二篇 拔河運動技術規則(PULLING TECHNIQUES RULES)

- 第十一條 握繩(ROPE GRIP)
- 第十二條 拔河姿勢(PULLING POSITION)
- 第十三條 後位姿勢(ANCHOR'S POSITION)

第三篇 違反規則(INFRINGEMENTS OF THE RULES)

- 第十四條 比賽中違規(INFRINGEMENTS DURING COMPETITION)
- 第十五條 失格(DISQUALIFICATION)
- 第十六條 違反規則(BREACH OF THE RULE)

第四篇 競賽與計分(COMPETITION MATCHES AND SCORES)

- 第十七條 場局和休息時間 (MATCHES, PULLS AND REST PERIOD)
- 第十八條 擲幣(TOSS)
- 第十九條 獲勝(WINNING A PULL)
- 第二十條 計分(SCORE)
- 第二十一條 重賽(NO PULL)

第五篇 裁判(JUDGING)

- 第二十二條 職員與裁判(OFFICIALS AND JUDGES)
- 第二十三條 審判委員、大會管制員和裁判長之職權(POWERS OF REFEREE, CONTROLLER AND CHIEF JUDGE)

第二十四條 主審之權責(POWERS AND RESPONSIBILITIES OF THE JUDGE)

第二十五條 副審之權責(RESPONSIBILITIES OF SIDE JUDGES)

第二十六條 體重測量裁判(WEIGHMASTER)

第六篇 手勢與口令(SIGNALS AND COMMANDS)

第二十七條 開始程序(THE START PROCEDURE)

第二十八條 每局比賽結束(FINISH OF A PULL)

第二十九條 拔河比賽中之口令與手勢(LIST OF COMMANDS IN TUG OF WAR COMPETITION) (如圖 3)

第三十條 拔河比賽中之常見犯規與手勢(LIST OF COMMON INFRINGEMENTS IN COMPETITION) (如圖 4)

第七篇 比賽架構(COMPETITION STRUCTURE)

第三十一條 通則(GENERAL)

第三十二條 最少之參賽隊數(MINIMUM NUMBER OF TEAMS)

第三十三條 單組比賽(COMPETITION WITH ONE GROUP)

第三十四條 分組比賽(COMPETITION WITH MORE THAN ONE GROUP)

第三十五條 預賽名次之決定(DETERMINATION OF RANKING IN QUALIFYING COMPETITION)

第三十六條 抽籤之監督(SUPERVISION PULL-OFF AND DRAW)

第三十七條 預賽排名序位是採比賽回合的積分制(THE QUALIFYING ROUND WILL BE A POINTS COMPETITION)

第三十八條 所有決賽和序位之抽籤皆須在大會指定之職員的直接監督下進行(ALL PULL-OFFS AND DRAWING OF LOTS SHALL BE DONE UNDER DIRECT SUPERVISION OF THE APPOINTED OFFICIALS OF THE COMPETITION)

第八篇 國際拔河聯盟會員國(MEMBER ASSOCIATIONS)

第九篇 國際拔河運動比賽規則之修訂(AMENDMENTS TO RULES FOR INTERNATIONAL COMPETITION)

第十篇 國際拔河聯盟(TWIF)裁判制度(DOMESTIC JUDGING SYSTEM)

第一條 裁判組(TWIF PANEL OF JUDGES)

第二條 裁判資格(QUALIFICATION OF TWIF JUDGES)

第三條 裁判認證(TWIF QUALIFIED JUDGES)

第四條 裁判認證課程(TWIF JUDGES COURSE)

第五條 裁判研習(REFRESHER COURSES)

第六條 裁判評價(CRITIQUE)

第七條 裁判評估(EVALUATION OF JUDGES)

第十一篇 國家代表隊廣告商標規則

第十二篇 國內青少年比賽規則(RULES FOR DOMESTIC JUNIOR CATEGORY COMPETITION)

第十三篇 國內裁判制度(DOMESTIC JUDGING SYSTEM)

第十四篇 國內教練制度(DOMESTIC COACH SYSTEM)

第一篇 定義與說明(DEFINITIONS AND SPECIFICATIONS)

第一條 拔河運動(TUG OF WAR SPORT)

代表拔河運動團隊的成員須為該國家之忠實公民，而此國家拔河運動協會應隸屬於國際拔河運動聯盟；拔河運動之參與者必須為國際拔河運動聯盟認可之業餘愛好者，並必須遵守國際拔河聯盟制定之規則和宗旨。

第二條 分類(CATEGORIES)

2.1 國際拔河運動比賽分類如下：

室外(草地)和室內

男子和女子

成年組(Senior)、青年組 (Under23) 和青少年組(Junior)

4 X 4 男女混合組(4 男和 4 女)

2.2 國際拔河運動聯盟(TWIF)每年舉辦的世界錦標賽為青少年(Junior)組和

23 歲以下(U23)的男、女等組別

第三條 重量分級(WEIGHT CLASSES)

國際拔河運動比賽，依團隊體重分級如下

- | | | |
|-------------------|-----|-----------------------|
| 3.1 男子成年組(Senior) | 不超過 | 560kg(室內；世錦賽)(室外；歐錦賽) |
| | 不超過 | 600kg(室內；世錦賽) |
| | 不超過 | 640kg(室內；世錦賽)(室外；歐錦賽) |
| | 不超過 | 680kg(室內；世錦賽)(室外；歐錦賽) |
| | 不超過 | 720kg(室外；世錦賽、歐錦賽) |
| | 無限級 | 無限量級(無體重限制) |
| 3.2 女子成年組(Senior) | 不超過 | 500kg(室內、外)世錦賽 |
| | 不超過 | 520kg(室外)歐錦賽 |
| | 不超過 | 540kg(室內、外)世錦賽 |
| | 不超過 | 560kg(室外)歐錦賽 |
| 3.3 男女青年組(U23) | | |
| 男子青年組(U23) | 不超過 | 600kg(室內、外；世錦賽) |
| 女子青年組(U23) | 不超過 | 500kg(室內、外；世錦賽) |

3.4 男女青少年組(Junior)

男子青少年組(Junior) 不超過 560kg(室內、外；世錦賽)

女子青少年組(Junior) 不超過 480kg(室內、外；世錦賽)

3.5 4 x 4 男女混合組

4 X 4 成年男女混合組(Senior) 不超過 580kg(室內、外；世錦賽、歐錦賽)

4 X 4 青少年男女混合組(Junior)不超過 520kg(室內、外；世錦賽)

4 X 4 青年混合組(U23) 不超過 560kg(室內、外；世錦賽)

(注意：重量級別可以每四年修改一次。得依該次賽會之競賽規程調整之)

第四條 體重測量和驗戳章蓋印(WEIGHING AND STAMPING)

4.1 領取選手證(COLLECT ACCREDITATION)

所有已付費的參賽隊伍領取選手證。

4.2 體重測量時間(WEIGHT SCHEDULE)

所有認可的參賽隊伍其選手必須在預定時間內接受體重測量。

4.3 下載報名單(AN ACCREDITATION DOWNLOAD)

報名單內需列出所有參賽國家隊伍之運動選手名單。但是操作系統除系

統管理者和各國任命的代表外，其他人不得入內操作。

4.4 單人個別測量體重(WEIGH ON AN INDIVIDUAL SCALE)

