



雪鞋競走

所有特殊奧林匹克雪鞋競走賽事皆受官方的特奧規則規管，而國際特殊奧運會為雪鞋競走項目的國際監管機構。

A. 比賽項目

下列項目為特殊奧林匹克的正式項目。

有關項目為不同能力的運動員提供比賽機會。地區組織可自行訂定賽事規章及所提供的比賽項目。教練可因應運動員的能力及興趣，選擇合適的項目，加以培訓。

1. 25 米
2. 50 米
3. 100 米
4. 200 米
5. 400 米
6. 800 米
7. 1600 米
8. 5 公里
9. 10 公里
10. 4x100 米接力賽
11. 4x400 米接力賽
12. 4x100 米融合接力賽
13. 4x400 米融合接力賽

B. 場地

1. 賽場為長 400 米的環形賽圈，而每位運動員應有不少於 1 米的闊度作競賽。賽道表面須平坦，而賽道上各部份的地質狀況應相近。賽事會以逆時針方向進行。
長距離項目(1600 米或以上)的賽道及賽圈應覆蓋周邊地區的不同地勢。
2. 各比賽項目之特定設計：[可按場地之實際情況作調適]
 - a. 25 米、50 米和 100 米賽事：應在賽圈的直路或在個別的賽道進行，以便不同項目同時進行競賽。25 米、50 米和 100 米賽事須於標示或勾劃於賽場的線道上進行。每條線道的闊度最少 1 米，最理想為 1.7 米。
 - b. 200 米賽事：在 400 米賽圈的一部份進行。
 - c. 400 米賽事：在整個 400 米賽圈繞圈 1 次。
 - d. 800 米賽事：在 400 米賽圈繞圈 2 次。
 - e. 1600 米賽事：賽事應覆蓋不同地勢，及可利用 400 米賽圈作起點及終點。
 - f. 5 公里和 10 公里賽事：在不同地勢的線路進行。



- g. 4x100 米接力賽事：在 400 米賽圈上進行，場上應設有 3 個交接區。每個交接區長度為 20 米，並應清晰標示。交接區開始的一端應最接近起點線。
- h. 4x400 米接力賽事：在 400 米賽圈上進行，場上應設有 1 個交接區。每個交接區長度為 20 米，並應清晰標示。交接區開始的一端應最接近起點線。

[礙於場地限制，本地賽事會在總長度 100 米之直線賽道上進行。100 米以上之項目會以來回折返跑的方式以完成指定距離，而接力項目會以迎面交接方式進行。]

C. 器材

- 1. 雪鞋框架不能少於 17.78 厘米 x 50.8 厘米(7 吋x20 吋)。量度方法應取鞋框最長兩點的直線和最闊兩點的直線，並按兩維量度。鞋框的弧度並不計算在內。鞋框最窄的兩點不能少於 17.78 厘米，而最長的兩點不能少於 50.8 厘米，量度方法以兩條直線成直角計。
- 2. 製造商原裝的腳趾及腳後跟牽引爪是允許的，但任何附加的「爪釘」是不允許的。
- 3. 雪鞋必須包括外框和由網狀或堅固物料造成的底板。
- 4. 運動員雙腳必須扣穩在雪鞋的固定裝置上。
- 5. 所有運動員必須穿上鞋履，再扣穩在雪鞋上方可作賽。比賽鞋履包括但不限於跑鞋、行山鞋或雪靴。
- 6. 如有需要，可自行選用雪杖/行山杖作輔助用。
- 7. 運動員必須穿上相同款式、牌子、種類及尺寸(或同一對)的雪鞋及服裝完成個別項目的分組測試及決賽。
- 8. 號碼布須於比賽期間清楚顯示於運動員軀幹前方。

D. 工作人員

- 1. 裁判
 - a. 場地裁判長
 - b. 賽事裁判長
 - c. 發令長
 - d. 助理發令
 - e. 終點裁判
 - f. 檢察員
 - g. 計時長備註：技術代表或其他工作人員人數可因應賽事規模而有所改變。
- 2. 裁判職責
 - a. 場地裁判長負責預備、維持及控制比賽場地，以符合正式項目規則。(即具體場地設計或標示)
 - b. 賽事裁判長負責監督比賽運作、確保器材合乎標準及比賽具體細節符合官方規則。



