

臺北市立大同高級中學高一水上運動會時間表

預計時間			事項說明						
12:30~13:00			【出賽選手於檢錄前事先換好泳衣外著運動服及運動褲，攜帶比賽用品，檢錄時請穿拖鞋。】 檢錄：出賽選手直接至至誠穿堂檢錄，所有物品請裝袋方便拿取(請準備袋子裝拖鞋)，賽後直接至置物籃拿取後移動至更衣室更衣。						
13:05~13:15			各班觀眾：直接至泳池內依指定位置就座(各班同學著拖鞋並自備鞋袋、進入泳池後自行保管)						
13:30~15:00 比賽期間			<u>出賽選手</u>：賽後欲觀看賽事請從泳池內樓梯回到游泳池各班指定位置，若不觀看比賽則直接從B1更衣室出口直接離開(更衣室出口僅出不進)。 <u>各班觀眾</u>：以班為單位，請走泳池內梯從B1更衣室出口離開(只出不進、拖鞋裝袋隨身帶走方便移動)。						
檢錄時間	預估 比賽時間	組別	比賽項目	第1道	第2道	第3道	第4道	第5道	第6道
12:30	13:30	第1組	混合組	-	混109	混105	混113	混101	混111
	13:40	第2組	混合組	-	混107	混102	混110	混114	混115
	13:50	第3組	混合組	-	混104	混106	混108	混103	混112
13:00	14:00	第4組	男子組	-	男103	男115	男112	男107	男109
	14:10	第5組	男子組	-	男102	男101	男106	男110	男111
	14:20	第6組	男子組	-	男113	男105	男108	男104	男114

備註：各組均採計時決賽制

臺北市立大同高級中學高一水上運動會

游泳大隊接力賽運動員須知

一、比賽日期及重要提醒

1. 高一 6/13(五)第 5-6 節舉行。
2. 請提醒同學攜帶用品：
 - (1) 全班攜帶泳具、
 - (2) 拖鞋(自帶袋子裝袋攜入泳池，未帶袋子需將鞋子放置室外置鞋區)
 - (3) 水壺(需提早裝好水，且不可攜帶飲料入游泳池)。

二、志工會議 6/6 (五) 12:10

1. 6/13 比賽當日中午 12:20 請各班志工準時至誠穿堂集合，會帶至各分配地點進行服務內容訓練。
2. 協助檢錄、引導選手動線、發收號碼泳帽、門禁管制等工作。

三、游泳比賽當日

(一)選手

1. 提早於 12:30 前完成換裝，並於 12:30 分至誠穿堂進行檢錄。
2. 第 1~3 組於 13:20、第 4~6 組 13:50(聽從現場指揮進行檢錄)準時於至誠穿堂進行檢錄。檢錄時，請穿著拖鞋、泳裝外著校服及短褲(帶著更換衣物並放置於袋子內)，填寫檢錄單及領取號碼泳帽，各隊第 8 棒戴紅色泳帽。
3. 比賽前領取的泳帽，賽後應原數繳回，並經清點無誤方可離場。
4. 由於選手人數眾多，賽後以簡單沖洗換裝每人 3 分鐘為限，請同學返家洗澡，以免淋浴間大塞車。
5. 當天完成比賽之選手若要再進入游泳池觀賽，請由泳池內更衣室樓梯上樓，不得由外殘障坡道入內。若不再觀賽者，請從地下更衣室對外大門離開後自行放學(只出不進)。
6. 當天請全班攜帶泳具到校，以備替補需要。
7. 進入泳池時，可將拖鞋放入自備的袋子中，一併帶入泳池，若未裝袋，需放置於排球場規劃之置鞋區，不可穿入泳池。

(二)觀眾

1. 請非參賽同學換穿拖鞋，務必於 13:05 至 13:10，由教室區移動至泳池時。
2. 進入泳池請將脫鞋放置排球場置鞋區，亦可拖鞋裝袋後自行保管，禁止隨意亂放或穿入泳池。
3. 非參賽同學請於 13:15 前抵達觀眾席就位完畢。
4. 需先行於教室區上完廁所，13:20 後，未到場同學以曠課登記。(13:20 後只出不進，以免影響選手入場動線)
5. 若需離席，得利用比賽空檔移動，並以班為單位直至班上賽事完畢。
6. 副班長務必攜帶點名卡並確實點名。