運動選手在單人體重計上測量體重，體重計的數量由主辦方的組織委員會和國際拔河聯盟決定，每人只能有一次正式的體重測量。

4.5 體重記錄(WEIGH RECORD)

測量後的運動選手體重記錄在 excel 的電子表格上，同時也手寫在下載的 excel 表格上做為備份。

4.6 確認體重(CERTIFIED WEIGHT)

告知運動選手確認的體重，運動選手可以將體重告知其所屬隊伍的教練。

4.7 公開俱樂部報名(OPEN CLUBS ENTRIES)

4.7.1 報名參加國際拔河聯盟(TWIF)俱樂部比賽的教練，應在規定時間內向該比賽的大會競賽組提出已填寫完整的參賽運動選手包含體重在內的出賽單。而體重表內應包括每位選手的姓名、註冊號碼、體重以及參賽重量級別的總體重，表中只能有八名選手、一名教練以及一名運動防護員等十名參賽隊員。

4.7.2 只要八位選手總體重不超過參賽重量級別的體重之下，教練可以在蓋印30分鐘前向大會競賽組提出更換任何選手。

4.8 國家隊的體重測量(NATIONAL TEAM WEIGH IN)

4.8.1 國家隊的教練，可以挑選任何列於所下載的國家隊excel報名名單上已過磅之選手。

4.8.2 只要八位選手總體重不超過該重量級別體重之下，教練可以在蓋印
30分鐘前向該大會競賽組提出更換任何選手(puller)。

4.9 體重證明表(出賽單)(WEIGHT CERTIFICATE)

國家隊的教練應在規定時間向大會競賽組提交一份已填寫完整的體重
證明表(出賽單)。

4.10 抽籤(DRAW FOR A PARTICULAR WEIGHT CLASS)

大會競賽組應將選手體重註冊號碼與下載之完整excel報名表對照檢查後，
對所參賽重量級別的各隊伍進行抽籤。

4.11 在特定區域設有掃描儀或條碼認讀器以配合裁判用來控制整個比賽的
選手替換和檢查隊伍的重量。

第五條 年齡限制(AGE LIMITS)

5.1 青少年組(JUNIOR)

參加青少年組之拔河選手之年齡始於達15歲之當年之年初，止於達18
歲之當年年底。

5.2 青年組(U23 組)

5.2.1 參加青年男子組之拔河選手之年齡始於達 18 歲之當年年初，止於到達
22 歲之當年年底。

5.2.2 參加青年女子組之拔河選手之年齡始於達 16 歲之當年年初，止於到達
22 歲之當年年底。

5.3 成年組(SENIOR)

參加成年組之男子拔河選手之年齡始於達18歲之當年年初。

參加成人組女子拔河選手之年齡始於達16歲之當年年初。

第六條 隊伍與替補(TEAMS AND SUBSTITUTIONS)

6.1 隊伍人數

在第一場比賽開始時每隊必須有八位選手。當隊伍就比賽位置，並在裁判之控制下，則視為比賽已開始。

6.2 國家隊成員

國家隊成員必須為其代表國家之公民，公民資格之證明文件為護照或其代表國家政府提供之證明文件，上述成員包含選手、教練和隊職員。

6.3 替補條件與時機(CONDITIONS FOR USING A SUBSTITUTE)

6.3.1 比賽期間可替補一位選手。當替補完成後，即不得再進行任何更動。

6.3.2 替補可用於戰術運用或選手受傷。

6.3.3 替補僅能發生於體重測量後，並已完成第一場比賽之第一局後。

6.3.3 被替補之選手不得再參加該量級之任何後續比賽場次。

6.3.4 替補選手必須是註冊於該俱樂部或該國家隊伍之選手。

6.4 替補程序

6.4.1 替補之前，替補與被替補的選手皆須穿著全套拔河比賽裝備(比賽服、短褲、長襪子和比賽鞋)攜帶選手證，由裁判長指派的負責處理比賽替

補工作的裁判處理檢查。

6.4.2 將選手證資料經由掃描或輸入系統，以作為識別運動選手身份及其體重。

6.4.3 替補選手之體重只能相等於或輕於被替補選手之體重。全隊之總重量不得因替補而增加，就算該隊伍未替換前之體重未達該量級的最高體重限制。

6.4.4 替換後，裁判長或受指派之裁判必須除去被替補選手之體重驗戳章，並在替補選手身上蓋適當之驗戳章；裁判長或受指派之裁判要在出賽單上登錄替補情形。(在比賽區之適當位置準備一個磅秤以應需要時測量兩人之體重之差額)

6.5 最少之比賽選手數

不允許第二次換人。當發生第二次選手受傷時，得允許七位選手繼續比賽；但不允許比賽選手人數少於七人。

第七條 教練與防護員(COACH I /TRAINER)

7.1 每隊可有一位教練指導選手。

7.2 每一隊也允許有一位防護員。防護員之功能在於比賽前後照護選手，不得在比賽中與選手交談，並須位於主審指定之位置。

第八條 運動裝備(SPORT EQUIPMENT)

8.1 運動服裝(Sport dress)

8.1.1 拔河選手運動服裝(Sport dress puller)

比賽隊伍須穿著適當之運動服裝，包括短褲、運動衫或拔河服和及膝長筒襪或襪子(knee-stockings or sock)。全隊之比賽服裝須一致。

8.1.2 教練和其他隊伍成員之運動服裝

教練和其他隊伍成員應穿著和比賽選手一致之服裝或穿著同一色系之運動服裝。

8.1.3 頭飾(Headgear)

8.1.3.1 選手、教練和隊伍成員被允許穿戴下列頭飾：帽子、遮陽帽和頭巾。

8.1.3.2 頭飾之顏色須和運動服裝同一色系。選手、教練和隊伍成員之頭飾須統一。

註：如回教之纏頭巾或類似之頭飾應依據宗教或文化而可能被允許。但將依裁判委員會視個案具體狀況而決定。

8.1.4.防護衣(Protective clothing)：

8.1.4.1 在裁判允許下，選手得在運動衫內穿著防護衣，以保護皮膚。

8.1.4.2 後位之防護衣厚度不可超過 5 公分並須穿著在運動衫內，且置於繩子和身體中間。防護衣上不得有鈎扣、溝漕或其它可能鎖住繩子之物品(如圖一)。



圖一、防護衣

8.1.5 防護皮帶(Protective belt)：

8.1.5.1 防護皮帶只能穿戴於運動衫外。比賽時，選手可佩戴著皮帶或其他編織帶(woven belt)以支撐保護選手的背部。

8.1.5.2 任何選手佩帶皮帶或編織帶均不得改造任何結構或附加其他材料。

8.1.5.3 皮帶的扣環或繫皮帶裝置(closing apparatus)不能與繩索接觸，必須置於身體的前面。

8.1.5.4 編織帶(woven belt)的鬆散端部不能接觸或纏繞在繩索上，必須置於身體前面或繩索相反的一側。

8.1.5.5 在任何情況下，都不允許繩索在皮帶和選手身體之間運行，拉扯到選手身體。

8.1.5.6 比賽期間，裁判可以隨時檢查比賽選手腰帶的正確裝置和佩戴。

8.2 樹脂黏膠(Resin)

