

中華民國 115 年全民運動會健美技術手冊

運動部 115 年 2 月 13 日運授全部字第 1150000377 號函核定

壹、運動組織：

中華民國健美健身協會

理事長：許安進

秘書長：陳緯哲

電話：(02) 2302-0332

地址：(108) 臺北市萬華區貴陽街二段 200 號

電子信箱：ctbbf2010@yahoo.com.tw

貳、競賽資訊：

一、比賽日期：115 年 10 月 18 日（星期日）至 10 月 20 日（星期二），計 3 天。

二、比賽場地：桃園市立大園國際高級中等學校體育館（桃園市大園區大成路二段 8 號）。

三、比賽組別及項目：各項目選手磅重、身高量測通過後未達 3 人將採取合併量級。

（一）男子健美組：依照體重分為八級。

1、Men's Bodybuilding Up to & incl. 60 kg

2、Men's Bodybuilding Up to & incl. 65 kg

3、Men's Bodybuilding Up to & incl. 70 kg

4、Men's Bodybuilding Up to & incl. 75 kg

5、Men's Bodybuilding Up to & incl. 80 kg

6、Men's Bodybuilding Up to & incl. 85 kg

7、Men's Bodybuilding Up to & incl. 90 kg

8、Men's Bodybuilding Over 90 kg

（二）男子古典形體組：依照身高體重分為五級。

1、Men's Classic Physique Up to & incl. 168 cm

（身高（cm）- 100 + 4 = 最大體重）

2、Men's Classic Physique Up to & incl. 171 cm

（身高（cm）- 100 + 6 = 最大體重）

3、Men's Classic Physique Up to & incl. 175 cm

（身高（cm）- 100 + 8 = 最大體重）

4、Men's Classic Physique Up to & incl. 180 cm

（身高（cm）- 100 + 11 = 最大體重）

5、Men's Classic Physique Over 180 cm

（身高（cm）- 100 + 13 = 最大體重）

（三）男子形體組：依照身高分為五級。

1、Men's Physique Up to & incl. 166 cm

2、Men's Physique Up to & incl. 170 cm

3、Men's Physique Up to & incl. 174 cm

4、Men's Physique Up to & incl. 178 cm

5、Men's Physique Over 178 cm

(四) 女子形體組：依照身高分為二級。

1、Women's Physique Up to & incl. 163 cm

2、Women's Physique Over 163 cm

(五) 女子比基尼組：依照身高分為五級。

1、Women's Bikini Up to and incl. 158 cm

2、Women's Bikini Up to and incl. 162 cm

3、Women's Bikini Up to and incl. 166 cm

4、Women's Bikini Up to and incl. 172 cm

5、Women's Bikini Over 172 cm

四、比賽日程預定表：大會得視情況調整賽程，請各領隊、教練隨時注意公告事項。

日期	時間	項目	活動內容	
10/18 (日)	08:00~12:00	各組選手	選手過磅	
	13:00	女子形體組	預	賽
		女子形體組	決	賽
		女子形體組	頒	獎
10/19 (一)	9:00	男子健美組	預	賽
		男子健美組	決	賽
		男子健美組	頒	獎
	13:00	男子古典形體組	預	賽
		男子古典形體組	決	賽
		男子古典形體組	頒	獎
10/20 (二)	9:00	男子形體組	預	賽
		男子形體組	決	賽
		男子形體組	頒	獎
	13:00	女子比基尼組	預	賽
		女子比基尼組	決	賽
		女子比基尼組	頒	獎

五、參加資格：

- (一) 戶籍規定：依 115 全民運動會競賽規程第六條第一款相關規定辦理。
- (二) 年齡規定：須年滿 16 歲以上（民國 99 年 10 月 18 日【含】以前出生者），未成年之選手，報名時須於「選手保證暨個人資料授權同意書」請法定代理人簽名或蓋章。

六、註冊：

- (一) 依 115 年全民運動會競賽規程第九條相關規定辦理。
- (二) 報名人數：
 - 1、男子健美組八級，各單位報名以 8 人為限。
 - 2、男子古典形體組五級，各單位報名以 5 人為限。
 - 3、男子形體組五級，各單位報名以 5 人為限。
 - 4、女子形體組二級，各單位報名以 2 人為限。
 - 5、女子比基尼組五級，各單位報名以 5 人為限。

