

110 年(第八屆)全國救難人員救生競賽規程

壹、宗旨：

為推展開放性水域救生技術、熟諳器材救援，增進相關團隊互動，以提升水域安全及有效完成救援任務，確保國人生命財產安全為宗旨。

貳、指導單位：

教育部體育署。

參、主辦單位：

中華民國水中運動協會。

肆、承辦單位：

高雄市水中運動協會、本會水上安全救生委員會。

伍、協辦單位

永安區漁會、高雄市永安區新港里、高雄市永安區新港社區發展協會、國立高雄科技大學 USR 海岸創生鑽石魚鄉計畫。

陸、邀請參賽單位

海洋委員會海巡署北、中、南、東部分署、交通部觀光局各國家風景區管理處、墾丁國家公園管理處、內政部警政署保安警察第五總隊、中華民國紅十字會、中華民國水上救生協會、中華民國游泳救生協會、中華民國海浪救生協會、中華民國海爆協會、台灣慧行志工游泳救生協會、中華民國水域訓練檢定協會、中華民國海上救生協會、各直轄市及縣市政府消防局、各直轄市及縣市義消總隊、各縣市水中運動協會、各縣市民間救難團體、國立高雄科技大學海洋事務與產業管理研究所、國立屏東科技大學、國立澎湖科技大學、國立屏東大學、義守大學、高雄大學、樹德科技大學、大仁科技大學、高苑科技大學、夏都沙灘酒店。

柒、比賽日期：

中華民國 110 年 11 月 20 日-11 月 21 日（星期六、日）。

捌、比賽場地：

高雄市永安區漁會(高雄市永安區新港里新興路 27-2 號)北側-鑽石灣沙灘。

玖、隊伍組成

每隊至少 2 人。

拾、比賽項目：比賽項目共 9 項(個人 5 項、救援 4 項)(詳如賽程表)。

- 一、400 公尺沙灘賽跑(個人)
- 二、拋繩袋救援(2 人)
- 三、沙灘奪旗(個人)
- 四、協力救生(4 人)
- 五、300 公尺開放性水域游泳(個人)
- 六、先鋒舟競速(個人)
- 七、救生浮標救援(2 人)
- 八、救生板競速(個人)
- 九、IRB 救援(3 人)

拾壹、參加資格：

年滿 18 歲以上之國民均可報名參加，惟報名第九項者須具備以下擇一條件(**駕駛者**)：

- 一、教育部體育署認定訓練機構所核發之訓練合格證明。
- 二、教育部體育署救生員證。
- 三、本會 IRB 教練證。

於報到時檢查證件，無法提出者將不得參賽。

拾貳、報名辦法：

一、即日起至 110 年 11 月 13 日止，一律採用網路報名，報名流程如下：

- 1、報名網址為 <http://sport.nowforyou.com/cmas2/>，已註冊過之隊伍(團體)或選手，請勿重複註冊，若資料有異動，請上網登錄帳號密碼後修改資料，選手有更新的照片也請上傳。未參加過本會舉辦之比賽(未在本系統註冊過之隊伍(團體)及選手)，請先至相同網站下載「中華民國水中運動協會選手教練註冊登記辦法」參閱，並完成註冊手續。
- 2、註冊手續完備者，在本系統中點選『報名』，下拉選項選擇【110 年(第八屆)全國救難人員救生競賽】，登錄泳隊(團體)編號及密碼，通過認證後，按照報名流程完成報名手續，倘有報名團體項目，請於完成報名前 **設定團體項目棒次**。
- 3、所填報名參加本活動之個人資料，僅供本活動相關用途使用。
- 4、**個人項目每隊限報名 2 人參賽，團體項目每隊限報 1 組參賽**，報名人數須符合最少參賽人數，如救生浮標救援每隊需 2 人參賽；IRB 救援每隊需 3 人參賽；協力救生每隊需 4 人參賽；各單位可組隊數不限，但需註明隊名，如海豚 A 隊、海豚 B 隊隊等...

二、本次比賽限 50 隊參加，報名額滿即不再受理報名，並立即截止。

拾參、參加費用：

- 一、推廣期間符合本辦法第拾壹項參加資格條件者、且為第陸項邀請單位所屬隊伍皆免費。
- 二、未符合上述條件者，每人報名費用新台幣 300 元(費用含保險 300 萬元，及午餐一份)。報名 10 人以上，報名費最高 3000 元。
- 三、完成報名手續後，**如因重大事故，經裁判長同意，所繳費用扣除行政作業相關費用後，退還餘款。**

拾肆、競賽辦法：

各項競賽規則詳如附件；如規則解釋有爭議，以審判(技術)委員會議之決議為最終判決。

拾伍、競賽器材：

- 一、救生浮標、救生板、救生繩、IRB、先鋒舟、奪旗等器材統由本會提供。
- 二、其餘個人相關器物(蛙鞋、個人泳衣褲、泳鏡、防曬、禦寒)請自備。

拾陸、獎勵辦法：

團體總成績前三名頒發獎盃一座、及獎金(冠軍：壹萬伍仟元、亞軍：壹萬元、季軍：陸仟元)。各項比賽前三名頒發金、銀、銅獎牌及獎狀；四至八名頒發獎狀。

拾柒、選手須知：

所有選手除須遵守大會各項規程外，並應遵守下列事項：

- 一、各項比賽時間均依秩序冊之時程進行，選手需準時於各項比賽前十五分鐘檢錄，由工作人員引導至競賽場所；若遇特殊情況，得由大會裁判長裁定，經由大會報告，得提前、延後或部份取消。
- 二、選手經裁判員檢錄二次以上未到者，取消比賽資格。
- 三、各項比賽選手皆須依大會競賽組編排之道次(順序)出賽。
- 四、選手須攜帶個人之身分證及救生員證，以備查驗。
- 五、頒獎時，接受頒獎者需穿著代表隊服裝。
- 六、若有爭議，均以審判(技術)委員會議之決議為最終判決。
- 七、如有其他規定，得於賽前領隊會議時提出補充規定之。