樹脂黏膠是被允許用來協助握繩，但只可塗抹手上。在室內比賽時，樹脂黏膠只能在主辦單位同意下，並在裁判指導下使用。

8.3 體重測量時之穿著(Dress at weigh-in)

8.3.1 男子隊於體重測量時至少應穿著適當不透明短褲。

8.3.2 女子隊於體重測量時至少應穿著適當大小之不透明短褲和上衣，或緊身運動上衣。

8.3.3 體重測量時不必攜帶或穿著鞋子。但須提交大會檢查員，檢視鞋子之規格。

8.4 比賽鞋(Shoes)

8.4.1 室外比賽鞋(Outdoor shoes)

8.4.1.1 鞋跟允許有小於 6.5mm 的金屬片。鞋跟從鞋底垂直向下，由鞋後(背)和鞋側面看，鞋跟應與鞋底齊平。

8.4.1.2 鞋跟面向鞋子之前端也必須是平面與鞋跟齊平，且與鞋底完全垂直。

8.4.1.3 鞋跟側邊與地面接觸的--鞋刃--，從鞋底垂直線測量起，鋒利面可超出鞋跟外側最多不得大 15 公釐。

8.4.1.4 鞋跟其他側邊必須與鞋底完全齊平，且不可以有任何突出物。且鞋跟之寬度不得超過鞋底之寬度。

8.4.1.5 鞋跟之高度，由鞋子底部至鞋跟底部(含 6.5 公釐的金屬片)，不得高於 35 公釐(含鞋底高度)。

8.4.1.6 鞋跟尺寸須介於整個鞋底面積的三分之一和四分之一之間(如圖二)。

8.4.1.7 鞋底結構(Sole structure)

鞋底結構(含鞋跟)允許為金屬，但鞋底板必須為非金屬材質，其厚度不可超過 6.5mm(如圖二)。

8.4.1.7.1 鞋底前段部分(Front part of the Shoe)

可增加或保持原有高度，若高度未增加，鞋底在平整水平面觀看時，其高度可高於鞋跟，且鞋底必須至少高於鞋跟 6.5mm；若高度增加，鞋底前段部分長度最少應為鞋子總長度的一半，且其高度(含鞋底)不得超過 35mm。

鞋底板必須為非金屬材質，其厚度不可超過 6.5mm(如圖二)。

8.4.2 室內比賽鞋(Indoor shoes)

室內拔河比賽鞋必須為任何運動鞋廠製造之原始產品。鞋底可以改裝，但面積不可超過鞋體本身的寬度與長度，鞋底可由橡膠或可增加摩擦力之材質製成，但其材質不可對河道表面或地面造成損壞。鞋底的寬度與長度不可超過選手”裸足”測量之 20%。清潔的乾布是唯一可用來清潔鞋底的用品，且必須不包含任何化學物品和液體在內。

以上有爭議時，大會審判委員可仲裁相關爭議事件。

第九條 比賽繩(ROPE SPECIFICATIONS)

9.1 比賽繩之尺寸

比賽繩之圓周必須介於 10 公分至 12.5 公分之間，且不可有結節或握把；繩之兩端須縛紮結尾，長度不得短於 33.5 公尺。

9.2 比賽繩之標誌

比賽繩之標誌應以黏沾方式固定，以利裁判之調整。

9.2.1 室外比賽繩之標誌

繩子上須有五個標誌如下：

- (a) 一個在正中央。
- (b) 兩個在離中央兩邊各 4 公尺處。
- (c) 兩個在離中央兩邊各 5 公尺處。

(d) 以上(a)、(b)、(c)之標誌須為三種不同顏色。

9.2.2 室內比賽繩之標誌

繩子上須有三個標誌如下：

(a) 一個在正中央。

(b) 兩個在離中央兩邊各2.5公尺處。

(c) 以上(a)、(b)之標誌須為不同顏色。

第十條 拔河區與標線(PULLING AREA AND MARKINGS)

10.1 室外拔河區與標線

拔河區必須為平坦之草地；地面需標劃一條中心線。

10.2 室內拔河區與標線

拔河區之面層須採用足以與一般室內拔河鞋產生良好摩擦力並經國際拔河聯盟審定之材質。

拔河道長度建議為 36 公尺、寬度為 100 - 120 公分；面層上須標劃中心線和離中心線兩邊各 4 公尺之標線。

第二篇 拔河運動技術規則(PULLING TECHNIQUES RULES)

第十一條 握繩(ROPE GRIP)

選手不可握繩於最外側標誌之內側；每次比賽時，第一位選手應盡量握繩於靠近最外側標誌處。

比賽繩不可打結或纏繞，亦不可利用身體之任何部位或隊友進行鎖繩；比賽開始時，比賽繩必須是繃緊狀態，且比賽繩之中心點標誌要對準地上之中心線標線。

第十二條 拔河姿勢(PULLING POSITION)

每一位拔河選手都應使用赤裸的雙手正手握繩，雙手掌心向上；除了後位之外，繩子應穿過身體和手臂上端之間。後位握繩法參見規則第十三條。

任何其它導致繩子不能自由移動之握繩法，皆為鎖繩犯規。雙足須伸展於膝關節前方，且全隊選手必須一直維持拔河姿勢。

第十三條 後位姿勢(ANCHOR'S POSITION)

最後一位拔河選手稱為後位。繩子須從身體前方沿著身體至背部，再斜上至對側肩上；多餘的繩子應經由腋下向後。後位應以雙手正手握繩，亦即雙手掌心向上，雙手手臂向前伸展。後位被允許將繩子置於保護衣服和皮帶接觸之下，為安全考量將不構成鎖繩犯規。

第三篇 違反規則(INFRINGEMENTS OF THE RULES)

第十四條 比賽中違規(INFRINGEMENTS DURING COMPETITION)

14.1 一般之犯規(Infringements Genera)

1.坐地犯規（Sitting） 故意坐在地上或滑倒之後沒有立即回到拉繩姿勢。

2.觸地•貼身犯規(Leaning) 足部以外之其它身體部位碰觸地面，以及選手之間身體的碰觸。(註：原文只說明足部以外之其它身體部位碰觸地面。國內的國際規則將選手之間身體的碰觸也併入此犯規條例)。

3.鎖繩犯規 (Locking) 任何妨礙繩子自由移動之握繩法。

4.握繩犯規 (Grip) 任何違反規則第十一、十二和十三條規定之握繩法。

5.夾持犯規 (Propping) 繩子未通過身體和手臂上端間之握繩法。

6.蹲姿犯規 (Position) 坐在腳上或小腿上，或未將雙足伸展於膝關節前方。

7.爬繩犯規 (Climbing the rope) 用雙手拉傳繩子。

8.划繩犯規 (Rowing) 重複跌坐地上並後退雙足。

9.後位姿勢犯規 (Anchor position) 任何不同於規則第十三條之姿勢。

10.防護員犯規 (Trainer) 比賽時防護員和選手交談。

11.消極犯規 (Inactivity) 比賽中，雙方未主動努力進行比賽而導致過久之僵持，這種情形會破壞拔河運動之精神，可在任何時機宣告重賽 (No pull)。

