

101 臺北市中正盃花式溜冰錦標賽

大會職員名單

名譽會長：郝龍斌
名譽副會長：房振昆
大會會長：呂威震
大會副會長：李仁人 林克謨 胡德昌 王詣典
理事長：張進坤
副理事長：王淵棟、賴瑞祥、林肇藩、陳永芳
監事：盧坤崙
總幹事：王淵成
招待組：康鴻裕
新聞組：王淵成
記錄組：王淵棟、許鈺臻
典禮組：張育維、康鴻裕
音控員：林郁玲、王筱筠
裁判員：林肇藩 王淵棟 賴瑞祥 陳鈞銘 康鴻裕 林庭榛 藍瑞娟 李婉寧
葉啟煌 林信宜 蘇宏昌 葉明宗 張育維 蔡卓勳 孫行易 翁慈霞
陳立昕 陳鐸元 唐竺瑋 李婉寧 王筱筠 劉盈君 簡佳聖 高書亞

臺北市體育總會溜冰協會會幹部名單

花式組長：王淵棟	花式副組長：林信宜、葉啟煌
競速組長：陳怡明	競速副組長：彭文志、張惟喆
曲棍球組長：楊嘉祥	曲棍球副組長：張昱勝
行政組組長：葉明宗	公關組組長：王淵成
財務組組長：賴瑞祥	執行秘書：唐竺瑋

101 年臺北市中正盃花式溜冰錦標賽競賽規程

宗旨：為倡導全民運動、發展溜冰運動、提高技術水準

指導單位：臺北市體育處

主辦單位：臺北市體育總會

承辦單位：臺北市體育總會滑輪溜冰協會

比賽地點：臺北市立體育館

比賽日期：101 年十二月九日至十日

【個人花式競賽部分】

組別(男、女)	等級	項目
幼兒組	三級公開檢定 初級 A 初級 B	自由型 基本型/自由型/綜合型 基本型/自由型/綜合型
低年級組	三級公開檢定 初級 A 初級 B 選手組	自由型 基本型/自由型/綜合型 基本型/自由型/綜合型 基本型/自由型/綜合型
中年級組	三級公開檢定 初級 A 初級 B 新人 A 選手組	自由型 基本型/自由型/綜合型 基本型/自由型/綜合型 基本型/自由型/綜合型 基本型/自由型/綜合型
高年級組 國中組 高中組 大專組 社會組	三級公開檢定 初級 A 初級 B 新人 A 新人 B 選手組	自由型 基本型/自由型/綜合型 基本型/自由型/綜合型 基本型/自由型/綜合型 基本型/自由型/綜合型 基本型/自由型/綜合型

【雙人花式競賽部份】

低年級/中年級/高年級組		
國中組/高中組/大專組		

【團體花式：並排輪&直排輪溜冰鞋均可】

組別→限本校學生隊	組別→北市學校聯隊（俱樂部）	項 目
幼稚園組 國小組 國中組 高中組 大專組	幼稚園組 國小組 國中組 高中組 大專組	(1) 團體花式 SHOW (2) 精準花式隊形 人數 8 ≥ 30 人

【溜冰舞蹈競賽部份】 雙人冰舞

青少年組	十二歲以下	
成人組	十二歲以上	

個人冰舞

組 別（男、女）		
低年級/中年級/高年級組	Glide Waltz	
國中組/高中組	Danch Blue	

附則：按本會花式組會議本屆青年盃溜冰錦標賽採用下列各項規定

- 一、請各教練確實注意比賽規則，並詳閱比賽辦法。
- 二、直排花式個人比賽將只設自由型項目。
- 三、取消原有升級制度，選手升降級與否改由選手教練自行決定。
- 四、基本型與自由型可選擇同時升級或分項升級。
- 五、各組前三名頒發獎牌及獎狀，四至六名頒發獎狀。
- 六、新人 A、B 組為直線步伐，比賽時間皆為 2'15" 正負 5 秒鐘。
- 七、所有選手組只設長曲比賽，國小組時間為三分鐘正負 10 秒鐘；國中以上組時間為四分鐘正負 10 秒鐘。