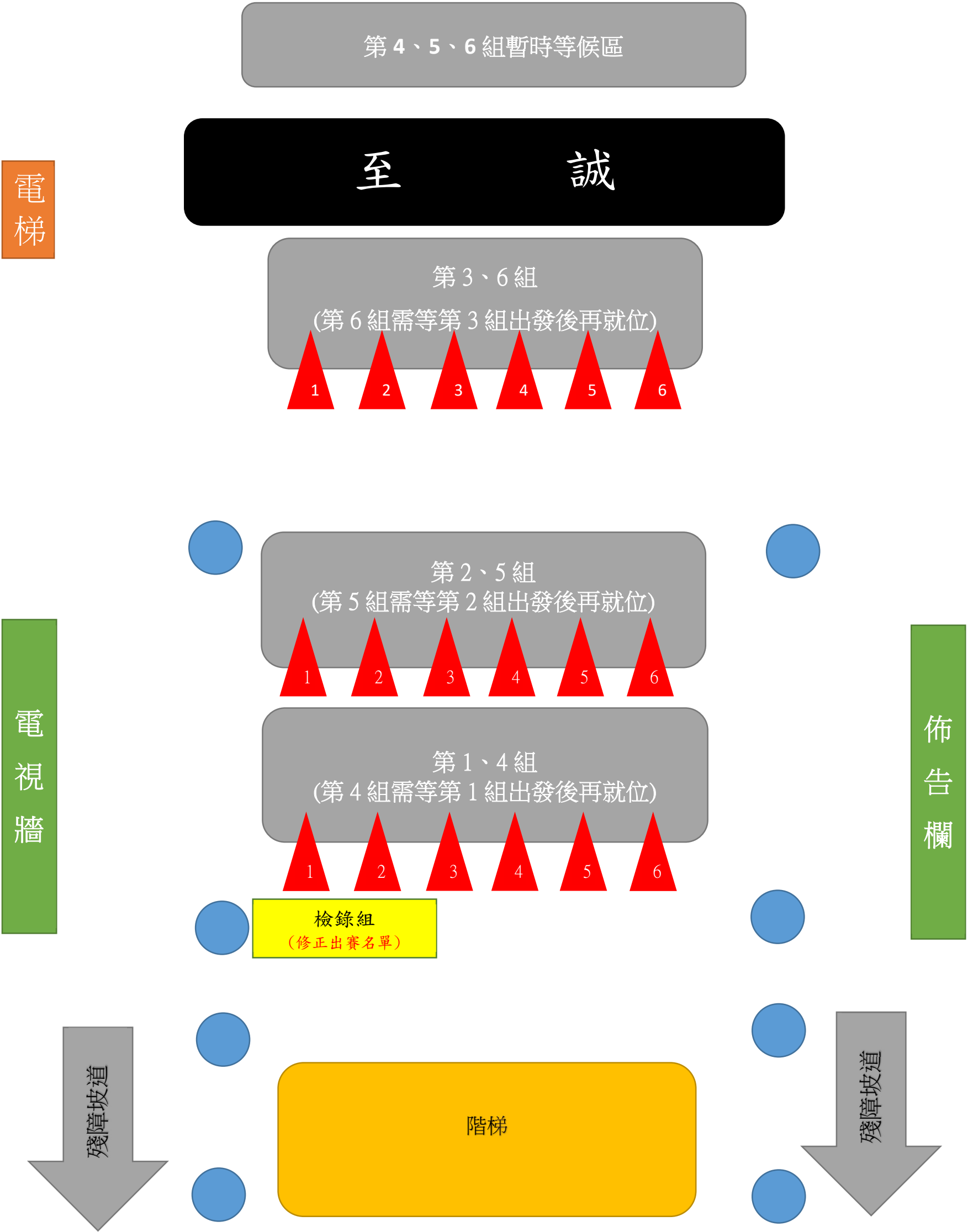
(三)比賽規則

1. 比賽採計時決賽，泳姿不限。
2. 所有選手一律由水中蹬牆出發，出發方式為一手搭在出發臺旁之池邊，待裁判發令或上一棒選手抵達觸牆後手始得離開池邊出發。
3. 比賽期間，選手得於中途停頓，惟不得行走於池底；若有女選手需持浮板打水前進者，請向大會借用浮板。
4. 完成比賽之選手應聽從該水道裁判人員指揮上岸，不得影響其它水道選手，上岸後將泳帽交還服務人員後迅速移動至兩側看臺，不得停留於起終點以免影響比賽進行。
5. 違反規則每次加比賽成績 5 秒鐘。
6. 選手影響比賽進行或由非該班選手頂替出賽，將取消該隊參賽成績。
7. 大會泳帽賽後由各班體育股長負責清點無誤原數繳回，方可離場。
8. 選手若未戴由大會印製有號碼之泳帽出賽，將視為違規入水，取消該隊比賽資格。
9. 各隊不得無故棄賽，選手當日如遇身體不適等正當理由，得由同班未上場同學候補。
10. 各棒出發潛泳需於上方標誌線前出水面，超過記違規 1 次。
11. 因特殊原因出賽人數不足，每人至多重複出賽 1 次，且重複出賽 1 人次需加比賽成績 5 秒。
12. 其他規定依據最新國際游泳規則實施。
13. 如有爭議，由隊長於比賽終了後 10 分鐘內向體育組提出書面申訴，由學務處競賽成績審判委員會處理公告之。