(參考規則第 21 條)。當消極犯規發生時，主審會以手指著手錶的動作，提示教練本局比賽即將被判決重賽，若雙方選手都不主動進行比賽，則判決重賽。該局比賽應立即在靠近原河道之較完整或完整地面的河道重新開始，

且該局比賽不可在原河道繼續比賽。如果未主動努力進行（消極）之比賽持續超過十分鐘，則裁判長應指示主審應宣告重賽。

12. 越線犯規（Side-Stepping） 比賽中踏出拔河道範圍獲得不公平優勢。

4.2 室外比賽中之犯規(infringements during out-door competitions)

13.腳架犯規（Footholds） 在「拉緊」口令下達前，以任何方式在地面踩踏造成凹窪。

第十五條 失格(DISQUALIFICATION)

隊伍在一局比賽中，若犯規多於 2 次就會被判輸掉這局比賽，即使只有一位選手犯規。

第十六條 違反規則(BREACH OF THE RULE)

不遵守國際競賽規則之隊伍可能會被取消比賽資格。

第四篇 競賽與計分(COMPETITION MATCHES AND SCORES)

第十七條 場局和休息時間 (MATCHES, PULLS AND REST PERIOD)

循環賽制由 $[n \times (n-1) \div 2]$ 場比賽所構成，n 為參賽隊伍數。每場比賽有兩局，局間應有合理的休息時間。

場間最長之休息時間為六分鐘，此段時間開始於隊伍離開比賽場地，結束於進入檢錄區。

第十八條 擲幣(TOSS)

比賽開始前，以擲硬幣決定拔河場地，並在第一局結束後換場地。如果須進行第三局，則由擲硬幣決定拔河場地。

第十九條 獲勝(WINNING A PULL)

19.1 一般之獲勝

贏得一局是指將繩子拉過規定之距離或對隊被判失格。

19.2 室外比賽之獲勝

贏得一局是指將對方離繩子中央 4 公尺之標誌拉至地上之中心線。

19.3 室內比賽之獲勝

贏得一局是指將繩子中央之紅標誌拉至我方地上離中心線 4 公尺之白標線。

第二十條 計分(SCORE)

20.1 循環積分賽

以局數 2:0 獲勝，得 3 分；落敗隊伍得 0 分。各贏一局，則各得 1 分。

20.2 預賽、準決賽、決賽

比賽以三局兩勝制時，若一隊以 2:0 獲勝，可得 3 分，落敗隊伍得 0 分；若一隊以 2:1 獲勝，則得 2 分，落敗隊伍得 1 分。

第二十一條 重賽(NO PULL)

21.1 以下情形可造成重賽：

(a) 兩隊各經兩次警告後，同時犯規。

(b) 兩隊之消極犯規。

因消極比賽而被判「重賽」前，裁判將「手指向其手錶」，先給兩隊一個善意的「警示」指令，使兩隊擁有可能的反應。

(c) 兩隊伍在比賽完成之前離開繩子。

(d) 雙方皆未犯規，但比賽受到中斷。

在 (a)、(b)、(c) 情形下宣布重賽時，比賽應立即重新開始，不得休息。

當在 (d) 情形下宣布重賽時，則允許獲得適當之休息再重新比賽。

2.1.2 當宣布「重賽」時，範例 a) 比賽在積分制的狀況下，該局比賽將不會進行重賽，且兩隊在該局都會獲得零分以及各 3 次的警告(cautions)。如果其中一隊伍贏得一局，則獲勝隊伍將獲得一分，另一失敗隊伍將獲得零分。若該場比賽，兩局的判決結果都是「重賽」，則兩隊將各獲得零分(nil)和六次警告(caution)。

此項改變將不適用於規則第 20 條第 2 款中之預賽、準決賽及決賽。

第五篇 裁判(JUDGING)

第二十二條 職員與裁判(OFFICIALS AND JUDGES)

職員應由國際拔河聯盟指派，以管理所有國際比賽。

國際比賽裁判之最後遴選應為技術委員會之職責。

第二十三條 審判委員、大會管制員和裁判長之職權(POWERS OF REFEREE, CONTROLLER AND CHIEF JUDGE)

為避免因隊伍或個人之不當行為破壞拔河運動之精神，審判委員、大會管制員和裁判長經開會決議後，得終止該隊伍或個人繼續參與後續之比賽。審判委員須撰寫並呈報報告給國際拔河總會執行委員會，依據國際拔河總會組織法第十二條對該隊伍或個人進行紀律議處。

第二十四條 主審裁判之權責(POWERS AND RESPONSIBILITIES OF THE JUDGE)

被指派之主審為該場比賽之最後決定者；

責任如下：

- (1) 忠實執行國際拔河聯盟之規則。
- (2) 在隊伍抵達比賽場地前，確認已準備好比賽繩。
- (3) 儘可能依照時間表進行比賽。

權力如下：

- (4) 按照規則第十七條給予休息時間。
- (5) 宣告重賽。
- (6) 在警告後，判定隊伍失格。
- (7) 裁判在每局比賽中最多只可以給參賽隊伍一次友善的注意(attention)。

(8)如果主審認為選手之行為或言語已違反運動員精神，得在未警告下，判定該隊伍失格。主審裁判在給予警告時，應以手勢表明犯規種類，指出何隊犯規，並加註「第一次警告」或「最後警告」。主審在給予說明時，應簡明扼要，並使用適當手勢。主審之判決即為終判。

第二十五條 副審之權責(RESPONSIBILITIES OF SIDE JUDGES)

副審應在主審之指導下執行任務。比賽中，副審應位於主審之對面觀察比賽隊伍，並將違規情形以手勢告知主審。

副審應將主審之警告告知違規隊員或隊伍。

第二十六條 體重測量裁判員(WEIGHMASTER)

國際比賽中，國際拔河聯盟得指派一名幹部擔任體重測量裁判，以負責正確的測量選手之體重和蓋驗戳章。

第六篇 手勢與口令(SIGNALS AND COMMANDS)

第二十七條 開始程序(THE START PROCEDURE)

當裁判看到兩隊教練“已準備好”之手勢後，應以口令和手勢循序進行下列指令：

Pick up the rope(舉繩) 隊員應以規則第十一、十二和十三條之握繩法握繩，雙足平貼地面。

Take the strain(拉緊) 須將繩子拉緊；在室外比賽時，每位選手可以伸

展腿之鞋跟或鞋邊以建立一個腳架。

Steady (預備) 裁判應調整繩子正中央標誌使之對準地上之正中央標線。

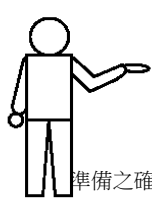
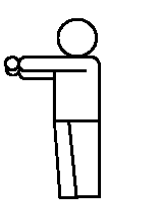
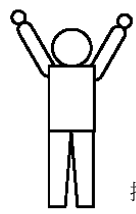