報名地點：台北市體育會滑輪溜冰協會

聯絡人：王淵棟

電子郵件信箱報名：wangyd@seed.net.tw

[台北市溜冰委員會網站線上報名](#)

報名手續：

詳填報名表，帶隊教練應為本會註冊之教練，選手註冊須經由本會註冊之教練註冊。

2. 外縣市組參加比賽，請於報名表上清楚註明---外縣市組。

3. 繳交報名費，費用既繳不得以任何理由要求退費；費用未繳視同未報名。

★ 花式報名費：每人每項 400 元（不分組別） 每增加 1 項 200 元

4. 報名不全者不受理、通訊報名者原件退回，逾期報名者絕不受理。

★ 比賽規則：採用中華民國溜冰協會溜冰比賽規則

★ 報名截止：即日起至 101 年十一月三十日止。（請於限期內報名，逾期不予報名）

★ 領隊會議抽籤：101 年十二月三日星期一 **10:30AM**

【獎勵】

花式項目

- ★ 各組前三名頒發獎牌及獎狀，四至六名頒發獎狀。
- ★ 選手組獎勵辦法：
 1. 該組參賽選手 1~2 人，第一名頒發獎牌、獎狀。
 2. 該組參賽選手 3~4 人，第一名頒發獎牌、獎狀。
 3. 該組參賽選手 5 人以上，前三名頒發獎牌、獎狀。
- ★ 外縣市組選手合併比賽，另行給獎。
- ★ 團體 SHOW，精準隊形，團隊街輪舞，取前六名頒發個人獎狀，前三名頒發個人獎牌，各組項目比賽，隊伍達三隊以上頒發獎盃乙座。

【各組比賽動作規定辦法】

壹. 三級公開檢定賽動作規定

自由型比賽：比賽時間 1 分鐘(正負五秒鐘) / [比賽音樂級服裝器材無特殊限制]

1. 前進葫蘆、後退葫蘆
2. 前進剪冰
3. 前進單足滑行
4. 剎車(任何形式)

貳. 初級花式 A 組動作規定

(一) 基本型比賽：1 號圖形

(二) 自由型：比賽時間 1 分 30 秒(正負十秒鐘) / [比賽音樂無特殊限制]

1. 跳躍：不轉身的任何形式的跳躍皆可使用，單一或組合不限，可重複跳躍。
2. 旋轉：任何形式的雙腳旋轉或任何刃的點盤旋，前進或後退，單一或組合不限，可重複旋轉，進入和退出可任意選擇。
3. 步法：直線步法，不可短於溜冰場對角線 3/4 的長度，可使用連續摩合克的變化，不可使用單腳轉身和跳躍。

(三) 綜合型：基本型成績與自由型成績加總計分後之名次為綜合型名次。

參. 初級花式 B 組動作規定

(一) 基本型比賽：2 號圖形

(二) 自由型：比賽時間 1 分 30 秒(正負十秒鐘) / [比賽音樂無特殊限制]

1. 跳躍：任何形式的半圈跳躍皆可使用，單一或組合不限，可重複跳躍。
2. 旋轉：任何形式的雙腳旋轉或任何刃的點盤旋，前進或後退，單一或組合不限，可重複旋轉，進入和退出可任意選擇。
3. 步法：直線步法，不可短於溜冰場對角線 3/4 的長度，可使用連續摩合克的變化，可使用單腳轉身和不轉身的跳躍。

(三) 綜合型：基本型成績與自由型成績加總計分後之名次為綜合型名次。

肆. 新人花式A組動作規定

- (一) 基本型比賽：中年級 1號；9號 兩個圖形；高年級以上 2號；8號
- (二) 自由型比賽：時間 2 分 15 秒動作限一圈跳躍（不含）Axel；C 級旋轉；1 組連接步。
- (三) 綜合型：基本型成績與自由型成績加總計分後之名次為綜合型名次。