拾捌、團體積分計算方式：

第 1 名 9 分；第 2 名 7 分；第 3 名 6 分；第 4 名 5 分；第 5 名 4 分；第 6 名 3 分；第 7 名 2 分；第 8 名 1 分。

二人(含)以上救援賽之項目，所得積分加倍(乘以 2)計算，累計積分得分最高單位為優勝。(如有兩個單位以上累計積分相同，則以各單位獲得第一名數較多者為優勝。如

第一名數量相同時，則以所獲第二名數多寡決定之)，餘此類推，如至第八名均相同時，則名次並列。

拾玖、保險：競賽期間會場內人員，依據教育部體育署輔導「全國性體育團體經費補助辦法」第6條規定投保，保險額度如下：

- (一)每一個人身體傷亡：新臺幣 300 萬元。
- (二)每一事故身體傷亡：新臺幣 1,500 萬元。
- (三)每一事故財物損失：新臺幣 200 萬元。
- (四)保險期間內總保險金額：新臺幣 3,400 萬元。

貳拾、為因應新型冠狀病毒(COVID-19)，請務必遵守下列宣導事項：

- (一)為因應新型冠狀病毒，勤用肥皂洗手或可攜帶酒精消毒乾洗手。
- (二)敬請各位選手、教練及隊職員務必做好自主健康管理，若有呼吸急促、發燒、咳嗽、膿痰及額溫 ≥ 37.5 度、耳溫 ≥ 38 度，禁止參賽並請盡快就醫。
- (三)如賽前 14 天內有出國紀錄者，勿前往賽場。
- (四)參賽人員請配戴口罩，並於進入會場時使用酒精消毒，注意咳嗽禮節及勤洗手。
- (五)未盡事宜依據衛生福利部疾病管制署最新消息辦理。

貳拾壹、為強化體育競賽及活動性騷擾防治作為，本會設有性騷擾申訴管道：

申訴電話:(07)617-1126

申訴傳真:(07)619-4895

電子郵件信箱:ctuf006@gmail.com

貳拾貳、本案業經教育部體育署 110 年 11 月 5 日臺教體署全(三)字第 1100039866 號函同意備查。

貳拾參、本實施計畫書若有未盡事宜，得經主辦單位修改訂正實施之。

110 年(第八屆)全國救難人員救生競賽活動程序表

日期	預計時間	活動進度	隊伍 人數	備考
11 月 20 日 (六)	08:30-12:00	場地佈置		高雄市永安區漁會(高雄市永安區新港里新興路27-2 號)北側-鑽石灣沙灘。
	13:30-17:00	團體練習時間		
11 月 21 日 (日)	08:00-08:15	隊伍報到		
	08:20-08:40	領隊/裁判會議		
	08:45-09:00	開始檢錄		
	09:00-09:20	400M 沙灘賽跑(計時決賽)		
	09:20-09:40	拋繩袋救援(計時決賽)		
	09:40-10:00	沙灘奪旗(淘汰賽)		
	10:00-10:20	協力救生(計時決賽)		
	10:20-10:45	開幕典禮、頒獎(400M 沙灘賽跑、拋繩袋救援、沙灘奪旗、協力救生)		全員參加典禮
	10:45-11:05	300 公尺開放性水域游泳(計時決賽)		
	11:05-11:25	先鋒舟競速(計時決賽)		
	11:25-11:50	救生浮標救援(計時決賽)		
	11:50-12:30	午餐		
	12:45-13:00	開始檢錄		
	13:00-13:30	救生板競速(計時決賽)		
	13:45-14:15	IRB 救援(計時決賽)		
	14:15-15:00	閉幕典禮、頒獎(300 公尺開放性水域游泳、先鋒舟競速、救生浮標救援、救生板競速、IRB 救援)		全員參加典禮
	15:00	收拾器材及環境整理		

注意事項：

- 一、 本活動程序表裁判長可依實際名情況調整賽程。
- 二、 請各隊準時辦理報到、檢錄事宜，參加開幕典禮、閉幕典禮時穿著整齊隊服，並依大會指示進行。
- 四、 各隊得攜帶隊旗，於活動期間掛於司令台/貴賓區二側或指定區域，參加開幕、閉幕典禮時得隨隊攜帶及展示。
- 五、 個人競賽泳具、蛙鞋(市售蛙鞋，不得用長蛙鞋出賽)由個人準備，救生浮標由大會提供。
- 六、 請所有人員注意公共安全、個人安全、隨身物品及公物，保持活動場地衛生清潔。