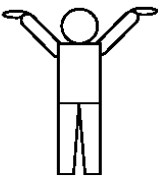
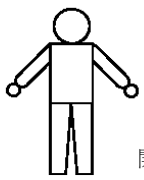
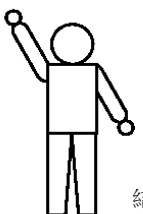
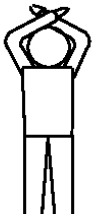
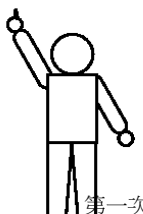
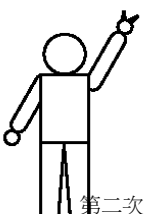
Pull (開始) 繩子經適當之靜止後開始比賽。

第二十八條 每局比賽結束(FINISH OF A PULL)

每局比賽結束時，裁判應吹哨並把手指向獲勝隊伍；重賽時，則在雙手交叉後，指向地面之正中央標線。

第二十九條 拔河比賽中之口令與手勢(LIST OF COMMANDS IN TUG OF WAR COMPETITION) (如圖三)

指令	手勢
1 準備之確認 (Team are you ready)	以手臂指示隊伍
2 舉繩 (Pick up the rope)	雙手向前做水平伸展動作
3 拉緊 (Take the strain)	雙手上舉，掌心向內
4 調整中心線 (Rope to center)	指示移動至正中央標誌
5 預備 (Steady)	雙手上舉，掌心向外
6 開始 (Pull)	迅速將手下放至兩側
7 結束 (Indicate winner)	吹哨並把手指向獲勝隊伍
8 換邊 (Change ends)	吹哨並把雙手交叉於頭頂上
9 重賽 (No pull)	吹哨並把雙手向下在體前交叉
10 警告 (Caution)	上舉犯規邊之手，並以一或二隻手指指示第一次或第二次警告

 準備之確認	 舉繩	 拉緊
TEAM ARE YOU READY	PICK UP THE ROPE	TAKE THE STRAIN
 調整中心線	 預備	 開始
ROPE TO CENTRE	STEADY	PULL
 結束	 換邊	 重賽
INDICATING WINNER	CHANGE ENDS	NO PULL
 第一次警告	 第二次警告	
FIRST CAUTION	SECOND CAUTION	

圖三 口令與手勢

第三十條 拔河比賽中之常見犯規與手勢(LIST OF COMMON INFRINGEMENTS IN COMPETITION) (如圖四)

犯規

手勢

- | | |
|---------------------|-------------------------------|
| 1 坐地犯規 (Sitting) | 手掌心向上水平左右幾次移動，同時用手指指示「警告」次數。 |
| 2 觸地•貼身犯規 (Leaning) | 掌心水平向地面做幾次上下移動，同時用手指指示「警告」次數。 |
| 3 鎖繩犯規 (Locking) | 提膝手肘觸及大腿，同時用手指指示「警告」次數。 |
| 4 握繩犯規 (Grip) | 雙手在身前作握繩狀，同時用手指指 |

示「警告」次數。

- | | |
|----------------------------|----------------------------------|
| 5 夾持犯規 (Propping) | 雙手握繩狀沿著體側在腋下做向上動作，同時用手指指示「警告」次數。 |
| 6 蹲姿犯規 (Position) | 微抬腿作伸蹬動作，同時用手指指示「警告」次數。 |
| 7 爬繩犯規 (Climbing the rope) | 雙手作爬繩動作，同時用手指指示「警告」次數。 |
| 8 划繩犯規 (Rowing) | 用手臂和上半身作划船動作，同時用手指指示「警告」次數。 |
| 9 後位姿勢犯規 (Anchor position) | 用手碰觸肩部，同時用手指指示「警告」次數。 |
| 10 防護員犯規 (Trainer) | 用手指碰觸嘴唇，同時用手指指示「警告」次數。 |
| 11 腳架犯規 (Footholds) | 用腳跟踢地面，同時用手指指示「警告」次數。 |
| 12 越線犯規 (Side-stepping) | 用單腳踩踏側邊地面，同時用手指指示「警告」次數。 |

 坐地犯規 SITTING	 觸地犯規 LEANING	 鎖繩犯規 LOCKING
 握繩犯規 GRIP	 夾持犯規 PROPPING	 蹲姿犯規 POSITION
 爬繩犯規 CLIMBING	 划繩犯規 ROWING	 後位姿勢 犯規 ANCHORMAN
 防護員 犯規 TRAINER	 腳架犯規 FOOTHOLDS	 越線犯規 SIDESTEP

圖四 常見犯規與手勢

第七篇 比賽架構(COMPETITION STRUCTURE)

第三十一條 通則(GENERAL)

國際拔河聯盟之國際錦標賽包括預賽、準決賽和決賽。

預賽採循環賽，所有由國際拔河聯盟指定之參賽隊伍僅能在公開場合進行單次抽籤。

預賽將產生四隊進入準決賽，準決賽之敗隊爭第三名，勝隊進入決賽爭一、二名。

第三十二條 最少之參賽隊數(MINIMUM NUMBER OF TEAMS)

世界或洲際錦標賽，每一量級之參賽隊數至少須達四隊；未達四隊，不能成為正式之世界或洲際錦標賽。

第三十三條 單組比賽(COMPETITION WITH ONE GROUP)

當每一量級之參賽隊數少於十二隊時，預賽採單組循環制。

循環預賽之前四名進入準決賽。

準決賽之對隊由預賽第一名對抗第四名，第二名對抗第三名。

準決賽優勝者將隨後爭奪金牌和銀牌，而失敗者則將爭奪銅牌。

第三十四條 分組比賽(COMPETITION WITH MORE THAN ONE GROUP)

34.1 當每一量級之參賽隊數多於十二隊（含）時，分二組進行循環預賽。

以先前之世界或洲際錦標賽之排名決定分組位置。

各組循環預賽之前二名進入準決賽；分組第一名對上另一組之第二名。

若循環預賽之前二名的積分相同，則依據規則第三十五條決定名次。

34.2 賽程安排規則

少於4 隊以下不比賽

4~11 分成一組

2~22 分成二組

23~44 分成四組

大於44 隊 分成八組

在一個量級賽事中，有多於一組的分組，且各組中包含不同隊伍數時，隊伍數較多的組別需比隊伍數較少的組別先開始安排賽程進行。

第三十五條 預賽名次之決定(DETERMINATION OF RANKING IN QUALIFYING COMPETITION)

循環積分預賽後，若有多隊積分相同，依序由以下規則決定名次：

(1) 比賽結果：比較相關隊伍間於預賽之勝負關係。

(2) 獲勝場次：若相關隊伍之勝負關係無法決定排序，則獲勝場次多者為勝。

(3) 警告：若上述二種規則仍未能決定排序，則以獲警告少者為勝。每場之警告總數為每局警告數之總和；失格視為警告三次；被判重賽前之警告數須計入；若因規則第二十一條(21.2) a) 比賽在積分制的狀況下，該局比賽將不會進行重賽，且兩隊在該局都會獲得零分以及各 3 次的警告(cautions)。如果其中一隊伍贏得一局，則獲勝隊伍將獲得一分，另一失敗隊伍將獲得零分。若該場比賽，兩局的判決結果都是「重賽」，則兩隊將各獲得零分(nil)和六次警告(caution)。