伍. 新人花式B組動作規定

- (一) 基本型比賽：高年級以上 4號；10號
- (二) 自由型比賽：時間 2 分 15 秒動作限一圈跳躍（含）Axel；C 級旋轉；1 組連接步。
- (三) 綜合型：基本型成績與自由型成績加總計分後之名次為綜合型名次。

陸. 並排花式選手組動作規定【依據中華民國溜冰協會最新比賽規則辦理】

- (1). 國小低年級男子/女子組：
 - A. 基本型：（1、2）
 - B. 自由型：時間 1 分 30 秒正負 10 秒，跳躍動作限一圈不含 Axel，長曲中必須包含在對角線、圓形或者是蛇紋型之中選擇至少一組連續步法。
 - C. 綜合型：基本型成績與自由型成績加總計分後之名次為綜合型名次。
- (2). 國小中年級男子/女子組：
 - A. 基本型： a.（3、11） b.（4、10）
 - B. 自由型：時間 2 分 15 秒正負 10 秒，跳躍動作限 Axel 以下，長曲中必須包含在對角線、圓形或者是蛇紋型之中選擇至少一組連續步法。
 - C. 綜合型：基本型成績與自由型成績加總計分後之名次為綜合型名次。
- (3). 國小高年級男子/女子組：
 - A. 基本型： a.（10、17） b.（11、16） c.（12、15） d.（13、14）
 - B. 自由型：時間 3 分正負 10 秒，跳躍動作限二圈，不含二圈 Axel，長曲中必須包含在對角線、圓形或者是蛇紋型之中選擇至少一組連續步法。
 - C. 綜合型：基本型成績與自由型成績加總計分後之名次為綜合型名次。
- (4). 國中組、高中男子/女子組：
 - A. 基本型：由下列二組中抽出一組，保留 LOOP 再抽出一個號碼，比賽 2 個圖形。
 - a.（21、31、32、36） b.（22、29、33、38） c.（23、28、31、40）
 - B. 自由型：時間 4 分正負 10 秒，自選音樂及動作，長曲中必須包含在對角線、圓形或者是蛇紋型之中選擇至少二組不同的連續步法。
 - C. 綜合型：基本型成績與自由型成績加總計分後之名次為綜合型名次。
- (5). 大專組、社會男子/女子組：
 - A. 基本型： a.（10、17） b.（11、16） c.（12、15） d.（13、14）
 - B. 自由型：時間 4 分正負 10 秒，跳躍動作限二圈，不含二圈 Axel，長曲中必須包含在對角線、圓形或者是蛇紋型之中選擇至少一組不同的連續步法。
 - C. 綜合型：基本型成績與自由型成績加總計分後之名次為綜合型名次。

柒. 直排花式選手組動作規定【依據中華民國溜冰協會比賽規則辦理】

- (一) 國小男女各組

- (1) 低年級男女組：時間一分鐘三十秒(正負十秒)跳躍動作限 1 圈不含 Axel
必須包含在對角線、圓形或者是蛇紋型之中選擇至少一組連續步法。
- (2) 中年級男女組：時間二分鐘十五秒(正負十秒) 跳躍動作限 Axel 以下
必須包含在對角線、圓形或者是蛇紋型之中選擇至少一組連續步法。
- (3) 高年級男女組：時間三分鐘(正負十秒) 跳躍動作限不限
必須包含在對角線、圓形或者是蛇紋型之中選擇至少一組連續步法。
- ★ 音樂中不可包含任何可被認知的語言；合聲或其它不可認知的聲音不限制。
- (二) 國中、高中、大專、社會男女組

1. 自由型：音樂時間 3 鐘 30 秒(正負十秒鐘)，動作無特殊限制。

★ 音樂中不可包含任何可被認知的語言；合聲或其它不可認知的聲音不限制。

捌. 團體花式 show 動作規定

- (一) 音樂時間 4-5 分鐘(正負十秒鐘)，音樂的選擇沒有限制，動作開始才計時。
- (二) 節目中有過度的(定點)靜止動作將給予低分。
- (三) 舞曲必須在音樂開始後的 10 秒內開始動作。
- (四) 所有戲院的大型裝飾布景是不允許的。
- (五) 只有允許個人攜帶的配件(道具)直接溶入表演的節目中。
- (六) 將給予兩個分數：A.節目的構圖 B.表現
- A.節目的內容 a.空間填充 b.節拍 c.速度 d.動作難度
- B.藝術印象 a.創意 b.音樂與動作之間的協調一致 c.節目的服裝特色

