

伸港鄉 113 年全鄉運動會暨社區趣味競賽

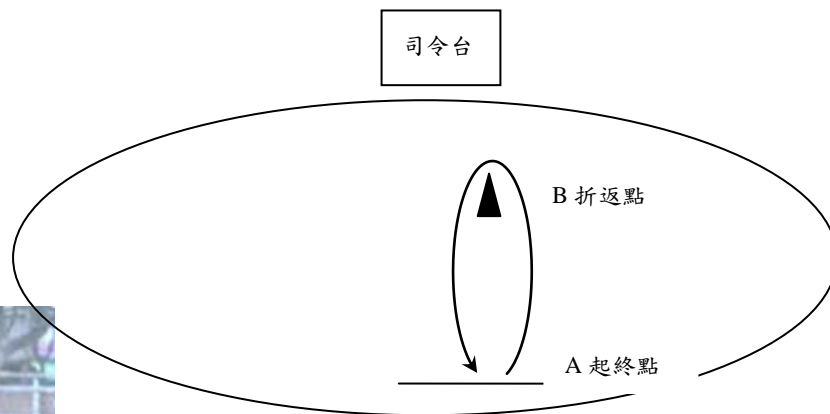
趣味競賽項目及規則

- 比賽場地有選手競賽準備區，請參賽選手依裁判指示就定位，以利活動順利進行。
- 各隊該組比賽結束後，各單位應迅速由領隊或教練帶離比賽場地，以免妨礙比賽。

一、毛毛蟲競走

(一)比賽內容：

- 1、每單位限參加一隊，每隊4人男女不拘。
- 2、場地：於操場草地設置A(起終點)、B(折返)，中間距離20公尺。
- 3、參賽人員比賽過程中，必須雙手握住握把，跨於毛毛蟲上方。鳴槍響起後，於起點(A)右側出發，至折返點往左側繞過折返點(B，右去左回)返回，行進中不得拖行，回程時四人皆於毛毛蟲身上，且毛毛蟲身須完全通過終點(B)才算完成。
- 4、採計時賽，費時少者為勝。



二、白浪滔滔：

(一)比賽內容：

- 1、每單位限參加一隊，每隊 10 人男女不拘。
- 2、選手各站長布兩側，一側各 5 人，站位隨意只需將布完整抓好，避免球滾出布外。
- 3、由裁判於起點放球，選手利用布的甩動及團體合作合力將球移至終點指定位置，一次一顆球傳送至投擲點。
- 4、球若滾出布外或掉出投擲點時，由該隊選手撿球交予起點裁判。
- 5、比賽時間計時 3 分鐘，於比賽時間內完成 5 顆球者採計時判定名次，費時少者為勝。若未於 3 分鐘內完成者，則採計數，完成投擲球數量多者為勝。



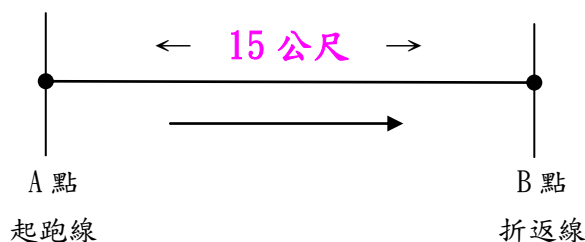
三、土地公、土地婆（擲杯）：每單位限參加一隊，每隊 10 人男女不拘。

（一）比賽內容：

- 1、距離：15 公尺設 A（起點）、B（折返點）兩點。
- 2、選手由起點 A 出發至 B 點將拖鞋拿起，往上拋擲（選手需直立且拖鞋需扔過頭頂之高度）落地後，拖鞋需為一正一反一次或連續擲 3 次未成功後，將拖鞋撿回放置 B 點固定位置並繞過 B 點即可折返，回到起點後擊掌交接下一位隊員。以此類推，第 10 人完成回到起點，則計時停止。
- 3、如非一正一反或未連續擲 3 次未成功或未將拖鞋撿回放置 B 點固定位置返回，裁判需吹哨並叫回該選手重新來過。
- 4、採計時賽，費時少者為勝。

（二）規則：

- 1、選手上拋後不可用手翻動拖鞋，違者罰加 30 秒，多次得連罰。
- 2、超越接力線、未繞過折返點，違者罰加 10 秒。



四、一分耕耘一分收穫：每單位限參加一隊，每隊 10 人男女不拘。

(一)比賽內容：

- 1、場地：起點至折返點相距十五公尺，每隔三公尺放有直徑二十公分之（飛盤）3個。
- 2、比賽開始，第1位拿著放3瓶飲料罐之菜籃，起跑至第一標誌圈（飛盤）放下1飲料罐（需直立於飛盤中），接續至下一個，放完3瓶飲料罐後，提著菜籃繞過折返點，再沿路收回飲料罐至菜籃中，回至起點交給第2人，依此類推進行至最後1位，依時間先後判定名次，採計時決賽。

(二)規則：

- 1、飲料罐需直立在圓圈（飛盤）中，且不得少放或少收飲料罐。
- 2、超越接力線或沒繞過折返點，違者每位加5秒。

← 15 公尺 →