(4)隊伍體重：前述三項仍未能決定排序時，以出賽單上之隊伍體重為準，輕者為勝。

(5)擲幣：當上述規則皆無法決定排序時，則擲幣決定。

第三十六條 抽籤之監督(SUPERVISION PULL-OFF AND DRAW)

所有決賽和序位之抽籤皆須在大會指定之職員的直接監督下進行，這些職員需仲裁所有之爭議。

第三十七條 預賽排名序位是採比賽回合的積分制。如果一個或多個隊(俱樂部或國家隊)在抽籤後退出比賽，導致不同組別的隊伍嚴重不平衡，則可重新抽籤以確保團隊之間積分的競爭更加平等的分配。惟，抽籤應在國際拔河聯盟(TWIF)的指定代表在場的情況下進行。

第三十八條 所有決賽和序位之抽籤皆須在大會指定之職員的直接監督下進行，這些職員需仲裁所有之爭議。

第八篇 國際拔河聯盟會員國(MEMBER ASSOCIATIONS)

請查看TWIF網站(www.tugofwar-twif.org)，了解國家代表的最新地址和通信電話，因為這些地址和通信電話隨時間的推移而改變。

TWIF 會員國(TWIF Member)

1. AUS Australia
2. BEL Belgium
3. BRU Brunei Darussalam

4.	CAB	Cambodia
5.	CAM	Cameroon
6.	CAN	Canada
7.	CHI	Channel Islands
8.	CHN	People' s Rep. of China
9.	CZE	Czech Republe
10.	ENG	England
11.	FRA	France
12.	GER	Germany
13.	GRE	Greece
14.	HKG	Hong Kong China
15.	IND	India
16.	IRI	Iran
17.	IRL	Ireland
18.	ISR	Israel
19.	ITA	Italy
20.	JPN	Japan
21.	KEN	Kenya
22.	KOR	Korea

23.	LAO	Lao-People's Democratic Republic
24.	LAT	Latvia
25.	LTU	Lithuania
26.	MAC	Macau
27.	MLT	Malta
28.	MRI	Mauritius
29.	MGL	Mongolia
30.	MAR	Morocco
31.	NAM	Namibia
32.	NEP	Nepal
33.	NED	Netherlands
34.	NGR	Nigeria
35.	NIR	Northern Ireland
36.	PAK	Pakistan
37.	PHI	Philippines
38.	POL	Poland
39.	RUS	Russia
40.	RSA	Rep of South Africa
41.	SCO	Scotland

42.	SER	Serbia
43.	SIN	Singapore
44.	SRI	Sri Lanka
45.	ESP	Spain
46.	SWE	Sweden
47.	SUI	Switzerland
48.	TPE	Chinese Taipei
49.	TUR	Turkey
50.	UKR	Ukraine
51.	USA	United States of America
52.	VIE	Vietnam
53.	WAL	Wales
54.	ZAM	Zambia
55.	MYA	Myanmar
56.	SLE	Sierra Leone
57.	EST	Estonia
58.	ROU	Romania
59.	COL	Colombia
60.	DOM	Dominican Republic

61.	GHA	Ghana
62.	BRA	Brazil
63.	HUA	Hungary
64.	COG	Democratic Rep of Congo
65.	THA	Thailand
66.	ZWE	Zimbabwe
67.	MYS	Malaysia
68.	GMB	Gambia
69.	GEO	Georgia
70.	DNK	Denmark
71.	FIN	Finland
72.	HTI	Haiti
73.	SVK	Slovakia

第九篇 國際比賽規則修訂之時程 (AMENDMENTS TO RULES FOR INTERNATIONAL COMPETITION)

國際比賽規則修正案按照下列年度會員代表大會修訂 (Amended by following annual membership congress)

Drogheda,	Rep of Ireland	on 11 April 1992
London,	England	on 24 April 1993
Rochester,	USA	on 18 April 1998

Mogelsberg,	Switzerland	on 6 May 2000
Pretoria,	South Africa	on 28 April 2001
Assen,	Netherlands	on 27 April 2002
Rochester,	USA	on 3 May 2003
Cento,	Italy	on 21 April 2004
Capelown	South Africa	on 7 May 2005
Pretoria,	South Africa	on 30 April 2009
London	England	on 2 May 2010
Appenzell	Switzerland	on 7 May 2011
Belfast N.	Ireland	on 12 April 2014
Cape Town	South Africa	on 24 Mar 2017
Cork	Ireland	on 28 April 2018

第十篇 國際拔河運動聯盟(TWIF)裁判制度(TWIF JUDGES PANEL)

第一條 裁判組((TWIF JUDGES PANEL)

TWIF 裁判是合格的國際裁判。世界錦標賽的裁判將由此選出。

第二條 裁判資格(QUALIFICATION OF TWIF JUDGES)

加入國際拔河運動聯盟(TWIF)裁判組前，必須在 TWIF 評審課程中獲得資格，
總體考評為 85%。被錄取之裁判將繼續留任，直到決定退休為止。未能通

過 TWIF 評審課程標準者(見下文)

第三條 裁判認證(TWIF QUALIFIED JUDGES)

通過 TWIF 認證的裁判將會被指派下列三個層級

a)室、內外皆可 或

b)只有室外 或

C)只有室內

第四條 認證裁判課程(JUDGES COURSE)

a) 每個國家裁判將通過其國家拔河協會的評審系統獲得資格。評分由三個級別組成，即 A 級、B 級及 C 級。A 級是最高級別。TWIF 的會員國的協會都可以提名該國家的 A 級裁判參加 TWIF 的評審課程。

b) 當會員國提名其國家級裁判來參加世界總會裁判課程時，必須詳細檢附申請國國內裁判分級資料給予世界總會審核。

c) 如果未能符合 TWIF 之要求，該裁判將不被允許參與世界總會之裁判課程。

d) 符合參加世界總會裁判課程之裁判必須有提出明確最少擁有六年裁判經歷之證明。

e) 此經歷應包含在該國常年舉行的經常性賽會，以及必須曾在全國賽中擔任裁判。

第五條 研習課程(REFRESHER COURSES)

a) 從 TWIF 裁判組中，輪流邀請最多 10 名的裁判重新參加 TWIF 裁判新課程研習。讓所有 TWIF 裁判成員都有機會提高裁判能力。

- b) 被邀請的 TWIF 裁判沒有適當理由，未能參加新課程研習者，無法取得研習課程的考試資格，將取消其 TWIF 裁判資格。
- c) 如有正當理由，不克參加研習課程，則可改由參加下一梯次的研習課程。
- d) TWIF 裁判參加研習課程的最長間隔期限為六年。

第六條

裁判的講評(CRITIQUE)

在 TWIF 舉辦世界錦標賽期間，每位 TWIF 裁判將由 TWIF 執行委員會和技術委員會協商任命的合格人員觀察。並告知裁判方面的得失與成就，其目的在於提高裁判的熟練程度與表現。

第七條 裁判的評估(EVALUATION OF JUDGES)

- a)每位 TWIF 裁判，將在世界錦標賽期間，由三名指定的 TWIF 評估員進行評估，評估員將由 TWIF 執行委員會和技術委員會協商任命。
- b)評估報告內容，說明裁判的表現是否符合標準。且告知評估結果。
- c)如果三次評估，其結果均未達標準，則取消其 TWIF 裁判資格。