七、比賽辦法：

- (一) 比賽規則：採用最新 IFBB 國際健美健身總會比賽規則。
- (二) 比賽制度：採預賽及決賽兩階段評分制，依預賽成績選出晉級決賽名單；各級參賽 10 人以上取 8 名，9 人取 7 名，8 人取 6 名，7 人取 5 名，6 人取 4 名，5 人取 3 名，4 人取 2 名，3 人取 1 名。
- (三) 比賽規定：
 - 1、各單位（直轄市、縣市）每一量級至多 2 人參賽。
 - 2、每位選手僅能報名 1 個項目，禁止跨項目。
 - 3、男子選手必須穿著符合 IFBB 國際健美健身總會規定乾淨無不雅之比賽規定褲，禁止穿非規定之海灘短褲或內褲。
 - 4、女子選手必須穿著 IFBB 國際健美健身總會規定之比賽服裝，必須符合無不雅或特定文字之比基尼健身健美衣褲，賽服之規定請至各縣市健美健身委員會詢問。
 - 5、大會熱身管制區僅提供簡易熱身器材，不足之器材請選手自備。管制區域僅提供各縣市領隊、教練、選手進出，若造成場地破損將由各縣市領隊、教練復原。
 - 6、管制區域內僅供各縣市領隊、教練、選手上色，並請維護整潔，凡進入觀眾席者，務必穿著整齊，並不得於場內飲食。裁判制止無效後，報請裁判長取消比賽資格。
 - 7、選手應參考秩序冊或現場公告時間，依照比賽項目時間準備，並依照現場工作人員指示至熱身區報到，比賽前 15 分鐘選手須至熱身區就位，經現場工作人員唱名及叫號三次未到者，視同放棄比賽權益。
 - 8、選手過磅時，項目及量級需與報名資料相符，現場僅供一次覆磅機會。
 - 9、依 IFBB 國際健美健身總會規則，若過磅後該量級人數未達 3 人將採取合併量級。男子健美/男子古典形體項目，未達規定人數之量級與高(重)一量級合併。

男子形體/女子形體/女子比基尼項目，未達規定人數之量級與高（重）一量級合併。如各項目最高量級未達規定人數將與次高（重）量級合併。

10、為維護場地清潔，膚色劑請參賽選手依照 IFBB 國際健美健身總會規則自行辦理，膚色劑不可擦拭及脫落，禁止使用非規定之膚色劑(韓國 BB Tan 膚色膏)、嬰兒油等油脂類塗抹劑，裁判制止無效後，報請裁判長取消比賽資格。應使用非油性、不掉色、無亮粉性質。

八、器材設備：競賽場地器材及設備，依據 IFBB 國際健美健身總會比賽規則辦理。

九、醫務管制：

（一）運動禁藥檢測：依 115 年全民運動會競賽規程第十五條規定辦理。

（二）性別檢查：必要時在競賽期間得進行性別檢查。

參、管理資訊：

一、競賽管理：在 115 年全民運動會籌備委員會指導下，由中華民國健美健身協會及大會競賽暨紀錄組共同負責各項執行工作。

二、技術人員：

（一）裁判人員：裁判長由全民運動會籌備處與中華民國健美健身協會會商聘請，裁判員由中華民國健美健身協會就各縣市具國家 A、B 級裁判資格並有回訓者中推薦（評分裁判需具備 A 級資格），送籌備處審查聘任之。

（二）審判委員：審判委員共 5 人（含召集人），召集人由中華民國健美健身協會遴派，委員由全民運動會籌備處與中華民國健美健身協會會商聘請，其中必須包括承辦單位至少 1 人。

三、申訴：依 115 年全民運動會競賽規程第十二條相關規定辦理。

四、獎勵：

（一）依 115 年全民運動會競賽規程第十一條相關規定辦理。

（二）各項比賽於決賽後頒獎，接受頒獎者必須穿著該縣市代表隊制服。

肆、會議：

一、技術會議：115 年 10 月 17 日（星期六）下午 3 時 00 分，於桃園市立大園國際高級中等學校體育館（桃園市大園區大成路二段 8 號）行政 3 樓第一會議室舉行。

二、裁判會議：115 年 10 月 17 日（星期六）下午 4 時 00 分，於桃園市立大園國際高級中等學校體育館（桃園市大園區大成路二段 8 號）行政 3 樓第一會議室舉行。