中華民國水中運動協會

110 年(第八屆)全國救難人員救生競賽報名項目表

參賽單位：_____

項次	比賽項目	隊名 (聯絡人)	人數	姓名	出生年月日 (保險用)	身分證號 (保險用)	手機 (保險用)
1	400 公尺 沙灘賽跑 (個人)		1				
			2				
2	拋繩袋救援 (2 人)		1				
			2				
3	沙灘奪旗 (個人)		1				
			2				
4	協力救生 (4 人)		1				
			2				
			3				
			4				
5	300 公尺開 放性水域游 泳(個人)		1				
			2				
6	先鋒舟競速 (個人)		1				
			2				
7	救生浮標 救援(2 人)		1				
			2				
8	救生板競速 (個人)		1				
			2				
9	IRB 救援 (3 人)		1				
			2				
			3				

註：1. 本表僅供規畫參考，請至本會網站報名。

2. 本人同意所提個人資料作為大會辦理本賽事使用

110 年(第八屆)全國救難人員救生競賽 規則說明

一、400M 沙灘賽跑(個人)

- (一) 比賽流程：所有選手站立於出發線後，聞信號同時出發，跑繞過 200 公尺遠的折返處後，返回終點線。選手需以立姿及全身通過終點線(採選手通過終點線先後判定名次)。
 - (二) 取消資格說明：
 - 1、於出發信號發出前，超越出發線。
 - 2、未依規定跑繞過折返線。
 - 3、故意干擾或阻擋其他選手前進。
 - 4、違反比賽流程。
- 場地佈置，如附錄 1。

二、拋繩袋救援(2 人)

- (一) 每隊 2 人。
- (二) 比賽流程：溺者按裁判長指示著救生衣於距岸邊約 12 米處拉繩待援。
- (三) 聞開始信號後，救者迅速將繩索收回，再拋給溺者，並將溺者拉回，直到溺者通過終點線為止。若一拋未命中，可在一分鐘規範時間內持續進行。(溺者可用腳踢水助泳前進，但雙手不得揮出水面助泳)。
- (四) 取消成績：
 - 1、未在一分鐘的比賽時間內完成。
 - 2、溺者用手助泳。
- (五) 場地佈置：如附錄 5。

三、沙灘奪旗(個人)

- (一) 參賽者將臉朝下、腳趾在起點線上、手掌置於下巴處、手肘向前延伸使胸口貼平在沙上、身體的中心線與起點線呈 90 度以伏臥姿待命。聞發令聲響，轉身奪取立在身後約 20 公尺沙中的塑膠棒子。(棒子的數目少於參賽者)，未奪得棒子即被淘汰。
- (二) 參賽者不得有挖沙洞放腳的動作。
- (三) 場地佈置：如附錄 2。

四、協力救生(4 人)

- (一) 每隊 4 人(1 位攻擊手(救者)、1 位溺者、2 位救援手(負責拉繩))，採計時決賽，溺者可用腳踢水助泳前進，但雙手不得揮出水面助泳。(不可穿蛙鞋)
 - (二) 比賽流程：溺者穿著救生衣由工作人員置放離岸邊 40M 處等待救援；救者於岸上穿著救生衣附掛救援繩等待出發。聞出發信號後，救者游至溺者位置，控制溺者後，單手比 OK 手勢，岸上兩位救援手開始收繩至救、溺人員抵淺灘，再由救者攙扶溺者通過終點線。
 - (一) 取消成績：
 - 1、選手違反比賽流程。
 - 2、未保持救、溺相互扶持完成比賽。
 - 3、溺者用手助泳。
 - (二) 繩袋由大會提供，長度 50M 以上。
- 場地配置如附錄 1

五、300 公尺開放性水域游泳(個人)

- (一) 選手由岸上的起點線出發後入水，以逆時針方向游繞過 150 公尺遠浮標折返回岸，

通過終點線完成比賽。(可穿戴蛙鞋，規格如下)

(二) 判決：選手需以立姿及全身通過終點線為準。

(三) 取消資格如下：

- 1、選手違反比賽流程。
- 2、未游繞過浮標或方向不對。
- 3、選手故意干擾或阻擋別選手前進。

(四) 場地佈置：如附錄 3。

六、先鋒舟競速(個人)

(一) 競賽者著救生衣、蛙鞋(蛙鞋規格如下)，上半身俯臥於先鋒舟上，雙腿在水中踢動進行競速比賽。

(二) 選手經由抽籤選取由主辦單位所提供的先鋒舟，選手不得異議。

(三) 判決：以選手攜先鋒舟，完全通過終點線先後判定名次。

(四) 取消資格：

- 1、違反比賽流程。
- 2、故意干擾其他選手行進。
- 3、故意破壞大會所提供之先鋒舟。

場地佈置如附錄4。

七、救生浮標救援(2 人)

(一) 比賽流程：各隊 2 名分扮溺者及救者。溺者先游到浮標處待命，救者著救生衣在裁判發出信號後攜浮標、蛙鞋(蛙鞋規格如下)出發，將溺者控制後，以浮標將溺者帶回，以各隊所有成員越過終點線，且保持救、溺相互扶持方完成比賽。

(二) 救者出發準備：

- 1、溺者按裁判長指示至待命點待命。
- 2、救者在裁判長發令後取蛙鞋、浮標，並於適當地點穿著、游到溺者處，將浮標繞扣在溺者腋下，以逆時針的方式繞過水面上浮標，將溺者帶回岸。