第十一篇 國家代表隊廣告商標規則

第一條 廣告商標條件

在下列規則中提到的條件下，國家代表隊可以在 TWIF 錦標賽期間穿著有廣告商標的比賽服裝。一個隊伍由 8 位選手一位教練和一位防護員組成。

1.1 在不冒犯品牌情況下，允許使用公司和產品名稱，以及品牌名稱和製造廠商。

1.2 廣告商標不得具有政治、宗教或意識形態(ideological nature)。

1.3 不允許使用酒精、菸草和毒品等產品的廣告。

1.4 不允許使用螢光塗料。此規則不僅適用於廣告商標，也適用於製造比賽服裝的材料。

1.5 比賽服必須符合 TWIF 的規定。

1.6 不允許在屬於比賽服裝的其他物品(例如鞋子、襪子等)上做廣告商標。

第二條 廣告商標尺寸大小(見附件 3 圖示例的廣告商標)

2.1 選手比賽服廣告商標的最大尺寸和總面積是；

2.1.1 廣告商標中名稱使用的「文字」，高度為 10 cm。

2.1.2 一個廣告商標區的面積為 300 cm²。

2.1.3 當使用於最多三個廣告商標區，其總面積為 150 cm²時，其中兩個廣告商標區可以是同一個廣告贊助商(advertiser)。

2.2 教練比賽服裝廣告商標的最大尺寸和總面積是；

2.2.1 教練服裝總面積的75cm²。教練穿戴的識別號碼(**identification number**)廣告商標區，在教練服裝上之最大範圍為75cm²(見圖示例)。

第三條 識別號碼(**identification number**)

錦標賽的主辦者(The organiser of the Championship)允許使用**TWIF**比賽

的識別號碼加入廣告商標。識別號碼必須由各隊教練穿著。在識別號碼廣告商標僅允許出現一個公司或品牌名稱，並且不得超過5cm的高度和最大面積為75cm²。這些數字不得被剪切、折疊或更改。

第四條 TWIF不承擔責任

對於因TWIF成員聯合會與廣告公司或贊助商之間的廣告合同，所引起的任何爭議，TWIF概不負責。

第五條 違規行為的處罰

不遵守規定的行為，將由TWIF執行委員會處理，並可能罰款或禁止廣告處分。



名稱使用的「文字」，高度為10cm



最多三個廣告商標區，其總面積為150cm²



一個廣告商標區的面積為300cm²

附件3 圖示例 廣告商標

襯衫和短褲上的廣告商標區的例子

第十二篇 國內青少年比賽規則(RULES FOR DOMESTIC JUNIOR CATEGORY COMPETITION)

第一條 說明

為推展校園拔河運動，特定「國內青少年拔河比賽規定」，凡國高中(職)以下青少年參與全國性拔河比賽皆適用下列規定，本規定未明文規範者，適用國際拔河比賽相關規則之規範。

第二條 分類

全國性拔河比賽分類如下：

室外和室內

男子、女子和混合（四男+四女）

高中(職)、國中和國小

第三條 重量分級

全國性比賽時，依團隊體重分級如下

高中男生組	不超過	580KG
高中女生組	不超過	500KG
高中男女混合組	不超過	540KG
國中男生組	不超過	540KG
國中女生組	不超過	460KG
國中男女混合組	不超過	520KG
小學男生組(校隊)	不超過	420KG
小學男生組(班隊)	不超過	400KG
小學女生組(校隊)	不超過	420KG
小學女生組(班隊)	不超過	400KG
小學混合 A 組	不超過	360KG
小學混合 B 組	不超過	360KG

第四條 隊伍與替補

4.1 註冊人數

每隊可註冊選手 10 名；領隊、教練、管理各 1 名(國小組教練可報名 2 名教練)。

4.2 學校代表隊成員

學校代表隊成員必須為該代表學校之已註冊學生，證明文件為學生證。

4.3 替補時機

替補可用於戰術運用或選手受傷。

替補僅能發生於體重測量後，並已完成第一場比賽之第一局後。

替補選手必須是註冊於該隊伍之選手。

4.4 替補程序

替補與被替補選手皆須穿著全套比賽服裝（比賽服、短褲、長襪和比賽鞋）向主審報告，由主審指派裁判處理。該隊伍替換後之體重不得過該量級之重量限制。主審或受指派之裁判要在出賽單上登錄替補情形。

4.5 最少之比賽選手數

當發生選手受傷時，且已無替補選手時，不允許比賽選手人數少於八人。

4.6 運動裝備

選手保護衣須穿在比賽服內，各隊須自備安全帽

第五條 場、局和休息時間

循環賽制由 $[n \times (n-1) \div 2]$ 場比賽所構成， n 為參賽隊伍數。每場比賽有兩局，局間應有合理的休息時間。

場間最長之休息時間為 30 分鐘，此段時間開始於隊伍離開比賽場地，結束於進入檢錄區。

第十三篇 國內裁判制度(DOMESTIC JUDGING SYSTEM)

第一條 目的

中華民國拔河運動協會（以下簡稱本會）為培養裁判人才，促進裁判之技術水準，提昇比賽之品質與平順，建立良好之培訓制度，特訂定「中華民國拔河運動協會裁判制度實施辦法」（以下簡稱本辦法）。

第二條 依據

本辦法依據「國民體育法施行細則」第十六條及中華民國體育運動總會（以下簡稱全國體總）訂頒「全國各運動協會建立裁判制度實施準則」之規定訂定之。

第三條 裁判分級

本會裁判依其技術、經驗、年資分為：

- (一) C (縣市) 級裁判。
- (二) B (省市) 級裁判。
- (三) A (國家) 級裁判。

第四條 各級裁判之基本條件

- (一) 年滿二十歲以上之本會會員。
- (二) 中等以上學校畢業並對拔河運動員特殊造詣者。
- (三) 品行端正者。
- (四) 嫻熟拔河運動規則及裁判技術者。
- (五) 參加拔河裁判講習會並經考試及格者。

第五條 各級裁判資格及晉級辦法

(一) C (縣、市) 級裁判

- 1. 中等以上學校畢業並經拔河運動技術檢定合格者。
- 2. 擔任拔河教練一年以上者。

3. 曾獲全國性拔河競賽冠軍者。

具備上列資格之一者，始得參加本會或縣、市拔河運動委員會舉辦之 C 級裁判講習會，經測驗合格者，由本會發給 C 級裁判證。

(二) B (省、市) 級裁判

1. 具備 C 級裁判證滿一年，並具二十場次之裁判執法經驗，表現優異者。
2. 大專院校體育科系畢業，並經拔河運動技術檢定合格者。

具備上列資格之一者，始得參加本會或省（市）拔河運動協（委員）會舉辦之 B 級裁判講習會，經測驗合格者，由本會發給 B 級裁判證。

(三) A (國家) 級裁判

1. 具備 B 級裁判證滿二年，並具執行四十場次之裁判執法經驗，表現優異者。
2. 曾任國家代表隊教練且成績優異者。

具備上列資格之一者，始得參加本會舉辦之 A 級裁判講習會，經測驗合格者，由本會發給 A 級裁判證，並備冊連同資料卡報請全國體總備查。

第六條 裁判之任用

經講習測驗合格之裁判，依其分級（C、B、A）分別由縣（市）拔河運動委員會，省（市）拔河運動協（委員）會及本會遴聘任用；惟國家代表隊之隨隊裁判，須取得 A 級裁判證者始得充任。

