附件1：

北京市第十三届拔河比赛亦庄分站赛

暨北京经济技术开发区“博大杯”职工

第十三届拔河比赛规程

一、指导单位

北京市体育局

北京市总工会

二、主办单位

北京经济技术开发区总工会

北京经济技术开发区社会事业局

北京经济技术开发区团工委

三、协办单位

北京市体育局社体中心

北京市拔河运动协会

四、承办单位

北京金风体育文化有限公司

五、竞赛项目

男子组600公斤级

女子组560公斤级

混合组600公斤级

六、竞赛办法

执行国家体育总局社会体育指导中心审定的《拔河竞赛规则和裁判法》。

**（一）拔河绳和室内拔河道规格**

1.拔河绳：绳子的周长在100毫米和125毫米之间，上面没有结节或者抓手。绳子的末端是鞭状的，长度不少于33.5米。

2.室内拔河道：本次比赛使用邓禄普拔河道，拔河道表面长度为36米、宽度在1-1.2米之间。

**（二）运动员着装要求**

1.着装规定：参赛运动员应着合适的运动服包括短裤、运动衣、运动长袜或短袜。每支队伍的运动员服装应该是统一的。保护皮肤的服装须穿着在比赛服里面，只有保护腰带可以穿在比赛服外面。锚人的保护服不得超过5厘米厚，自始至终需要穿着在比赛服里面并处于绳子和身体之间。任何保护装备上都不允许有沟、槽或其他有利于锁绳的装置。大会提供公用拔河专用保护服和腰带。

2.运动鞋：参赛运动员应着运动鞋，平底，鞋底材料应为橡胶的。

**（三）运动队组成**

1.男子组每队可报12人，其中领队1人、教练兼指挥1人、训练员1人、男运动员9人(含替补1人)，实际场上比赛人数为8人，8名运动员总体重不超过600公斤。

2.女子组每队可报12人，其中领队1人、教练兼指挥1人、训练员1人、女运动员9人(含替补1人)，实际场上比赛人数为8人，8名运动员总体重不超过560公斤。

3.混合组每队可报13人，其中领队1人、教练兼指挥1人、训练员1人、男运动员5人(含替补1人)、女运动员5人(含替补1人)，实际场上比赛人数为8人（含男、女运动员各4人）。8名运动员总体重不超过600公斤。

替补队员的体重不得超过被替换的运动员的体重，被替换的运动员不得再上场参赛。

由于拔河比赛体力消耗较大，凡心血管疾病患者、高血压、肾病、哮喘病、肺气肿、肺功能减退等患者均不能参加比赛。比赛时，如果发现胸闷、头晕、眼睛发黑，要马上停止比赛。

**（四）比赛中犯规规定**

1.坐地犯规：故意坐地或者滑倒后不能立即恢复正常姿势。

2.触地犯规：除了脚以外身体其他部位接触地面。

3.锁绳犯规：任何阻止绳子自由移动的动作。

4.握绳犯规：不符合规则规定的握绳。

5.支撑犯规：绳子没有从身体和上臂之间穿过。

6.姿势犯规：坐在一只脚上或者一条腿上或者双脚没有能够伸向膝盖的前方。

7.爬绳犯规：双手顺着绳子交替向前移动。

8.划船犯规：重复坐地同时双脚向后移。

9.锚人犯规：不符合规则规定的姿势。

10.训练员犯规：在本队比赛过程中说话。

11.消极犯规：运动队在比赛过程中未能积极做出应有的努力，长时间处于僵持状态从而影响拔河运动的声誉。如果消极比赛持续了10分钟以上，比赛中止。

12.出界犯规：在室内比赛过程中踩到拔河道以外。

13.在一局比赛中，队伍在被警告两次后再次犯规将被取消资格。在所有犯规规定中，即使只有1名运动员犯规，也视为该队犯规。

七、裁判和仲裁

比赛裁判员及仲裁由经开区职工第十三届拔河比赛组委会统一选派。

八、报名方式

参赛单位请将电子版报名表、参赛队伍简介（500字以内）、参赛队全体人员合影1张，于2024年4月15日前发送到邮箱：3061763232@qq.com。所有资料请备注好参赛单位名称。纸质版报名表一式两份及《自愿参赛承诺书》于2024年4月17日14:30领队会上统一提交纸质盖章版至组委会。领队会地点：北京经济技术开发区博兴一路8号金风科技智慧能源大厦A栋B1报告厅。

小微企业因企业人数不足无法报名的，可联合其他小微企业联合组队参赛。

九、保险

组委会将给所有参赛人员办理人身意外伤害保险。

十、注意事项

1.所有参加活动人员需严格服从活动安全管理要求，服从现场工作人员指挥。

2.参加活动人员凭证件入场，禁止无关人员进入比赛场所。

3.报名队伍领队需确保本单位运动员身体指标正常，符合参加条件，一个月内出现发烧感冒等不适症状建议不参加剧烈运动。

4.比赛现场配备医护人员、医疗设备和救护车。若有人员出现发热、干咳、异常呼吸困难、胸闷、心悸等症状时，不得带病参与赛事活动。

十一、有关处罚

故意违反比赛规则、体育道德和无故中途退赛的队伍，将取消该队参赛资格并由组委会给予通报批评。

十二、其他

本规程未尽事宜由组委会另行通知，最终解释权归本次赛事组委会。

赛事组委会

2024年4月