



1. 規則規範

特殊奧林匹克規範所有特奧速度滑冰賽事。作為一項國際性的運動項目，本章所列之規則是
以國際滑冰聯盟(International Skating Union，簡稱 ISU)的規則為依據。有關規則可參閱網
頁：www.isu.org。若 ISU 的規則與特奧規則及特奧速度滑冰規則發生衝突時，應以特奧運動
規則作依據。

請參閱特殊奧林匹克 Article 1，以瞭解更多有關行為守則、培訓標準、醫護和安全要求、分
組測試、獎勵、提高到更高競爭水平的條件，以及融合運動。

2. 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。成員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。

2.1 111 米橢圓形環形賽道：

2.1.1 55 米半圈賽

2.1.2 111 米

2.1.3 500 米

2.2 以下為國際特殊奧林匹克比賽的比賽組別。若運動員未能符合所報名參賽組別的要求，
技術顧問有權將其轉至能力合適之組別作賽。

111 米橢圓形環形賽道

2.2.1 第 1 組：運動員平均單圈時間 40 秒至 54 秒：111 米。

2.2.2 第 2 組：運動員平均單圈時間 30 秒至 39 秒：500 米。

2.3 所有比賽都將以「短道」形式進行。

3. 場地及設施

3.1 賽道

3.1.1 賽道應設置於長至少 56.38 米、寬至少 25.90 米的溜冰場上。

3.1.2 賽道規格應如下方圖示 A。若比賽場地的冰面上畫有 ISU 標準 111 米賽道，則
可做比賽用途。若使用 111 米賽道，比賽距離與圈數則如下：

3.1.2.1 111 米 = 1 圈

3.1.2.3 500 米 = 5 圈

3.1.3 賽道中心點應一律設於滑冰場的中心。

3.2 起點與終點線

3.2.1 起點與終點線應與直線成直角，並以有顏色線條標示，寬度不得超過兩厘米。
比賽時，賽道上或冰面上(及兩者上方)不應放置任何物品(標記物除外)。

3.3 防護墊

3.3.1 在練習和比賽期間都應設置防護墊。溜冰場內的隔板應以防護墊覆蓋，而彎道
邊隔板的防護墊應加厚(請見圖示 B)。防護墊應穩固地沿場地隔板安裝，並完
全接觸冰面以將重量壓在冰面上。防護墊的製造方式與物料應盡量不產生碎
屑，以免碎屑留在冰面上。防護墊高度必須足以覆蓋溜冰場隔板。



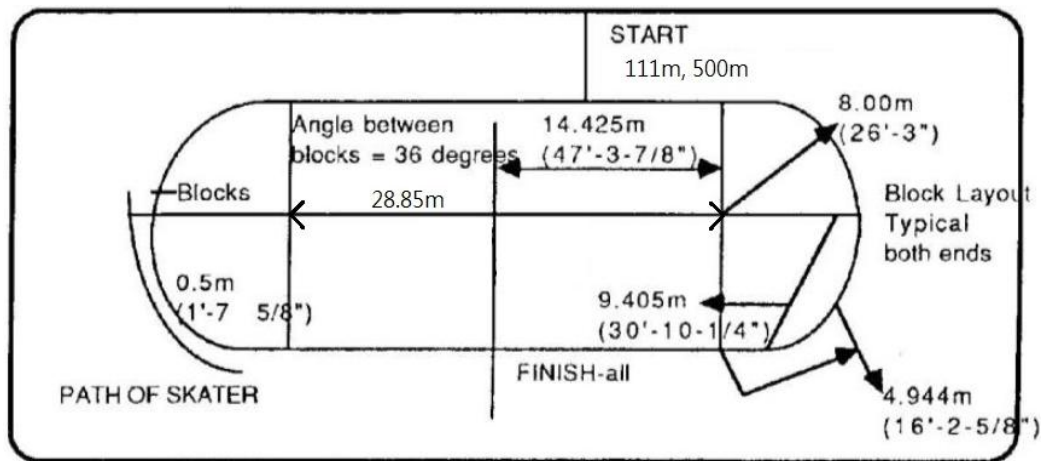
3.4 賽道規格

3.4.1 圖示 A 標示 111.12 米橢圓形環形賽道的起點/終點線。

3.4.2 25 米競賽應從冰面一端至另一端標示為直線賽道。55 米競賽(1/2 圈)應由賽道中央的起點線開始，也就是位於所有其他項目終點線的正對面。

3.4.3 所有賽道設置都應中場線開始量度。

3.5 圖示 A



3.6 冰面外觀

3.6.1 比賽賽道(111 米比賽場地)冰面的主要顏色應與彎道半徑、起點/終點線的標示有明顯對比，例如灰白/淺灰。

3.6.2 賽道中間的冰面顏色可以賽事籌備委員會核准的標誌裝飾，但不得觸及或越過比賽場地，也就是 111 米賽道。非比賽區域(中間區域)的裝飾絕不能妨礙辨識賽道或賽道標示。