玖. 精準花式隊形動作規定

- (一) 音樂時間國小組 4 分鐘(正負十秒鐘)其他各組 5 分鐘(正負十秒鐘)，動作開始才計時。指定動作可以重複
- 圓形的操演 圓形的操縱必須包括一個圓圈的迴轉在順時鐘或是反時鐘方向，或是兩種方向的組合，最少要達到迴轉二圈的要求。
 - 直線的操演直線必須沿著短軸然後朝長軸向下移動。
 - 方塊的操演方塊內不得超過 6 排，且不可以少於 4 排，至少必須使用 2 種不同的中心線。
 - 車輪形的操演 至少須包括 3 隻支柱迴轉在順時鐘或逆時鐘方向，且最少需迴轉二圈以上。
 - 交錯的操演 任何形式的交錯都是允許的(接合或是穿過)，在操演時每位隊員必須穿過任何的交錯點只有一次。

拾. 雙人花式動作規定

- 國小低年級組：時間1 分30±10 秒，半圈影子跳躍、雙足影子旋轉、1 組連接步
- 國小中年級組：時間2 分15±10 秒，一圈影子跳躍、單足影子旋轉、1 組連接步
- 國小高年級組：時間2 分15±10 秒，AXEL 影子跳躍、C 級影子旋轉、飛燕迴旋、直立組合旋轉、1 組連接步
- 國中組：時間3 分30±10 秒，AXEL 影子跳躍、C 級影子旋轉、飛燕迴旋、直立組合旋轉、華爾滋拋跳、勒茲分腿撐舉、1 組連接步
- 高中組：時間4 分±10 秒，AXEL 影子跳躍、C 級影子旋轉、死亡迴旋、飛燕組合

旋轉、勒茲拋跳、飛機撐舉、1 組連接步

(6). 大專組：時間2 分15±10 秒，AXEL 影子跳躍、C 級影子旋轉、飛燕迴旋、直立組合旋轉、1 組連接步

(7). 社會組：時間2 分15±10 秒，AXEL 影子跳躍、C 級影子旋轉、飛燕迴旋、直立組合旋轉、1 組連接步

拾壹. 溜冰舞蹈：

一. 雙人冰舞

(1). 指定舞曲：DENCH BLUE

(2). 自選舞曲：十二歲以上組時間3 分30 秒、十二歲以下組時間2 分30 秒

二. 個人冰舞：

國小低中高年級男/女子組 指定舞曲 **Glide Waltz**

<http://www.youtube.com/watch?v=zMR1qkvMluI&feature=related>

國中高中男/女子組 指定舞曲 DENCH BLUE

臺北市體育總會溜冰委員會 基礎花式檢定第一級至第十級內容

第一級

1. 前進八字型滑行：
2. 前進蹲步型滑行：
3. 前進葫蘆型：
4. 後退葫蘆型：
5. 右前進弓箭步轉彎：
6. 左前進弓箭步轉彎：

第三級

1. 右前進剪冰：
2. 左前進剪冰：
3. 右前進單足滑行：
4. 左前進單足滑行：
5. 右 T 字煞車：
6. 左 T 字煞車：

第五級

1. 右後退剪冰：
2. 左後退剪冰：
3. 右後退飛燕：
4. 左後退飛燕：
5. 右前進內刃點盤旋：
6. 左前進內刃點盤旋：

第七級

第二級

1. 右前進弓箭步推刃：
2. 左前進弓箭步推刃：
3. 右前進雙足轉 3 (摩合克)：
4. 左前進雙足轉 3 (摩合克)：
5. 前進曲線滑行：
6. 後退曲線滑行：