(三) 抵達終點：救、溺雙方須相互扶持，全部越過終點線為準。(至淺灘處可脫除浮標不需在救、溺者身上)。

(四) 相關說明：

- 1、出發前，浮標和蛙鞋置於起點線內。
- 2、拖帶時，溺者可用腳踢水助泳前進，但雙手不得揮出水面助泳。
- 3、參賽選手需使用主辦單位所提供的救生浮標，蛙鞋由選手自備。

(五) 取消資格：

- 1、選手違反比賽流程。
- 2、拖帶時，救生浮標未扣在溺者腋下。
- 3、拖帶時，溺者用手助泳。
- 4、未保持救、溺相互扶持完成比賽。

(六) 場地佈置如附錄 4。

八、救生板競速(個人)

(一) 比賽流程：選手攜救生板立於起點線之後。聞出發訊號後，跑步進入水中開始划行，姿勢不拘，以逆時針方式划繞過水面指定浮標外側後折返回岸，攜救生板立姿通過終點線。

(二) 選手因失去控制流失救生板不算違規，但須快速取回，不得空手游泳前進。

(三) 救生板：選手經由抽籤選取由主辦單位所提供的救生板，選手不得異議。

(四) 判決：以選手攜救生板並以立姿方式完全通過終點線先後判定名次。

(五) 取消資格

- 1、違反比賽流程。
 - 2、故意干擾他人的划行。
 - 3、選手故意破壞大會所提供之救生板。
- (六)場地佈置：如附錄 3。

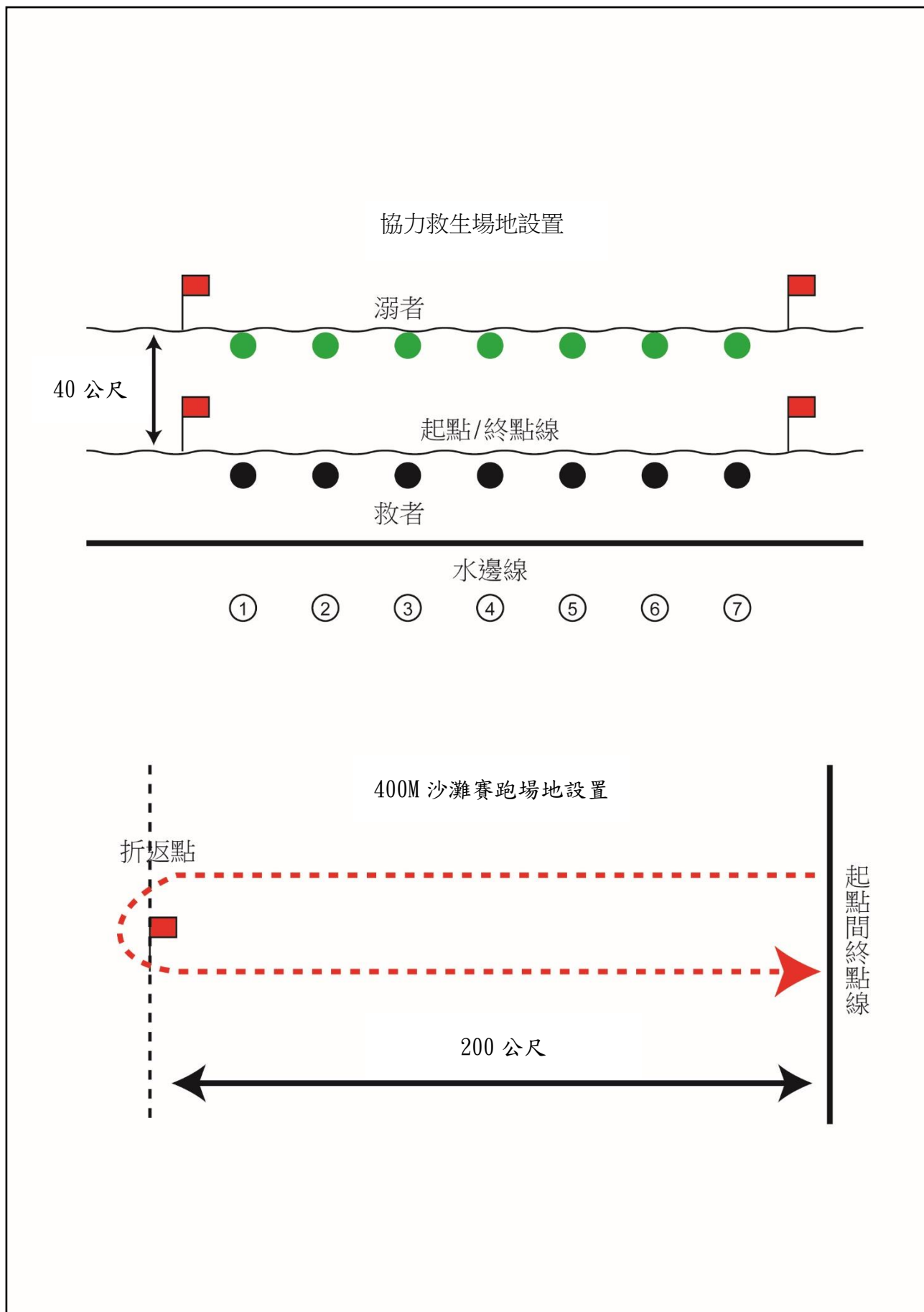
九、IRB 救援(3 人)

