



香港滾軸運動總會主辦 康樂及文化事務署資助
香港花式滾軸溜冰公開賽
2019-2020
報名表



姓名: (英文) _____ (中文) _____ 性別: _____

出生日期: _____ 年齡: _____ 身份證明文件號碼: _____

地址: _____ 聯絡電話號碼: _____

電郵: _____ 屬會 / 教練: _____

◆請填寫電郵，有關比賽資料，本會將以電郵形式發出。

◆請於適當項目加上『✓』，只可選一項

(以下年齡組別，以2019年1月1日以前計算；截止日期：2019年10月2日)

<p>第一組(5歲及以下) 2013年及以後出生 男 <input type="checkbox"/> 女 <input type="checkbox"/></p> <p><i>必須填寫 自選動作名稱及內容</i></p>	<p>第7項自選動作名稱及內容： _____</p> <p>第8項自選動作名稱及內容： _____</p>
<p>第二組(6歲至8歲) 2010-2012年出生 男 <input type="checkbox"/> 女 <input type="checkbox"/></p> <p><i>必須填寫 自選動作名稱及內容</i></p>	<p>第9項自選動作名稱及內容： _____</p> <p>第10項自選動作名稱及內容： _____</p>
<p>第三組 (9歲至11歲) 2007-2009年出生 男 <input type="checkbox"/> 女 <input type="checkbox"/></p>	<p>第四組 (12歲或以上) 2006年及以前出生 男 <input type="checkbox"/> 女 <input type="checkbox"/></p> <p>長節目內容： _____</p> <p>短節目內容： _____</p>

* 填妥表格，連同身份證明文件副本及劃線支票（支票抬頭「香港滾軸運動總會有限公司」），或存入本會匯豐銀行戶口 047-899257-838 的銀行存根，透過郵寄、傳真、或電郵交回本會（香港掃桿埔大球場徑1號奧運大樓1016室）。

參賽者/家長或監護人同意書

(所有申請人必須填寫及簽署同意書，申請人如未滿18歲，必須由家長或監護人填寫及簽署同意書)

本人() 身份證明文件號碼() 同意*本人/敝子弟() 參加由康樂及文化事務署資助，香港滾軸運動總會主辦的香港花式滾軸公開賽 2019/2020 各項賽事，願意服從大會之所有決定，並明瞭主辦機構對活動有更改之權利及聲明*本人/敝子弟身體健康狀況良好，適宜參加上述賽事。如果*本人/敝子弟因自己的疏忽或體能欠佳，而引致於參加此比賽時傷亡，主辦機構無須負責。本人亦同意填上及附上有關之身份證明文件副本以作此比賽審核之用。

特此聲明：閣下所提供的資料只用於本會的康體活動報名事宜及活動宣傳之用。在遞交申請表後，如欲更改或查詢你申報的個人資料，可與本會職員聯絡。上述活動所拍攝之相片或會用作本會活動宣傳之用。

申請人簽署： _____ 家長/監護人簽署： _____
日期： _____ 與申請人關係： _____

*請刪除不適用處

- 郵寄地址：香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號奧運大樓 1016 室
- 傳真：2577-5671 電郵：hkfrs@hkolympic.org



香港滾軸運動總會主辦 康樂及文化事務署資助
香港花式滾軸溜冰公開賽
2019-2020



技術要求內容

附頁1

第一組及第二組 - 參賽花式須按指定次序及大會規定花式，花式數量不能自由增減。每動作只做一次，不可重覆

第一組指定動作如下:

1. Two Foot Spin 雙腳旋轉
2. Two Foot Forward jump to Two Foot Backward jump to Two Foot Forward 前溜雙腳180度向後跳及後溜180度跳前溜
3. Forward Spiral 前溜燕式平衡
4. Forward Shoot the Duck 前溜射鴨式
5. Spread Eagle 橫溜
6. Backward Shoot the Duck 後溜射鴨式
7. & 8. = 2個自選動作

第二組指定動作如下:

1. Two Foot Spin 雙腳旋轉
2. Waltz Jump 3字跳
3. Forward Spiral 前溜燕式平衡
4. Backward Spiral 後溜燕式平衡
5. Single Loop Jump 外結環一周跳
6. One Foot Upright Spin 單腳直立式旋轉
7. Single Flip Jump 內點膠跳
8. Single Salchow 內結環一周跳
- 9 & 10 = 2個自選動作

第三組 : 2分15秒 ± 5秒短節目有規定動作及限制 ; 內容必須包括 :

1. Single Loop Jump 外結環一周跳
2. Double Mapes Jump 外點膠二周跳
3. Combination Jumps - Axle including any single jumps (Minimum 3 , Maximum 5) 混合跳 - Axle 連任何一周跳 (最少3跳, 最多5跳)
4. Back upright spin 後外直立式旋轉
5. Sit spin 坐式旋轉
6. Footwork- Serpentine Patterns “S”形步法

運動員必須按照以下順序編排滑行

1. Jump (Combination Jumps or Loop)
2. Jump (Combination Jumps or Loop)
3. Spin (Upright Spin or Sit Spin)
4. Double Mapes
5. Footwork
6. Spin (Upright Spin or Sit Spin)

長節目時間為3分鐘 ± 10秒。各種國際花式跳躍，旋轉舞蹈步法。動作之次序可自由編排。

第三組只有在短節目比賽中進入前5名的運動員，才能參加長節目的比賽

第四組須按國際花式賽之標準：(參賽運動員可向大會索取第四組動作須知)

2分45秒 ± 5秒 - 短節目有規定動作及限制;

Group 4: Short Program Requirements:

1. Axle – Single, Double or Triple
2. Combination of Jumps – Minimum 2 Jumps, Maximum 4 Jumps, to include linking jumps (one rotation jumps).
– connecting jumps will not be counted in calculating
3. Toe Assisted Jump
4. One Position Spin
5. One Combination Spin – Must have one sit spin. Maximum 5 positions.
6. Step Sequence (Footwork) – 2018 straight line.

