

第五屆香港移植及透析人士運動會

運動會章程

宗旨：

透過運動比賽，提升器官移植及透析人士的身體機能，加強病者自信，讓康復者發掘自己的潛能，並向社會展示器官移植的好處，提高大眾對器官捐贈的意識。比賽成績卓越者，將有機會獲資助參加2025年德國世界移植運動會。

比賽日程：

日期	時段	地點	項目
10/10/2024 星期四	全日	九龍公園體育館	門球
	全日	沙田富豪保齡球場	保齡球
11/10/2024 星期五	全日	石硤尾配水庫遊樂場	法式滾球
	全日	將軍澳體育館	羽毛球
12/10/2024 星期六	全日	圓洲角體育館室內草滾場	草地滾球
	全日	將軍澳體育館	乒乓球
	上午	將軍澳泳池	游泳
	下午	將軍澳運動場	田徑，飛鏢
13/10/2024 星期日	上午	將軍澳運動場	典禮，公路賽
	全日		田徑，飛鏢

參加者資格：

- (1) 器官移植康復者：凡接受心、肺、肝、腎、骨髓或眼角膜移植滿1年，身體健康情況穩定的康復者。
- (2) 正接受血液或腹膜透析治療之人士。
(以上兩類參加者必須得到主診醫生確認及簽署健康狀況證明。)
- (3) 活體肝、腎或骨髓捐贈者。
- (4) 遺體捐贈者家屬：(附件1) (由器官捐贈聯絡主任或眼角膜捐贈聯絡主任邀請參加。)
- (5) 醫護人員 (只限部份運動之醫患合作項目。)

基本規則：

- (1) 比賽以移植單位或透析中心為基礎 (眼角膜除外)，每名運動員只能代表一個單位出賽。如參賽者接受多於一個器官移植，需自行決定代表單位，並不得中途改變。
- (2) 移植及透析運動員報名前，需得到主診醫生確定身體狀況適宜參加比賽。

第五屆香港移植及透析人士運動會

- (3) 部份移植及透析運動員參加高體力負荷比賽，需進行體檢，請聯絡覆診單位安排。
- (4) 運動員需在比賽報到時出示身份證明文件 (身份證/護照等)及號碼布，並親自作賽。如參賽者無法出示證件或被發現身份不符，一律不准出賽，以及不得換人補上。任何人牽涉冒名頂替將被取消比賽資格，所有成績亦被取消。
- (5) 比賽以年齡分組 (混雙及雙打賽以年齡讓賽)，參加者年齡以 10/10/2024 計算。
- (6) 除特別聲明外，運動員需在開始比賽 (上/下午) 15 分鐘前報到。
- (7) 如一天內有多於一項比賽，只能選其一。(游泳例外)
- (8) 所有雙打賽事 (雙打或混雙)，只能選其一。
- (9) 今屆增設成人活體捐贈者及遺體捐贈者家屬以下 6 項個人賽事：乒乓球、羽毛球、保齡球、100 米賽跑、50 米蛙泳及 50 米自由泳。參賽者需年滿 18 歲。
- (10) 今屆增加以下醫患合作項目：乒乓球、羽毛球、保齡球、法式滾球等雙打，不分年齡、性別，但必須為相同單位 1 醫護 + 1 患者 (移植或透析) 組合。4 x 100 米賽跑不分年齡，患者需為移植康復者，四人中至少一位相同單位醫護及一位女性。
- (11) 除特別聲明外，所有賽事以該項目現行國際比賽規例為準。
- (12) 如有參賽者 / 隊伍違反規則或有不良行為而影響賽事，大會有權取消其個人 / 整隊的參賽資格，所得成績亦會作廢。
- (13) 比賽時如有不滿裁判判決者，由當值裁判長即場處理，並作最終裁決。
- (14) 因應不同原因，例如參加人數多寡或變化，大會保留修訂比賽規則和賽制之最終權。
- (15) 本章程如有未盡善處，大會有權隨時修改。