- (一)每隊最多 1 組參加，每組 3 人(操艇手、救者、溺者各一)。
- (二)比賽流程：
- 1、溺者按裁判長指示先至浮球處待援。
 - 2、操艇手、救者二人，IRB 於岸邊待命，聞裁判長發令，迅速推艇、至水深超過膝蓋以上處發動 IRB 出發；抵達溺者處將溺者拖救上艇，並以逆時針方式繞過水面浮標，折返回岸，於水深過膝處熄火，由救者將溺者攙扶通過終點線。
- (三)取消成績：
- 1、選手違反比賽流程。
 - 2、翻艇。
 - 3、未於規範深度啟、停船外機。
 - 4、未保持救、溺相互扶持完成比賽。
- (四)場地佈置如附錄 4。

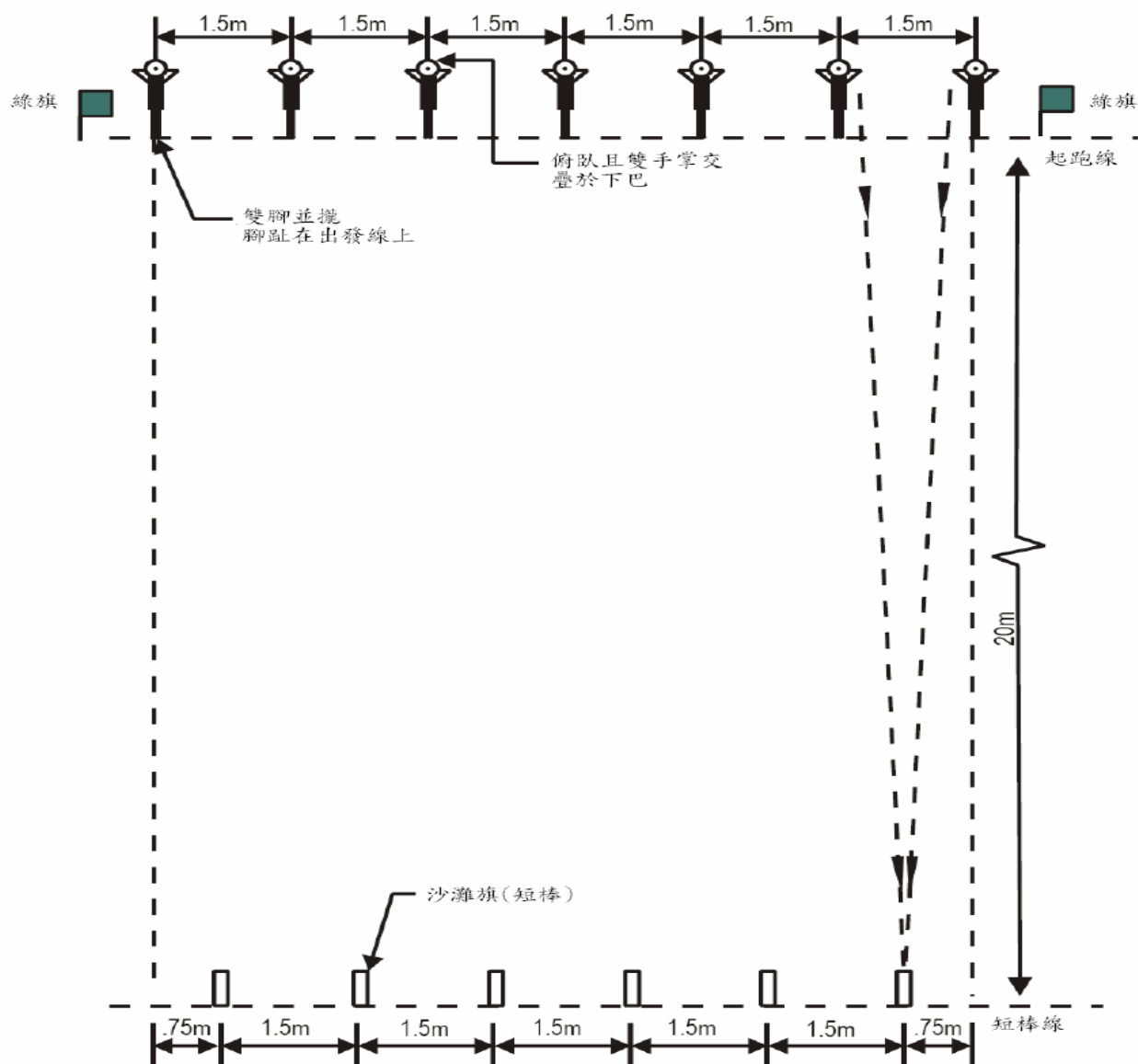
- 蛙鞋規格：
1. 限用橡膠及塑膠材質。(套腳式、帶式均可)。
 2. 禁用玻璃纖維、碳纖維、強化塑膠板。
 3. 最大長度 67CM(含)以內。
 4. 蛙鞋不可擅自改造或經加工。

