

中華民國傳統拔河運動規則

第一條：依據

本傳統拔河運動規則，是參酌中華民國拔河運動規則及傳統拔河比賽現況綜合訂定。

第二條：比賽場地及比賽用繩

一、比賽場地

- 1、比賽場地必須是水平線而且平坦。PU、PVC、組合橡膠、水泥地面、草地等等皆可。
- 2、比賽場地範圍及標線：長 60 米寬 15 米並於場地中央劃一直線（中心線）。
- 3、指揮區在拔河道兩側，每隊指揮者以 2 人為限(含領隊或教練)。

二、比賽用繩

1、比賽用繩的規定

- (1) 材料：馬尼拉麻繩
- (2) 長度：60m~70m；。
- (3) 圓周：繩子外周 15cm~17cm。

比賽用繩子上不能有結節或握把

2、比賽用繩的標誌：繩子上共有 5 個標誌，標誌寬度為 5cm。

繩子的標誌如下：以紅色標誌中點為基準至兩側白色標誌內緣止，長度為 4m；白色標誌內緣至兩側藍色標誌內緣止，長度為 1m。

	1m	4m	4m	1m	
	藍	白	紅	白	藍
	色	色	色	色	色

第三條：隊伍與替補

一、隊職員編制如下：

- 領隊……………1 名
- 教練……………1 名
- 管理……………1 名
- 比賽選手 20~30 名，替補選手 5 名。

二、隊員位置

- 1、選手位置可以自由變更。
- 2、選手拔河位置在繩子左邊或右邊皆可。
- 3、第一位選手拔河開始時，必須握住靠近繩子藍色記號區外側之處。

三、組別：依參賽選手人數及體重區分如下

- 1、第一級組：參賽選手 20 人，全隊選手體重總重量不得高於 1600 公斤。
- 2、第二級組：參賽選手 30 人，全隊選手體重總重量不得高於 2400 公斤。

四、選手之替補

1、替補時機

- (1)替補須發生在第一場第一局比賽完成後始可進行。
- (2)替補選手必須是註冊於該隊伍之選手。
- (3)替補可用於戰術運用或選手受傷。
- (4)替補人數 1 至 5 人皆可，每局比賽間均可實施替補。

2、替補程序

- (1)每局間替補，領隊(教練)向主審裁判提出申請，經主審裁判確認才能替補，提出替補必須在前一局比賽結束後至選手換邊前提出。
- (2)當主審裁判下達舉繩口令後不能替補選手。

五、領隊(教練)

- 1、領隊(教練)負有隊的編制、選手替補、比賽中指揮等責任。
- 2、比賽中對選手的指導，必須在拔河道之外側(左邊或右邊皆可)指定位置，但不可妨礙裁判員執行任務。
- 3、對裁判之判決有疑議時，領隊或教練有權提出申訴。

六、申訴

比賽中發生有關爭議性問題時，須立即向主審裁判提出口頭申訴，同時必須於比賽完畢卅分鐘內，向裁判長提出申訴書，並繳交保證金三千元，若申訴被判無效時，則沒收保證金。

第四條：服裝

一、服裝

比賽隊伍必須穿著妥適且一致之運動服裝，否則不得下場比賽。

二、鞋子

必須穿著運動鞋或拔河專用鞋，不得穿釘鞋，鞋底、鞋跟有突起物之鞋以及赤腳參加比賽。

三、阻止滑溜

- 1、不准帶手套。
- 2、鞋底不得有止滑設施。
- 3、不能使用松脂、手膠、藥品等物；但得使用碳酸鎂粉。

第五條：比賽

一、比賽方法

- 1、比賽方法採用一局或三局比賽勝負。
- 2、第一局擲幣選擇場地，第二局場地交換。交換場地時，全體隊員列隊於繩子右側，等待主審裁判手勢交換場地。
- 3、必須第三局比賽時，按照擲幣選擇場地。

二、握繩法及姿勢

- 1、第一位選手得儘量靠近藍色記號區外側的繩子。
- 2、選手空手，雙手掌向上緊握繩子。
- 3、繩子必須由軀幹與手臂之間通過，不得纏繞手臂。
- 4、不能使用防止繩子動搖的支撐法以及其他方法。
- 5、比賽中 必須兩腳在膝前伸直 且必須握住繩子。
- 6、後衛握繩其繩子必須從身體前方沿著身體至背部，再斜上至對側肩上，多餘的繩子應經由腋下向後；不可將繩子纏繞身體。

三、勝負判定

- 1、比賽開始後，當一方繩子上白色標誌被拉至賽場之中心線時，主審鳴笛判定勝負。
- 2、每局比賽時間為 1 分鐘，當時間終了時，以繩子紅色標誌所偏向之一方為勝隊。
- 3、比賽中一隊犯規次數達 5 次時，主審即判定該局失敗。
- 4、比賽進行中如因無法預知的外力影響比賽進行時，主審即可宣判重賽；重賽時雙方均不可換人即刻比賽。

第六條：手勢與指令

一、開始程序

當主審確認兩隊教練已準備好後應以口令和手勢循序進行下列指令

- 1、舉繩：隊員應以正確握繩法將繩子舉起。
- 2、拉緊：雙方隊員將繩子拉緊使繩子呈現緊繃狀態。
- 3、調整中心線：依主審手勢之指示，雙方隊員移動腳步調整繩子紅色標誌與地面中心線重合。
- 4、預備：當繩子紅色標誌對準地面中心線時。
- 5、開始：繩子經適當之靜止後開始比賽。

二、每局比賽結束

每局比賽結束時，主審鳴笛並把手指向獲勝隊伍。

三、重賽

主審判定重賽時，雙手在身體前下方來回交叉數次，並把雙手食指指向繩子。

第七條：比賽時的犯規與罰則

一、犯規

- 1、坐地犯規：故意坐到地上或滑倒後沒有立即回到原比賽姿勢。
- 2、握繩犯規：違反規則第五條第二項規定之握繩法。
- 3、滯留蹲姿犯規：蹲著不動或雙腳沒有出於雙膝之前。
- 4、鎖繩犯規：利用身體手臂、膝、腿使繩子不能自由移動的繩法。
- 5、後位姿勢犯規：違反規則第五條第二項第 6 款規定之握繩法。

二、罰則

- 1、比賽過程選手發生犯規動作時，主審裁判依犯規種類給予相對犯規判決。
- 2、一局內團隊犯規達 5 次時，本局即判定失敗。個人犯規次數也併入團體犯規次數內計算。
- 3、一人或一人以上「同時犯規」時，只判一次犯規。

第八條：裁判員

審判委員、裁判長、裁判員均為拔河協會審定合格之人員。