項目重點：

- (1) 10 月 10 日保齡球及門球比賽同時進行，參賽者只可二選一。
- (2) 門球只設隊際賽事，每單位一隊，不分年齡性別組合。每隊最多 10 人，最少 5 人。
- (3) 10 月 11 日進行羽毛球及法式滾球比賽，參賽者只可二選一。
- (4) 法式滾球只設男、女雙打。
- (5) 10 月 12 日舉行五項比賽，草地滾球、乒乓球 (二選一) 全日進行；游泳上午進行；田徑、飛鏢 (二選一)下午進行。參加游泳者可選擇下午田徑或飛鏢比賽 (相反亦然)。參加者應小心選擇參賽項目，避免撞期。
- (6) 草地滾球只設單打，70 歲以下不分年齡，70 歲以上不分性別。
- (7) 游泳比賽最多參加個人四項，接力賽除外。
- (8) 10 月 13 日全日進行田徑及飛鏢比賽，參賽者只可二選一。
- (9) 田徑比賽最多參加 4 項個人賽事 (2 徑 2 田 / 3 徑 1 田 / 3 田 1 徑)，接力賽不計算之內。隊際接力賽不分年齡，隊員必須屬同一單位，由 2 男 2 女作賽，每隊最多可有 6 人報名。
- (10) 2 X 60 米迎面接力賽分跑步和競步：
 - (a) 透析人士只能參加競步接力，只設混雙，年齡讓賽。
 - (b) 活體捐/受組合 (活體器官受贈者需按照大會對心肺壓力測試之要求，以決定可參加跑步或競步比賽)。

第五屆香港移植及透析人士運動會

(c) 活體捐/受親子組 (分 12 歲以上及 12 歲或以下) 參與。任何一人為十二歲或以下兒童者為一組，兩人皆十二歲以上為一組。

(d) 所有活體捐/受比賽項目設冠、亞、季軍，但不計入隊際成績。

(11) 飛鏢比賽只設男、女單人賽。

(12) 啦啦隊: 每單位可派一隊啦啦隊比賽，限時兩分鐘，最多 30 人，音樂自備，唯需自行處理音樂版權事宜。

獎項：

(1) 乒乓球、羽毛球、法式滾球、草地滾球設冠、亞及雙季軍，其他比賽設冠、亞及季軍。

(2) 個人項目冠、亞、季軍分別為 5、3 及 2 分，雙打及隊賽分數加倍，並設移植組和透析組隊際總冠、亞、季軍。此外，移植組設男子(成人)、女子(成人)、男子(兒童) 及女子(兒童) 個人優異獎，透析組設男子(成人)及女子(成人)個人優異獎。

(3) 成績優異者將有機會獲資助參加 2025 年在德國舉行之世界移植運動會。

(4) 捐贈者/家屬項目、醫患合作項目、啦啦隊及邀請賽成績不計算入總分內。

報名所需文件：

(a) 報名表 (附件 2)

第 1 部份 - 參賽者資料

第 2 部份 - 參賽者責任聲明及同意書

第 3 部份 - 主診醫生確認參賽者健康證明 (只適用於移植及透析人士)。

(b) 比賽項目選擇表

表 1: 移植及 18 歲以下遺體捐贈者家屬 (附件 3a)

表 2: 透析人士 (附件 3b)

表 3: 成人活體捐贈者及遺體捐贈者家屬 (附件 3c)

表 4: 單位雙打及隊際比賽 (由單位填寫) (附件 3d)

(c) 體檢報告 (如屬大會規定類別移植及透析參賽者)

(d) 體能活動適應能力問卷 (如屬捐贈者或醫護) (附件 4)

	移植康復者	透析人士	(成人)活體捐贈者/遺體捐贈者家屬	遺體捐贈者家屬 <18 歲	醫護
報名表	第 1,2,3 部分 +/-體檢	第 1,2,3 部分 +/-體檢	第 1,2 部分+問卷	第 1,2 部分	第 1,2 部分+問卷
運動項目表	表 1	表 2	表 3	表 1	表 4
隊際比賽	表 4 (由單位填寫)				

第五屆香港移植及透析人士運動會

報名方法:

各單位可自行決定採用紙版或電子版方式報名，但同一單位的所有參賽者須以同一方式報名。

A. 紙版報名:

- (1) 移植康復者、透析人士、活體捐贈者及醫護參加者填寫報名表、比賽項目選擇表、參加者聲明及同意書，交回所屬醫院或透析中心。
- (2) 所屬醫院或透析中心主診醫生填寫移植康復者及透析人士參賽者健康證明+/-體檢報告。
- (3) 遺體器官或眼角膜捐贈者家屬填寫報名表、比賽項目選擇表、參加者聲明及同意書，交回負責器官捐贈聯絡主任或眼角膜聯絡主任。

B. 電子版報名:

- (1) 參賽者按大會提供的鏈接登入電子報名表後，自行輸入個人資料、選擇比賽項目並作答參加者聲明及同意書。
- (2) 參賽者向所屬醫院或透析中心索取主診醫生填寫之健康證明+/-體檢報告，並自行上載。
- (3) 捐贈者或醫護填寫體能活動適應能力問卷上載。
- (4) 大會定期將選擇電子報名單位的參賽者名單及資料交予該單位核實。