第四級

1. 右後退弓箭步推刃：
2. 左後退弓箭步推刃：
3. 右前進飛燕：
4. 左前進飛燕：
5. 右蟹步滑行：
6. 左蟹步滑行：

第六級

1. 右後退單足滑行：
2. 左後退單足滑行：
3. 雙足旋轉：
4. 前進兔跳：
5. 右後退內刃點盤旋：
6. 左後退內刃點盤旋：

第八級

1. 右摩和克前進外刃：
2. 左摩和克前進外刃：
3. 右轉 3 前進外刃：
4. 左轉 3 前進外刃：
5. 半圈圖跳：
6. 轉身跳躍：

第九級

1. 右摩和克後退外刃：
2. 左摩和克後退外刃：
3. 右轉 3 後退外刃：
4. 左轉 3 後退外刃：
5. 半圈彈跳：
6. 恰克跳：

1. 右摩和克前進內刃：
2. 左摩和克前進內刃：
3. 右轉 3 前進內刃：
4. 左轉 3 前進內刃：
5. 半圈點華利：
6. 摩和克跳：

第十級

1. 右摩和克後退內刃：
2. 左摩和克後退內刃：
3. 右轉 3 後退內刃：
4. 左轉 3 後退內刃：
5. 半圈勒茲：
6. 華爾滋跳：

旋轉難度表

A 級旋轉	
1.Lay over Camel(any edge)	1.側身(飛燕)駝轉
2. Camel-jump-Change-Camel	2.(飛燕)駝轉跳接(飛燕)駝轉
3.Sit-jump-Change-Sit	3.坐轉跳接坐轉
4.Camel-sit-Camel(combination)	4.(飛燕)駝轉接坐轉接(飛燕)駝轉
5.Jump Camel	5.飛躍(飛燕)駝轉
6.Jump Sit	6.飛躍坐轉
7.Inverted Camel(any edge)	7.後仰(飛燕)駝轉
8.Heel Camel Spin(forward or backward)	8.腳跟(後輪)(飛燕)駝轉
9.Broken Ankle Spin(forward or backward)	9.斷踝旋轉

B 級旋轉	
1. OB Camel	1.後外刃(飛燕)駝轉
2. IB Camel	2.後內刃(飛燕)駝轉
3. IF Sit spin	3.前內刃坐轉
4. OB Sit spin	4.後外刃坐轉
5. Camel- change-Camel	5.(飛燕)駝轉換接(飛燕)駝轉
6. Jump Spin-into any Class B Spin, must land on edge	6.跳躍旋轉進入任何 B 級旋轉必須落在刃上
7. Combination Sit Spin-any edge	7.組合坐轉 任何刃均可

C 級旋轉	
1.IB Sit spin	1.後內刃坐轉
2.OF Sit spin	2.前外刃坐轉

3.Toe-stop Sit spin	3.煞車坐轉
4.Crossed-Foot spin	4.交叉旋轉
5.OF Camel	5.前外刃(飛燕)駝轉
6.Upright Combination	6.直立組合旋轉
7.Jump or Change spin	7.跳躍或換腳旋轉

D 級旋轉	
1.IF Upright	1.前內刃直立旋轉
2.IB Upright	2.後內刃直立旋轉
3.OF Upright	3.前外刃直立旋轉
4.OB Upright	4.後外刃直立旋轉
5.Toe-stop Upright	5.煞車直立旋轉

E 級旋轉	
1.Heel and Toe	1.腳跟與腳尖雙腳旋轉
2.Tow Toe	2.腳尖雙腳旋轉
3.Tow Heel	3.腳跟雙腳旋轉
4.Fake Crossed-Foot	4.假交叉雙腳旋轉
5.Fake Crossed-Toe	5.假交叉腳尖雙腳旋轉

跳躍難度表

A 級跳躍	
1.Triple Mapes	1.三圈點跳
2.Triple Toe-walley	2.三圈點華利跳
3.Triple Salchow	3.三圈沙克跳
4.Triple Flip	4.三圈菲利普跳
5.Triple Loop	5.三圈套跳
6.Triple Lutz	6.三圈勒茲跳
7.Triple Axel Paulsen	7.三圈半艾克索跳
8.Triple Boeckl	8.三圈必爾克跳