3.6.3 在世界比賽中，冰面上只能有速度滑冰認可的標示。而地區性競賽和練習時，冰面上則可以有冰上曲棍球場的標示。

4. 裝備及器材

4.1 服飾及保護裝備

4.1.1 所有運動員須穿著長袖運動衫和長褲，並須配上護膝、護脛、防割護頸、防割手套或具防護作用的連指手套。

4.1.2 運動員可自由選擇穿戴護肘。

4.2 頭盔

4.2.1 所有運動員應穿戴由 ISU 認可的速度滑冰安全頭盔，必須以扣帶固定，且硬殼上不可有突起物。

4.2.2 運動員不得穿戴不規則形狀或有突起物的頭盔，以免卡進溜冰鞋刀刃中；頭盔通風孔亦不得過大，避免溜冰鞋刀刃插進頭盔內。

4.3 速度滑冰鞋

4.3.1 運動員應穿著速度滑冰鞋。

4.3.2 若運動員無法穿上速度滑冰鞋，曲棍球溜冰鞋亦可使用。

4.3.3 不得穿著脫位冰刀(Klap)的速度滑冰鞋。



4.4 身分識別

4.4.1 建議於頭盔上套上號碼頭套。

4.4.2 若無法在頭盔上套上號碼頭套或標示號碼，運動員必須配戴在背部中間印有號碼的號碼布或號碼紙。

4.4.3 若有頭盔號碼貼紙，則應同時於頭盔兩側貼上。

4.5 賽道標示

4.5.1 賽道須以由橡膠或其它合適材料製成的活動標誌物標示。

4.5.2 標誌物的數量應足以清楚標示賽道。

4.5.3 每個彎道應平均設置 7 個標誌物，而每個標誌物之間的距離須為彎道的半圓形圓周上（請見圖示 A）。

4.5.4 標誌物大小應符合標準，亦不可固定在冰面上，以避免對運動員構成危險。為避免運動員碰撞，標誌物的高度不可超過 5.08 厘米。

4.5.5 如標誌物高度超出上述限制，則不可用來標示賽道。

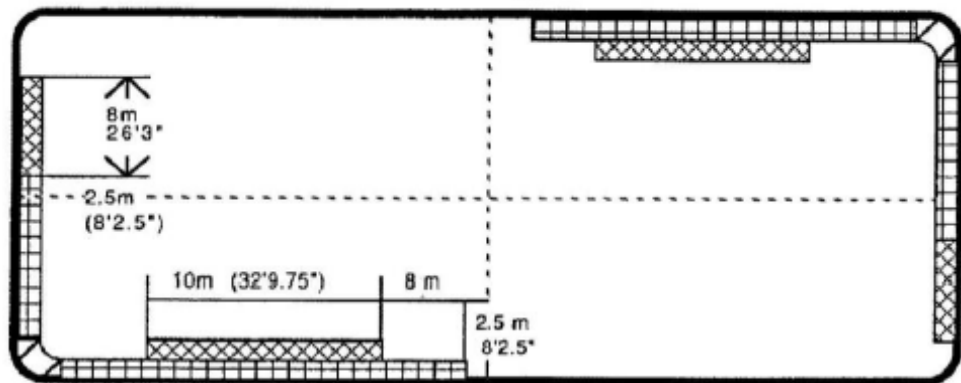
4.6 起跑器材



4.6.1 每場賽事都會以發令槍指示起跑。若有運動員偷步，比賽將重新開始。

4.6.2 如有聽障運動員參賽，可於槍聲響起同時以揮動手臂或旗幟提示起跑。

4.7 防護墊設置

防護墊設置



-  - 防護墊覆蓋整個隔板
-  - 防護墊覆蓋一半隔板



5. 工作人員

- 5.1 賽事總監
- 5.2 賽事統籌
- 5.3 計分長
- 5.4 計時長
- 5.5 起點/終點裁判
- 5.6 裁判長
- 5.7 計圈員
- 5.8 發令長
- 5.9 檢錄員
- 5.10 急救人員
- 5.11 宣佈員