報名日期為 2024 年 4 月 20 日至 7 月 20 日。所有[實體] [電子]報名表需於 7 月 27 日前交回大會秘書處。

參加者報名指引：

- (1) 報名前，請醫生評估你的健康狀況，確定你的體能適合參加比賽。
- (2) 如欲參加高體能要求的運動，醫生可能須要進行進一步測試以確定你是否適宜參賽。大會資助計劃請看附件 5。

各項運動要求的負荷量如下：

低負荷運動	中負荷運動	高負荷運動
法式滾球	乒乓球	跳高
擲木球		跳遠
保齡球		跑步
競步		游泳
門球		羽毛球
飛鏢		公路賽
草地滾球		

第五屆香港移植及透析人士運動會

- (3) 大會建議下列人士需進行心肺壓力測試 (測試不可早於 2024 年 4 月 10 日進行)：
 - (a) 心臟或肺臟移植者
 - (b) 確診或懷疑冠心病患者
 - (c) 所有 50 歲以上移植或透析人士欲參加高負荷量運動比賽
 - (d) 50 歲以上男及 55 歲以上女透析病人欲參加乒乓球比賽
- (4) 捐贈者及醫護請填寫體能活動適應能力問卷，以策安全。
- (5) 參加者有責任維持自己有系統的體能訓練計劃，或根據自身情況，選擇適合的比賽項目。
- (6) 請參加者為比賽作好準備，認真練習，足夠熱身，以免受傷。

賽規：

乒乓球賽規

- (1) 球賽開始前 15 分鐘，雙方領隊、教練或隊長須填妥出場表交到「報到處」。各參賽者必須依照大會編定的時間出場比賽，每場賽事在裁判召集出場 5 分鐘後仍未能出場作賽，作自動棄權論。
- (2) 參賽者須自備球拍，球拍兩面不論是否有覆蓋物均應為無光澤，一面為黑色，另一面為鮮色，必須與黑色及比賽用球有明顯區別。球拍覆蓋物不得經過任何物理、化學或其他處理。膠皮亦須為經國際乒乓球聯合會現行批准使用的規格。有關膠皮的詳細資料，可查閱國際乒乓球聯合會的網頁：https://www.hkttta.org.hk/referee/application/ITTF_Rules.html。
- (3) 比賽時參賽者必須穿著短袖球衣及不過膝短運動褲/裙 (主體部分不得為白色或類似顏色)，否則大會有權拒絕該參賽者出賽。
- (4) 雙打項目參賽者必須穿著劃一顏色及款式上衣 (短袖球衣) 參賽。
- (5) 參賽者必須穿著不脫色運動鞋作賽。
- (6) 大會將提供白色 40mm+ 三星乒乓球作比賽之用。
- (7) 除本章程明文規定外，其餘均依照國際乒乓球聯合會的現行比賽規則辦理。如欲查閱有關球例，請瀏覽國際乒乓球聯合會的網頁：
<https://www.ittf.com/committees/umpires-referees/documents/>。

羽毛球賽規

- (1) 球賽以國際羽毛球聯會現行比賽規則進行，網頁：<http://www.bwfbadminton.org>。
- (2) 選手須自備球拍，球鞋必須適用於體育場內，羽毛球由大會提供。
- (3) 球員須按賽程表編訂時間提早 20 分鐘自行報到，如在編定時間仍未報到者，作自動棄權論。

田徑賽規

- (1) 田徑賽事將根據國際田徑聯會對有關競賽的定義進行判罰。有關田徑規例可在國際田徑聯會之網頁查閱：<http://www.iaaf.org>
- (2) 所有賽事均不設初賽，直接進行決賽。

第五屆香港移植及透析人士運動會

- (3) 所有參賽者必須佩戴大會派發的號碼布出賽。參賽者可以穿著釘鞋出賽，唯鞋釘不得超過 11 顆，每顆長度不能超 9 毫米。
- (4) 如遇田賽和徑賽同時舉行，參賽者須先向田賽裁判請假，然後前往參加徑賽項目。

徑賽項目:

- (1) 除 1500m 賽跑和 3000m 競步外，參賽者必須按指定線道完成比賽。
- (2) 徑賽裁判長會鳴鐘提醒進行最後一圈的參賽者。
- (3) 若賽事的某個組別參賽數位不足 8 人，大會有權安排與同一賽事不同組別者一同比賽，唯仍以各個別組別評分。
- (4) 每組比賽第一次偷步的選手將被取消資格。
- (5) 按完成該組賽事時間最快的頭三位參賽者得冠、亞、季軍。