- c. 發令長負責當所有運動員於起點線上準備妥當後，發出起跑口令。助理發令決定起跑有否犯規。
- d. 發令員確保於比賽開始前，所有運動員於起點線後正確的位置上預備。助理發令站在離起點線 10 米處，當出現起跑犯規時，停止運動員繼續作賽。
- e. 終點裁判為已衝線的運動員記錄時間和號碼，以決定完成次序。
- f. 檢察員負責在線路旁監督比賽的進程及執行第 4 及第 6 節的比賽規則。
- g. 計時長負責統籌計時區內之工作人員及為他們提供指引。監察人手計時及電子計時；及作為後備檢察員及協助終點裁判。

E. 比賽規則

1. 所有雪鞋及接力棒必須於比賽前經過工作人員的量度及檢查。
[本地賽事所用之雪鞋及接力棒均會由大會提供]
2. 比賽期間運動員應在軀幹前方，而工作人員能清楚看見的位置戴上號碼布。
3. 起跑：
 - a. 於比賽開始時，運動員的雪鞋鞋尖不得超越以顏色或標誌清晰標記在雪/沙地上的起點線。運動員身體或衣服任何一部份均不可觸及起點線及超越起點線後之雪/沙地。
 - b. 不准以任何形式的輔助物如起跑器、沙/雪洞或障礙物為運動員帶來起跑優勢。
 - c. 在各場次中，所有運動員均於起點線平排同時出發，不設分段起跑時間。
 - d. 當發令長發出起跑指令後（「各就位」→「預備」（運動員須準備好並保持靜止姿勢）→同時鳴槍及放下信號旗），運動員可開始比賽/離開起跑區。
 - e. 起跑指令程序如下：
 - 1) 口令：「各就位」→「預備」（運動員須準備好並保持靜止姿勢）
 - 2) 口令：「去」或鳴槍，及放下信號旗
 - 3) 可使用額外視覺起跑指示(信號旗)協助聽障運動員。
 - f. 任何運動員在發令長鳴槍前起跑，均會被視為起步犯規。而當運動員在「預備」口令後及鳴槍前，明顯地移動身體任何一部份，亦會被視作起步犯規。裁判須識別及告知運動員已被判為起步犯規。任何運動員於同一賽事中兩次起步犯規，將被取消該賽項的比賽資格。
4. 比賽：
 - a. 除裁判和參賽的運動員外，任何人士一律不允許進入賽道。
 - b. 如賽事在彎道進行時，場地裁判長須因應賽道形狀，或利用弧道起跑後切線的方法，確保所有運動員的競賽距離相同。
 - c. 比賽過程中，運動員如跌倒、穿著或扣上雪鞋有困難、或離開賽道等，須於 2 分鐘內自行解決問題並繼續比賽。所有 100 米或以上的項目，運動員須每兩分鐘朝終點方向最少前進 20 米。運動員如超過兩分鐘時限或接受任何形式的協助將被取消資格。最接近運動員之檢察員會向該運動員發出最後 1 分鐘的口頭警告及為犯規計時。
 - d. 如非對離開賽道的運動員或於賽道上比賽的運動員造成安全問題，裁判員須給予離開賽道的運動員 2 分鐘時限返回賽道。



- e. 運動員不能於雙腳沒有穿著雪鞋的情況下前進超過 3 米。
- f. 嚴禁為運動員作出節奏(步速)及時間提示。節奏及時間提示泛指任何非參加同組賽事的人士於運動員 3 米距離外，不論於運動員前方、後方或旁邊一起移動，或使用任何形式的計時器材提示他們的比賽時間。
- g. 於 25 米、50 米及 100 米賽事中，運動員須於指定線道上進行整場賽事。若運動員離開指定線道，除有實際上得益或妨礙其他運動員外，該運動員將不會被取消資格。
- h. 任何運動員推撞或阻擋其他運動員以妨礙他們前進，將被取消資格。賽事裁判長有權剔除被取消資格的運動員重新開始賽事。

即使沒有任何人被取消資格，賽事裁判長於特別情況下，如有合理因素仍有權重新開始賽事。

5. 終點：

- a. 運動員須以軀幹越過終點線的垂直平面方算是完成賽事。軀幹非指頭、頸、手臂、腿、手和腳。
- b. 運動員在越過終點時，雙腳必須同時穿著雪鞋方為完成賽事。

6. 接力項目：

- a. 指定交接區長度為 20 米，而其起始線及終止線之垂直平面應相距 20 米。交接區將按起跑方向決定起始線及終止線，接近起點的一邊為起始線，另一邊為終止線。