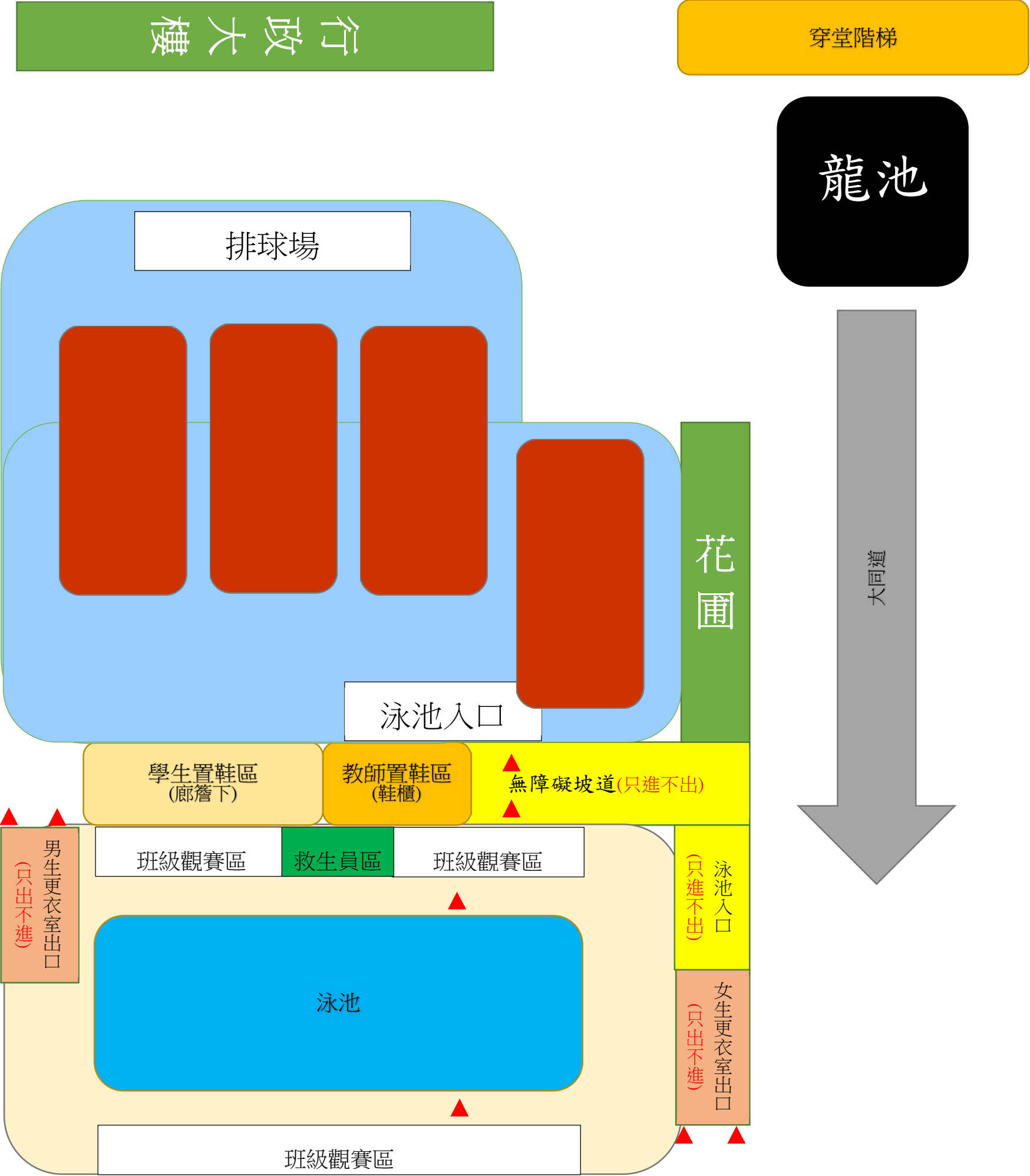
(四)游泳大隊接力賽道次分配

序號	組別	第 1 水道	第 2 水道	第 3 水道	第 4 水道	第 5 水道	第 6 水道
1	混合組	-	混 109	混 105	混 113	混 101	混 111
2	混合組	-	混 107	混 102	混 110	混 114	混 115
3	混合組	-	混 104	混 106	混 108	混 103	混 112
4	男子組	-	男 103	男 115	男 112	男 107	男 109
5	男子組	-	男 102	男 101	男 106	男 110	男 111
6	男子組	-	男 113	男 105	男 108	男 104	男 114

臺北市立大同高中高一水上運動會檢錄位置(至誠穿堂)



臺北市立大同高中高一水上運動會【穿鞋區&出入口】



臺北市立大同高中高一水上運動會班級配置圖

紅布條

男更衣室

男更衣室

大隊接力(偶數棒)檢錄&起點

1 2 3 4 5 6

109

110

111

112

113

114

115

下組選手
等待區

101

102

103

104

救生員區

105

106

107

108

老師加油區

1 2 3 4 5 6

大隊接力(奇數棒)檢錄&起點
終點計時處

女更衣室

淋浴區

大門口
(只進不出)

水槽