第4組：花式短節目內容必須包括(以英文為準):

1. 一個軸心跳躍(Axel)一週，兩週或三週均可。
2. 一個組合跳躍，跳躍總數最少二個及最多四個(包含連接用的一圈跳躍)。連接用的跳躍將不會計算在內。而除了跳躍基本價值外，還會加上該跳基本分乘上一定比例的加分，參看上列英文版。
3. 一個制動膠(鞋頭膠)輔助跳躍
4. 一種單一姿勢旋轉。單一姿勢旋轉參看上列英文版。
5. 一組混合旋轉，其中必須包含一個蹲轉，最多可做出五種姿勢。混合旋轉參看上列英文版。
6. 舞步：斜線。步法必須由一個靜止的姿勢開始。



香港滾軸運動總會主辦 康樂及文化事務署資助
香港花式滾軸溜冰公開賽
2019-2020



附頁2

4分15 – 30秒 (女子組) / 4 分鐘 30秒 ± 10秒 (男子組) 長節目請按以下規定動作及限制。各種國際花式跳躍，旋轉舞蹈步法。動作之次序可自由編排。

Group 4: Long Program Requirements:

1. Jumps:

- A maximum of eight (8) jumps for women and nine (9) jumps for men excluding the connecting one (1) rotation jumps in the combination.
- Maximum three (3) jumps combinations.
- The number of jumps within the combination cannot be more than five (5) including the connecting jumps.
- It is mandatory to perform an Axel jump that can be presented also in combination.
- Axel, doubles and triples cannot be presented more than twice. If presented, one must be in combination.

2. Spins:

- Maximum two (2) spin elements must be performed, one of them MUST be a combination spin (maximum five (5) positions) and must include a sitspin.

3. Step sequences:

- There must be a step sequence (serpentine, circle, diagonal, straight line).
- A choreographic step sequence.

第4組：花式長節目內容必須包括 (以英文為準):

於整個長節目中，必須包括不同的高級舞步。舞步請參看上列英文版。

1. 跳躍動作:

- 女子：至多 8 組跳躍動作
- 男子：至多 9 組跳躍動作
- 組合跳中的連接用的一圈跳躍將不會計算在內。
- 最多 3 組組合跳。
- 組合跳中跳躍動作 (包含連接用的跳躍) 不可超過 5 個
- 技術價值的部分將只採計兩圈及三圈跳躍。
- 必須做出一個軸心跳躍 (AXEL)，可以是單一跳躍或組合跳。
- 所有軸心跳躍 (AXEL) 以上的跳躍最多只能跳 2 次。如跳超過一次，第二次必須是在組合跳中。

2. 旋轉動作：

- 於整個長節目中，最多有 2 組旋轉的元素被執行，其中一個必須是混合旋轉同時必須包含坐式旋轉。

3. 舞步：

- 必須包含一個步法 (蛇紋、圓形、對角線或是直線)。
- 一個藝術步法。



香港滾軸運動總會主辦 康樂及文化事務署資助
香港花式滾軸溜冰公開賽
2019-2020



附頁3

時限：【第一組及第二組：1分鐘 30秒 ± 5秒】 大會提供背景音樂
【第三組：2 分鐘 15秒 ± 5秒 / 長節目 3分鐘 ± 10秒】 音樂自備
【第四組：2 分鐘 45 秒 ± 5 秒 及 長節目 4 分鐘 15 - 30 秒（女子組）
4 分鐘 30 秒 ± 10 秒（男子組）】 音樂自備

音樂：第一及二組，大會提供背景音樂。其他組別需自備音樂，運動員必須以電郵附上MP3檔形式的比賽音樂於2019年10月9日或以前發送至hkfrs@hkolympic.org，檔案名稱「姓名_性別_比賽組別及項目」。大會建議參加者於比賽當日同時帶備載有其比賽音樂的儲存媒體(例:USB)作後備用。

- 根據國際規例，短節目動作內容，不得多過或少於規定，否則會按情況而扣分。長節目動作內容請根以上規則。
- 短節目佔總分 25%，長節目佔總分 75%。
- 所有步法需配合音樂使用高級步法，每步步法必須是有進展的，不能逆回溜走的。很短暫的停步而是配合音樂是允許的。除規定的跳躍外，任何跳躍及有明顯起跳及落地動作的均不允許。
- 跟據短節目的規定動作要求，多或少每一動作扣分0.5。
- 跪地或敵在地上的姿態只容許在演繹開始時及/或完結時，時限最長不超過5秒。每一違規扣0.3分。