【場地配置圖】

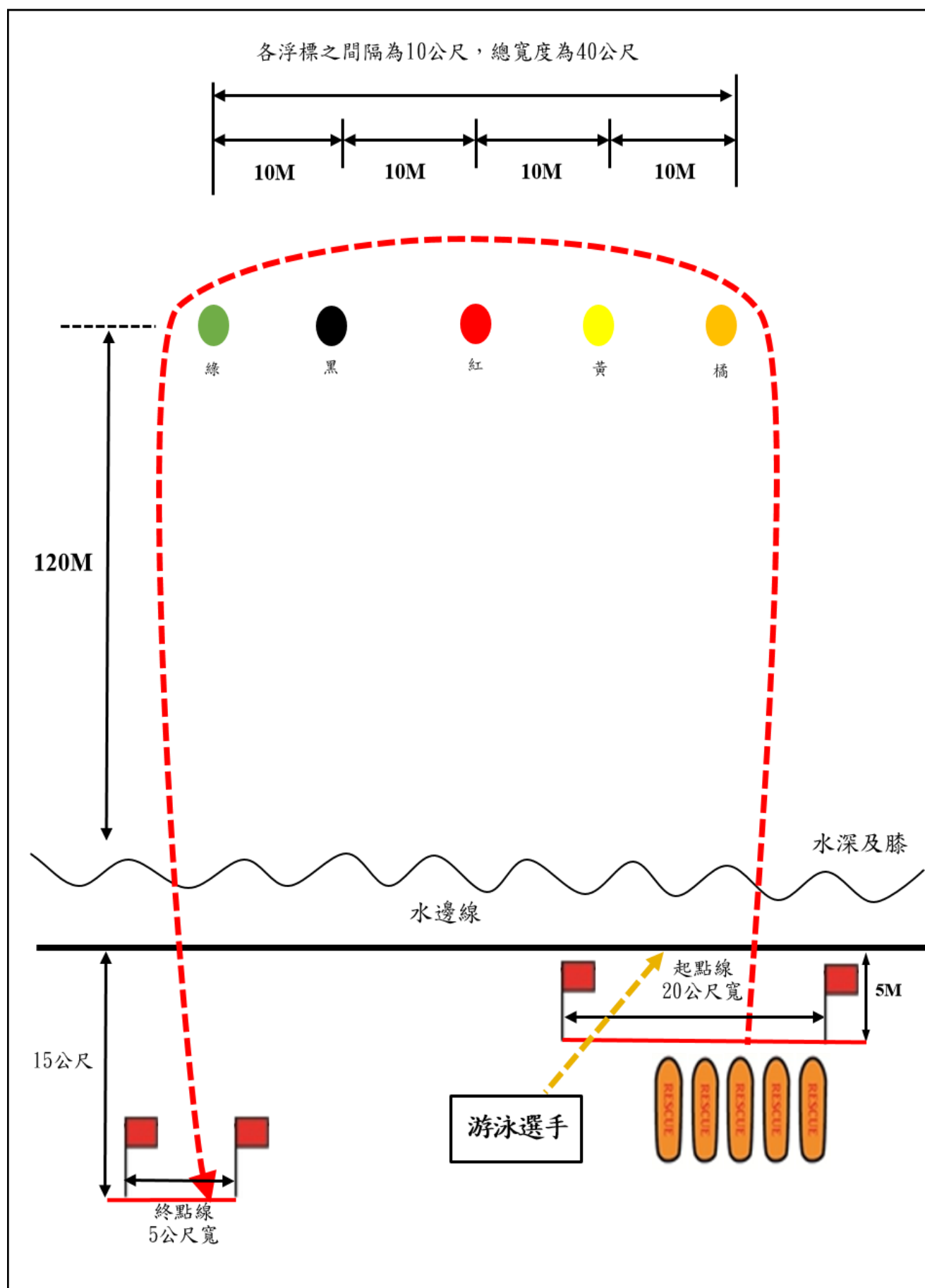




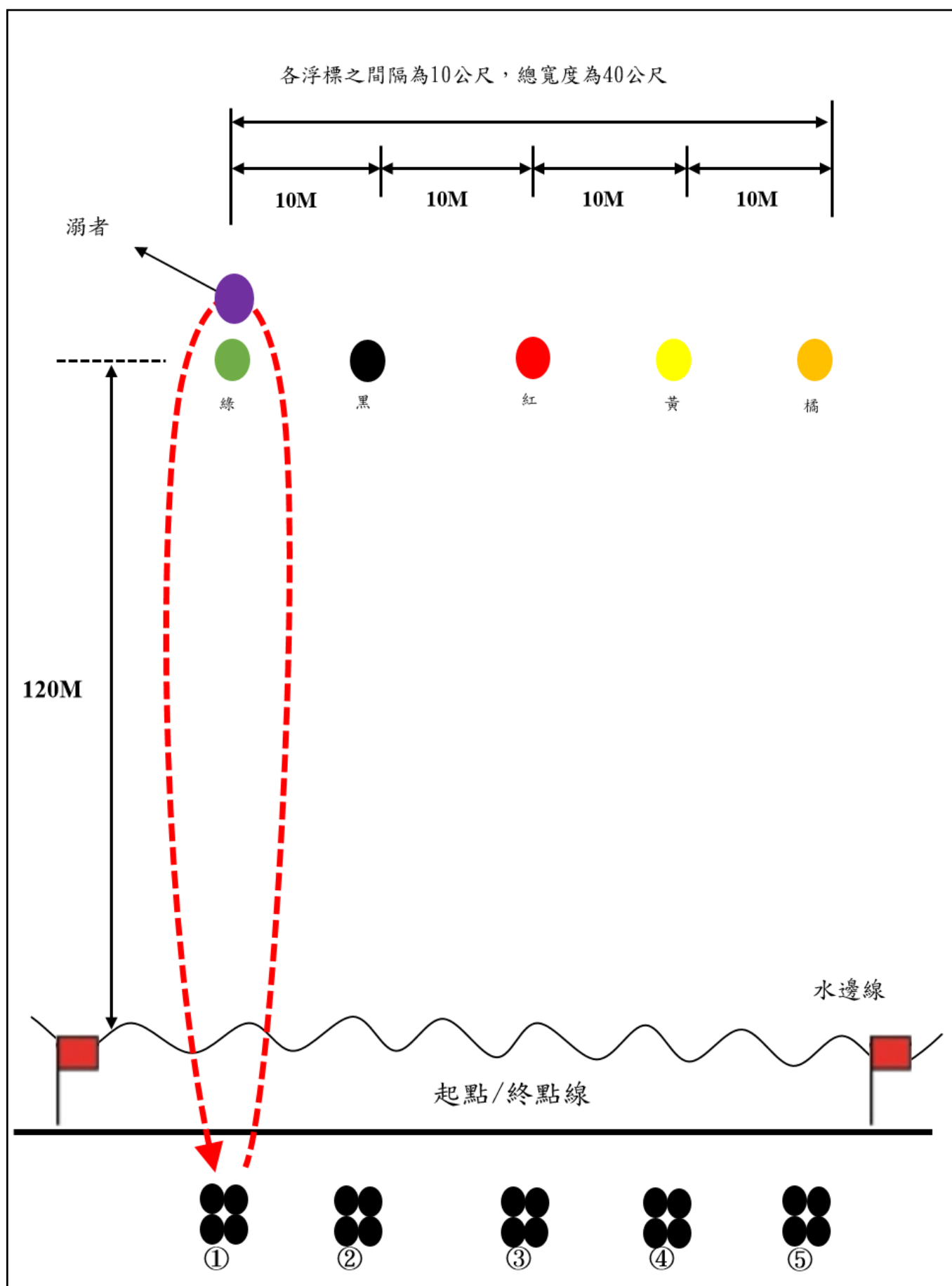
附錄 2 沙灘奪旗



開放性水域游泳暨救生板競速場地設置

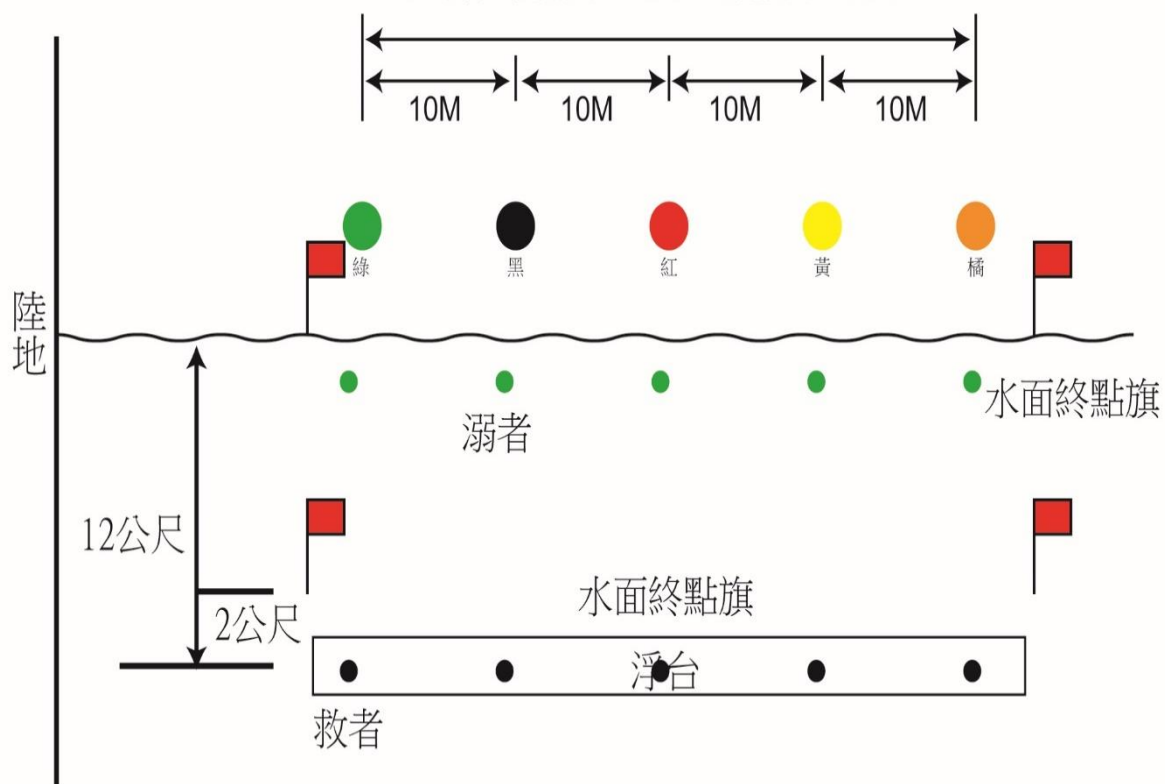


救生浮漂救援、IRB救援、先鋒舟競速場地設置



拋繩袋救援場地設置

各浮標之間隔為10公尺，總寬度為40公尺。



性騷擾防治措施申訴及懲戒辦法

第一條 水中運動協會（以下簡稱本會）為提供受訓者、參與活動者免於在訓練及活動等期間的性騷擾，並採取適當之預防、糾正、懲戒及處理措施，以維護當事人權益及隱私，特依性別工作平等法第十三條第一項，以及勞動部頒布「工作場所性騷擾防治措施申訴及懲戒辦法訂定準則」之相關規定，訂定本辦法。