競步比賽:

- (1) 參賽者需穿著短褲或貼身長褲，以能夠清楚看見膝蓋動作，穿寬鬆長褲而未能清楚看見其膝蓋動作者，裁判有權拒絕該參賽者出賽。
- (2) 競步參賽者在比賽途中，不可以有肉眼可見的雙腳同時離地，前腳在觸地瞬間必須伸直 (即膝蓋不得屈曲)。
- (3) 在所有競步比賽項目中 (包括 60m、100m、200m 及 3000m)，如參賽者在比賽過程中嚴重或重複違反競步規則，會被取消比賽資格。
- (4) 在所有短途競步比賽項目中 (包括 60m、100m 及 200m)，如參賽者在比賽過程中違反競步規則，而其嚴重性不至於被取消資格者，裁判會對其成績按每個犯規增加 30 秒時間作為罰則。

田賽項目:

擲木球比賽:

- (1) 每名參賽者有三擲機會 (可選擇一擲後再輪候或連續三擲完成比賽)。
- (2) 每擲時限為 30 秒。
- (3) 成績量度由最近投擲區的木球落地點開始量至投擲區，每組設有按其程度的基準線，若參賽者投擲出的距離不達基準線，該次投擲的成績將不被記錄。
- (4) 每組投擲距離最遠的頭三位參賽者得冠、亞、季軍，若成績相同則以參賽者第二最好成績決定名次。

跳遠比賽:

- (1) 每名參賽者有三次機會 (可選擇一跳後再輪候或連續三跳完成比賽)。
- (2) 每跳時限為 60 秒。
- (3) 參賽者起跳時不能踐踏跳板上的起跳線。
- (4) 成績由最接近起跳板的著地點開始量度。
- (5) 每組跳遠距離最遠的頭三位參賽者得冠、亞、季軍。若成績相同時，以參賽者第二最好成績決定名次。

跳高比賽:

- (1) 每跳時限為 60 秒。
- (2) 參賽者必須以單腳起跳。

第五屆香港移植及透析人士運動會

- (3) 參賽者在同一個高度有三次機會，連續三次試跳失敗便會喪失繼續比賽的資格。
- (4) 尚未越過橫杆前，身體的任何部位觸及兩支架間或兩支架外的地面(包括其著地區)，則當作試跳失敗。
- (5) 每組越過最高高度的頭三位參賽者得冠、亞、季軍。若成績相同時，以最少的試跳次數決定名次。

游泳賽規

- (1) 賽事以國際泳聯 www.fina.org 的規例為準。
- (2) 參賽者需穿著合適的游泳衣比賽，但無需按國際泳聯指定的規格。參賽者必需配戴泳帽比賽。
- (3) 參賽者不得在比賽途中利用線道浮泡作休息用，違者一概會被取消資格。
- (4) 線道安排：如有需要，不同年齡及性別運動員會被安排一起比賽，但成績仍以個別組別計算。
- (5) 如參加二百米比賽的參賽者未能於游泳比賽的標準時間內游畢全程，裁判有權要求該參賽者離開比賽線道，而其成績會紀錄為 [DNF] (未能完成比賽)。
- (6) 50 米背泳，參賽者可以任何泳姿，但必須以仰臥形式完成全程。

門球賽規

- (1) 門球賽規根據中國香港門球總會設定，由中國香港門球總會派合資格裁判進行執裁。
- (2) 比賽以醫院參賽單位隊際形式進行比賽，每場比賽時間為 25 分鐘，一門距離四線縮短至 3 米。
- (3) 所有隊伍需於比賽前 15 分鐘報到。
- (4) 大會將提供門球及球棒以供比賽用，參加者亦可自備球棒及號碼衣比賽。
- (5) 隊員需穿整齊一致運動服及運動鞋。
- (6) 評分方法:
 - (a) 每組以勝負場數定名次。
 - (b) 若勝負場數相同，以各場總得分減總失分之得失差定名次。
 - (c) 若 (a) 及 (b) 相同，則以循環賽時之對賽結果定名次。
 - (d) 若 (a)、(b) 及 (c) 未能分出勝負順序時，則抽籤決定。
- (7) 門球比賽不設上訴，一切賽果以當場裁判之裁決為準。