[礙於場地所限，本地接力賽事會採用以下模式進行：

- 於 100 米之直線賽道上進行，採用迎面交接棒的方式。
- 每隊接力隊伍於 100 米賽道兩端各有 2 名運動員/融合作伙伴預備(沒有指定棒次)，交接區為 100 米之起點前/終點後，並會清晰標記在地上。]
- b. 正確的交接棒須於交接區內，並於交棒及接棒的運動員之間進行。
- c. 運動員在接棒前及於交棒後應留在其指定線道/交接區內，直至賽事完成，以避免阻礙其他運動員。若運動員因跑出指定位置或線道而阻礙其他隊伍的隊員，他/她所屬的隊伍將被取消資格。
- d. 裁判於賽事(4x100 米接力賽適用)開始前安排運動員於指定位置等待接棒，或會按領先運動員跑越 200 米後(4x400 米接力賽適用)，所屬隊員的次序排列(由內至外)。運動員可按領先隊員排列方法，於賽圈內圍的位置等待接棒，而他們不能推撞或阻擋其他運動員以妨礙他們前進。
- e. 接力棒必須為光滑及中空的圓形管狀，並以木、金屬或其他堅硬物質製成為單一物。如在嚴寒天氣下使用金屬製接力棒須提高警覺，避免徒手拿取接力棒。接力棒長度須介乎 280 至 300 毫米，而外層直徑必須為 40 毫米(±2 毫米)及重量不少於 50 克。接力棒的外層須塗上較注目的顏色以便裁判於交接區執法。
- f. 運動員於比賽中必須手持接力棒，不准於手上放置其他物質以致可更牢固地持有接力棒。如接力棒掉下，必須由跌棒之運動員拾起。他可離開自己的賽道去拾回接力棒，但不能因此而縮短競賽距離。另外，當接力棒掉於前方或兩旁(包括越過終點線)，跌棒之運動員拾回接力棒後，須最少回到他跌棒前的位置才可繼續比賽。若按照以上程序，及沒有其他運動員被妨礙下，跌棒不會被取消資格。



- g. 接力棒須於交接區內進行交接，交接過程由接棒之運動員首次接觸開始，至只有接棒者手持接力棒為止。交接區內的接力棒位置最為重要。如交接區外交接棒將被取消資格。
 - h. 隊員之間若以推撞或任何其他方式輔助對方前進，該隊將被取消資格。
 - i. 參加 4x100 米的運動員可於交接區外最多 10 米範圍內開始起跑預備接棒，該限制距離須以界線標示。如運動員沒有遵守以上規則，他/她的隊伍將被取消資格。
 - j. 參加 4x400 米的運動員須於交接區內開始起跑。否則該隊伍將被取消資格。
 - k. 融合接力隊伍須由 2 名特奧運動員及 2 名融合伙伴組成。隊員的棒次由教練決定，並於召集時列明。
 - l. 每隊接力隊伍由 4 名隊員組成，任何隊伍少於 4 人將不能出賽。
 - m. 每名運動員須完成接力項目總長度的 1/4 的距離，而運動員不能參與多於一棒的距離。
7. 取消比賽資格：
- 在以下情況，運動員或接力隊伍將被取消資格：
- a. 不恰當地超越或阻礙其他運動員，或以任何形式刻意干擾其他運動員。
 - b. 阻止其他運動員超越。
 - c. 離開指定的賽道。
 - d. 兩次起步犯規。
 - e. 於交接區出現不恰當的交接。
 - f. 違反兩分鐘前進時限。
 - g. 雙腳沒有同時穿上雪鞋而前進超過 3 米。
 - h. 雙腳沒有同時穿上雪鞋而越過終點線。
 - i. 在起跑後和越過終點線前，運動員接受任何形式的協助。
 - j. 使用不恰當(不被認可)之雪鞋或接力棒。
8. 上訴程序：
- a. 所有上訴須以書面提交。
 - b. 所有有關質疑裁判執法的上訴將不獲受理。
 - c. 上訴申請須填於特殊奧林匹克上訴表格。
 - d. 上訴申請表須於成績公佈後 15 分鐘內，由機構負責人/領隊提交至司令台，逾時將不獲受理。