第七條 裁判之進修

(一) 國內：

1. 本會或省（市）拔河運動協（委員）會、縣（市）拔河運動委員會依規定每年舉辦各級裁判講習會至少 1 次，各級裁判按各該分級資格參加講習。
2. 各級裁判講習會之最低研習天數至少三天（二十四小時），並須以集中連續性方式舉辦，授課內容包括：(1)拔河運動規則 (2)裁判技術 (3)判例分析 (4)裁判職責 (5)記錄方法 (6)裁判示範 (7)裁判實習 (8)英文（A 級講習會必備課程）。

(二) 國外：

本會 A 級裁判經考核績優者，得由本會遴選參加亞洲拔河運動協會及國際拔河運動總會主辦之裁判講習及國際裁判甄試（遴選辦法另訂）。

第八條 裁判之管理、考核及獎懲

- (一) 由本會建立各級裁判資料卡同時列冊管理，並將資料卡副本分別送請縣（市）體育會（C 級裁判）、省（市）體育會（B 級裁判）及全國體總（A 級裁判）備查，以加強追蹤、輔導及考核。
- (二) 由本會成立裁判委員會，國際規則或本會規則有修訂時，本會會邀請 A 級裁判重新參加裁判新課程研習。被邀請的 A 級裁判沒有適當理由，未能參加新課程研習者，無法取得研習課程的考試資格，將取消其 A 級裁判資格。如有正當理由，不克參加研習課程，則可擇日(本會視情況而定)補參加研習課程的考試。提供新知，以提高裁判之水準。
- (三) 裁判的評估(各級裁判講習會及換證作業)

每位 A 級裁判，將在全國比賽期間(包括協會杯和教育盃)，由審判委員及裁判長等進行評估。評估報告內容，說明裁判的表現是否符合標準。且告知評估結果。如果三次評估，其結果均未達標準，則取消其 A 級裁判資格。

- (四) 各級裁判，經考核表現優異者，得報請本會理事長予以獎勵，具特殊績優事實者，並得報請教育行政機關或各級體育會獎勵。
- (五) 各級裁判如有違反規章之情事，經本會查核屬實後，取消其裁判資格或吊扣裁判證及其他適當之懲處。

第十四篇 國內教練制度(DOMESTIC COACH SYSTEM)

第一條 目的

中華民國拔河運動協會（以下簡稱本會）為促進拔河競技水準，提昇教練素質，培養指導人才，建立良好制度，特訂定「中華民國拔河運動協會教練制度實施辦法」（以下簡稱本辦法）。

第二條 依據

本辦法依據「國民體育法施行細則」第十六條及中華民國體育運動總會（以

下簡稱全國體總)訂頒「全國各運動協會建立教練制度實施準則」之規定訂定之。

第三條 教練分級

- (一) C (縣、市) 級教練。
- (二) B (省、市) 級教練。
- (三) A (國家) 級教練。

第四條 各級教練基本條件

- (一) 年滿二十歲以上之本會會員。
- (二) 中等以上學校畢業並對拔河運動具特殊造詣者。
- (三) 品行端正者。
- (四) 具二年以上實際教練經驗者。
- (五) 嫻熟拔河運動競賽規則。
- (六) 曾參加本會認定之國內外講習會合格者。

第五條 各級教練資格及晉級辦法

(一) C (縣、市) 級教練：具備本辦法第四條各項規定者，始得參加本會或縣(市)拔河運動委員會舉辦之 C 級教練講習會，經測驗合格者，由本會發給 C 級教練證。

(二) B (省、市) 級教練：

- 1. 具備 C 級教練證且實際擔任教練工作滿二年以上者。
- 2. 曾當選國家代表隊員且成績優良者。
- 3. 大專院校體育科系畢業。

具備上列資格之一者，始得參加本會或省(市)拔河運動協(委員)會舉辦之 B 級教練講習會，經測驗合格者，由本會發給 B 級教練證。

(三) A (國家) 級教練：

- 1. 具備 B 級教練證且實際擔任教練工作滿二年以上者。
- 2. 曾任國家代表隊教練且成績優異者。

具備上列資格之二者，始得參加本會舉辦之 A 級教練講習會，經測驗合格者，由本會備冊連同資料卡報請全國體總核發 A 級教練證。

第六條 教練之任用

- (一) C(縣、市)級教練：可應聘擔任學校、企業及縣(市)代表隊之教練。
- (二) B(省、市)級教練：可應聘擔任省(市)代表隊教練或省(市)協(委員)會聘任之教練。
- (三) A(國家)級教練：可應聘擔任國家代表隊教練及派往國外擔任教練。

第七條 教練之進修

(一) 國內：

1. 本會或省(市)拔河運動協(委員)會、縣(市)拔河運動委員會依規定每年舉辦各級教練講習會至少乙次，各級教練按各該分級資格參加講習。
2. 各級教練講習會之最低研習天數至少三天(二十四小時)，並須以集中連續性方式舉辦，授課內容包括：(1)體能訓練法 (2)運動基本技術 (3)指導技術 (4)運動規則 (5)運動醫學與營養 (6)運動科學理論(生理學、心理學、力學等) (7)戰略與戰術 (8)運動傷害防護 (9)英文(A級講習會必備課程) (10)A級教練應具備之責任與修養。

(二) 國外：

視實際需要每年遴選優秀八級教練若干人參加亞洲拔河運動協會及國際拔河運動總會主辦之教練講習會(遴選辦法另訂)，以吸收新知。

第八條 教練之管理、考核及獎懲

- (一) 由本會建立各級教練資料卡同時列冊管理，並將資料卡副本分別送請縣(市)體育會(C級教練)、省(市)體育會(B級教練)及全國體總(A級教練)備查，以加強追蹤、輔導及考核。
- (二) 由本會成立教練委員會，每年至少舉辦二次研討座談會，提供新知，以提高教練之水準。
- (三) 各級教練經考核表現優異者，得報請本會理事長予以獎助，具特殊績優事實者並得報請教育行政機關或各級體育會獎勵。
- (四) 各級教練如有違反規章之情事，得由本會紀律委員會議處，經查核屬實後，取消其教練資格。

中華民國拔河運動協會

拔河運動規則審查小組

審查委員：郭志輝（召集人）

余育樸、黃永旺、陳建文、陳圳龍、
彭文立

（依姓氏筆畫排列）

總校對：

中華民國 81 年 11 月	定訂
中華民國 85 年 7 月	修訂
中華民國 87 年 1 月	修訂
中華民國 90 年 9 月	修訂
中華民國 91 年 9 月	修訂
中華民國 95 年 7 月	修訂
中華民國 96 年 1 月	修訂
中華民國 99 年 3 月	修訂
中華民國 105 年 5 月	修訂
中華民國 108 年 3 月	修訂

發行者：中華民國拔河運動協會

發行人：陳建平

發行所：台北市朱崙街 20 號 708 室

電話：02-87711436

傳真：02-87739821

版權所有
翻印必究