保齡球賽規

- (1) 保齡球規例由運動籌委會設定。
- (2) 比賽項目分男、女個人組，雙打及混雙賽事。報名個人組平均分要求 80 分以上或曾參加過本會保齡球訓練班的人。
- (3) 運動員需於開賽前 30 分鐘到比賽接待處登記。否則將被視為遲到及棄權。
- (4) 場地將提供保齡球及球鞋，運動員亦可自備私家球具用品。
- (5) 運動員需依照工作人員的流程指引比賽。
- (6) 為配合各組別比賽順利完成，大會工作人員可能即時作出調整開球時間及比賽球道安排。

第五屆香港移植及透析人士運動會

飛鏢賽規

- (1) 所有比賽均使用硬靶。
- (2) 由裁判 / 工作人員以硬幣擲毫決定投擲次序。
- (3) 參賽者可在比賽前各試投 1 回合(共 3 支鏢)。
- (4) 個人賽每局投 8 回合，每回合投 3 鏢。
- (5) 初賽採用 2 局制，4 強，季軍賽及決賽採取 3 局制。
- (6) 每場比賽以投擲得分較高者為勝。
- (7) 參賽者可以自備或者使用有大會提供的飛鏢。自備的飛鏢必須在進行比賽前，由大會裁判長檢查確認才能使用。
- (8) 擲鏢時，任何一隻腳均不能超過投擲綫前端。
- (9) 參賽者必須穿著大會運動 T 恤或有領上衣，褲子的長度必須及腳踝位置 (但不能穿著開洞或有破損的牛仔褲)，必須穿著運動鞋。參加比賽時禁止戴帽等頭飾，如因宗教或個別因素需要，請于比賽前向大會申請。
- (10) 為避免發生意外，在賽事期間，除投擲者和裁判 / 工作人員外，所有人員必須站在投擲者身後或大會指定位置。
- (11) 所有參賽者不得作出言語，動作及任何形式之騷擾。若經工作人員勸喻無效，大會有權取消其參賽資格及逐出比賽場地。
- (12) 比賽成績以裁判 / 工作人員計算為準。不設上訴，賽果以當場裁判之裁決為準。

法式滾球賽規

- (1) 法式滾球只設男、女雙打。
- (2) 根據參賽人數，可能先進行分組賽，四強後再入淘汰賽。分數及比賽時間也會因參賽數目有所改變。
- (3) 分組賽 11 分制，比賽限時 35 分鐘。勝一場得 2 分，負一場 0 分，賽和各得 1 分，以最高分數者進入四強。如積分相同則計算淨勝球，如淨勝球相同，則看總勝球；如果還是相同，則看雙方的勝負關係。
- (4) 各參賽者必須依照大會編定的時間出場比賽，每場賽事於裁判召集出場 10 分鐘後仍未能出場作賽比賽作自動棄權論。該場算 0 分及負 5 球。
- (5) 賽事依照國際法式滾球的現行比賽規則辦理。如欲查閱有關球例，請瀏覽國際法式滾球運動總會的網頁：www.fipjp.org。

草地滾球賽規

- (1) 草地滾球只設單打。
- (2) 根據參賽人數，可能先進行分組賽，四強後再入淘汰賽。分數及比賽時間也會因參賽數目有所改變。

第五屆香港移植及透析人士運動會

- (3) 分組賽 11 分制，比賽限時 35 分鐘。勝一場得 2 分，負一場 0 分，賽和各得 1 分，以最高分數者進入四強。如積分相同則計算淨勝球，如淨勝球相同，則看總勝球；如果還是相同，則看雙方的勝負關係。
- (4) 各參賽者必須依照大會編定的時間出場比賽，每場賽事於裁判召集出場 10 分鐘後仍未能出場作賽比賽作自動棄權論。該場算 0 分及負 5 球。
- (5) 賽事依照中國香港草地滾球總會的現行比賽規則辦理。如欲查閱有關球例，請瀏覽中國香港草地滾球總會的網頁 <https://www.hklba.org/>

惡劣天氣安排：

如當天首場比賽前兩小時或比賽進行中懸掛八號或以上風球，或黑色暴雨警告訊號，該日全部賽事取消，補賽日期將另行通知。

欲知更多詳情，請出席 2024 年 4 月 7 日(星期日)下午 2 時於伊利沙伯醫院 M 座地下演講室舉行之簡介會或聯絡覆診單位負責人。

查詢：

第五屆運動會秘書處小組 (WhatsApp 電話 6800-3913)

網址：www.hktsa.org 電郵：info@hktsa.org

報名表及運動會章程可到以上網址下載。