第二條 本會之性騷擾及申訴處理，除法令另有規定者外，悉依本辦法規定行之。

第三條 本會各級教練對於其所屬選手，或選手員與選手相互間及與教練者間，不得有下列之行為：

- （一）以性要求、具有性意味或性別歧視之言詞或行為，對其他選手造成敵意性、脅迫性或冒犯性之工作環境，侵犯或干擾其人格尊嚴、人身自由或影響其訓練表現。
- （二）教練對選手或活動成員以明示或暗示之性要求、具有性意味或性別歧視之言詞或行為，做為教學內容、報酬、成績、陞遷、降調、獎懲之交換條件。
- （三）性騷擾之行為人如有意圖性騷擾，乘人不及抗拒而為親吻、擁抱或觸摸其臀部、胸部或其他身體隱私處之行為者，則應同時適用性騷擾防治法第 25 條之規定。

性騷擾之行為人如非本會教練或非訓練班及活動期間，本會仍應依本辦法相關規定辦理，並提供被害人應有之穩私保護。

第四條 本會應設置性騷擾申訴處理委員會，以保密方式處理申訴，並確保雙方當事人之隱私權。

第五條 性騷擾之申訴，填具本會之申訴書，應以具名書面為之，如以言詞提出申訴者，受理之人員或單位應作成紀錄，經向申訴人朗讀或使閱讀，確認其內容無誤後，由申訴人簽名或簽章。

前項書面應由申訴人簽名或簽章，並載明下列事項：

- （一）申訴人姓名、服務單位及職稱、住居所、聯絡電話、申訴日期。
- （二）有代理人者，應檢附委任書，並載明其姓名、住居所、聯絡電話。
- （三）申訴之事實及內容。

第六條 本會就性騷擾事件之申訴，得設置專線電話(07-6171126)、傳真(07-6194895)電子信箱:ctuf006@gmailcom，並將相關資訊於工作場所顯著處公開揭示。

第七條 申訴人向本會提出性騷擾之申訴時，得於申訴處理委員會決議通知書送達前，以書面撤回其申訴；申訴經撤回者，不得就同一事由再為申訴。

第八條 本會為處理第五條性騷擾事件之申訴，除應以不公開之方式為之之外，並得組成申訴處理委員會決議處理之。

前項委員會中應置委員三人至五人，除紀律委員會主委為當然委員外，餘委員由

主委就申訴個案指定或選聘本會資深教練擔任，其中女性委員應有二分之一以上之比例。

第一項委員會得由主委指定其中一人為主任委員，並為會議主席；主席因故無法主持會議者，得另指定其他委員代理之。

選手如遭受本會教練性騷擾時，本會將受理申訴並與訓練活動承辦單位共同調查，將結果通知承辦單位及當事人。

性騷擾行為人如為主管時，本會教練或選手者除可依本會內部管道申訴外，亦得向主管上級機關提出申訴。

第九條 參與性騷擾申訴事件之處理、調查及決議人員，其本人為當事人或當事人之配偶、前配偶、四親等內之血親、三親等內之姻親或家長、家屬關係者，應自行迴避。前項人員應自行迴避而不迴避，或就同一申訴事件雖不具前項關係但因有其它具體事實，足認其執行職務有偏頗之虞，當事人得以書面舉其原因及事實，向申訴處理委員會申請令其迴避。

第十條 參與性騷擾申訴事件之處理、調查及決議人員，對於知悉之申訴事件內容應予保密；違反者，主任委員應終止其參與，本會並得視其情節依相關規定予以懲處及追究相關責任，並解除其選、聘任。

第十一條 申訴處理委員會應有委員半數以上出席始得開會，並應有半數以上之出席委員之同意始得作成決議，可否同數時取決於主席。申訴處理委員會應為附具理由之決議，並得作成懲戒或其他處理之建議。

前項決議，應以書面通知申訴人、申訴人之相對人及本會。

第十二條 申訴事件應自提出起二個月內結案，如有必要得延長一個月，延長以一次為限。申訴人及申訴之相對人如對申訴案之決議有異議者，得於收到書面通知次日起二十日內，以書面提出申復，並應附具理由，由申訴處理委員會另召開會議決議處理之。經結案後，不得就同一事由再提出申訴。

第十三條 申訴處理委員會對已進入司法程序之性騷擾申訴，經申訴人同意後，得決議暫緩調查及決議，其期間不受前條規定之限制。

第十四條 性騷擾行為經調查屬實者，本會得視情節輕重，對於本會之性騷擾人，依本會章程等相關規定為懲戒或處理，撤銷本會相關之證照，取消相關會員權利義務。如涉及刑事責任時，本會並應協助申訴人提出告訴。性騷擾行為經證實有誣告之事實者，本會得視情節輕重，對申訴人依規程等相關規定為懲戒或處理。

第十五條 本會對性騷擾行為應採取追蹤、考核及監督，以確保懲戒或處理措施有效執行，並避免相同事件或報復情事發生。

當事人有輔導或醫療等需要者，本會得依申請協助轉介至專業輔導或醫療機構。

第十六條 本辦法由理事長核定公布後實施，修正時亦同。

「性侵害、性騷擾或性霸凌事件」通報處理流程