B 級跳躍	
1.Double Mapes	1.二圈點跳
2.Double Toe-walley	2.二圈點華利跳
3.Double Salchow	3.二圈沙克跳
4.Double Flip	4.二圈菲利普跳
5.Double Loop	5.二圈套跳
6.Double Lutz	6.二圈勒茲跳
7.Double Axel Paulsen	7.二圈半艾克索跳

8.Double Boeckl	8.二圈必爾克跳
9.Split Flip	9.菲利普分躍
10.Split Lutz	10.勒茲分躍

C 級跳躍

1.1 1/2 Flip	1.一圈半菲利普跳
2,1 1/2 Lutz	2.一圈半勒茲跳
3.Wilson	3.威爾遜跳
4.Lutz without toe	4.無點剎車勒茲跳
5.Boeckl	5.必爾克跳
6.Axel Paulsen	6.一圈半艾克索跳
7.Colledge	7.內前艾克索跳
8.Looping IF or OF	8.前內或前外套跳
9.Split Mapes	9.點跳分躍
10.Split Toe Walley	10.一圈點華利跳分躍

D 級跳躍

1.Euler(Half loop)	1.尤勒
2.Split or stag Waltz	2.分躍或鹿躍
3,Walley	3.華利跳
4.Lutz	4.勒茲跳
5.Pat lowe	5.左腳勒茲
6.1 1/2 Mapes	6.一圈半點跳
7.1 1/2 Toe Walley	7.一圈半點華利跳
8.Combination Jump 3 jumps 1 full-turn	8.組合跳(三種跳躍含一個一圈跳躍)

E 級跳躍

Salchow	1.沙克跳
Mapes or toe Walley	2.點跳或點華利跳
Waltz jump	3.華爾茲跳
Flip	4.菲利普跳
Stag	5.鹿躍
Split (1/2 rev)	6.分躍(半圈)
Mazurka(1/2 rev)	7.馬茲卡跳(半圈)
Loop-OB or IB	8.後外或後內套跳

F 級跳躍

1. Bunny Hop	1.兔跳
2.Split	2.分跳
3.Stag leap	3.前進鹿跳

4.Flying Turns (3's,Bracket,Rockers,Counters,1 of 16)	4. 飛轉跳
5.Mohawk	5. 摩和克跳
6.Choctaw	6. 巧克特跳
7.Half Flip	7. 半圈菲利普
8.Half Lutz	8. 半圈勒茲跳
9.Half Mapes	9. 半圈點跳

臺北市體育總會溜冰委員會比賽異議流程

1. 如遇任何爭議問題需提出抗議時，一律由各隊領隊或本會註冊之帶隊教練，以書面方式向大會或裁判長依相關規定提出，並繳交保證金。
2. 任何抗議需於比賽期間提出（自比賽開始至閉幕頒獎會場結束），逾期不再受理。
3. 依規定提出抗議者，大會務必受理，裁判長將與相關幹部研議後，依競賽規則於最快速時間內做出決定並宣布，抗議者不得再有異議。
4. 比賽期間，任何人不得以言語或不當舉止侮蔑大會裁判及工作人員，或干擾比賽之進行，若有此情事發生，裁判長應召集該隊領隊或教練立即制止，裁判長評斷情節嚴重者，得以立即將之驅除出場，並可當場取消該相關選手或全隊之參賽權及成績，並於賽後送交常委會處理。
5. 上述情況時帶隊教練應針對無法處理之情況提出說明，如情結嚴重者，委員會將中止該教練之註冊權利。（時間由常務委員會決定）
6. 比賽中發生抗議事項之現場處理者，為大會聘用之裁判長，以其當時之最終決定為準；事後處理單位為溜冰委員會之常務委員會。

Glide Waltz

3/4-time waltz Tempo: 120 beats a minute