6. 比賽規則

6.1 一般規則及調整

- 6.1.1 比賽開始前，所有運動員的溜冰鞋都應位於起跑線後。
- 6.1.2 當運動員完成比賽指定圈數後，其中一隻滑冰鞋的刀片越過終點線即算完成比賽。
- 6.1.3 發令員應注意以下事項讓每位運動員能以最佳狀態作賽：
 - 6.1.3.1 在運動員上線後，應給予各人足夠的時間準備，做好平衡的姿勢。
 - 6.1.3.2 若有運動員失去平衡，應重新發令程序。
 - 6.1.3.3 發出預備口令後，不應讓運動員久候。
 - 6.1.3.4 使用一致的起跑口令和信號：
 - 6.1.3.4.1 「Go to the start (各就位)」(運動員前往起跑線就位，滑冰鞋不得超過起跑線)；
 - 6.1.3.4.2 「Ready (預備)」(運動員預備起跑姿勢)；
 - 6.1.3.4.3 鳴槍示意比賽開始。
 - 6.1.3.4.4 若比賽開始後，運動員在起跑線與第一個彎道(Apex Block)間受干擾而跌倒，發令員應以連續鳴槍兩聲示意比賽停止，並召回運動員重新起跑。
 - 6.1.3.5 對於聽障運動員，應使用下列發令程序和信號：
 - 6.1.3.5.1 「Go to the start (各就位)」(發令員指示運動員就位，運動員前往起跑線就位，滑冰鞋不得超過起跑線)；
 - 6.1.3.5.2 「Ready (預備)」(發令員舉起手，運動員預備起跑姿勢)；
 - 6.1.3.5.3 發令員鳴槍並同時放下原先舉起的手示意示意比賽開始。
- 6.1.4 如該項目設有準決賽和決賽，則不會應用「盡最大能力作賽規則」(Maximum Effort Rule)。
- 6.1.5 發令員應站於起跑線前方，讓所有參賽運動員能清楚看見並識別。



- 6.1.6 鳴槍前不得起跑。犯下兩次起跑犯規的運動員將被取消資格。
- 6.1.7 起跑時運動員人數
 - 6.1.7.1 冰面面積小於 30 米 x60 米之冰場，起跑線運動員人數上限如下
 - 6.1.7.1.1 500 或米以下的比賽，最多四名運動員
 - 6.1.7.1.2 超過 500 米並少於 1000 米的比賽，最多五名運動員
 - 6.1.7.1.3 1000 米或以上的比賽，最多六名運動員
 - 6.1.7.2 冰面面積為 30 米 x60 米以上之冰場，起跑線運動員人數上限如下
 - 6.1.7.2.1 500 米或以下的比賽，最多四名運動員
 - 6.1.7.2.2 超過 500 米並少於 777 米的比賽，最多五名運動員
 - 6.1.7.2.3 777 米或以上的比賽，最多六名運動員
 - 6.1.7.3 若大會因比賽效率和/或安全考量須修改起跑線運動員人數，需於賽前的教練會議中宣佈。
 - 6.1.7.4 若同一分組運動員人數超過比賽距離的起跑人數上限，則將舉行兩場分組複賽和兩場決賽。
 - 6.1.7.5 裁判長可諮詢賽事總監，縮減分組測試的參賽人數，以確保賽事能安全進行
- 6.1.8 決賽資格
 - 6.1.8.1 大會將依據各比賽距離起跑人數的規定，決定可參加決賽的人數。舉例來說，若決賽可有 5 位運動員參加，各準決賽中的前兩名加上第三名中較快者，將晉級決賽 A 爭取第 1 至第 5 名。未能晉級決賽 A 的運動員將於決賽 B 中爭取第 5 名以後的排名。
- 6.1.9 起跑位置
 - 6.1.9.1 運動員於分組測試或複賽的起跑位置將以隨機抽籤方式決定。抽到 1 號線道的運動員將於起跑線離場邊最遠的位置起跑。抽到 2 號線道的運動員將於 1 號運動員右側的位置起跑。如此類推，抽到 3 號、4 號和 5 號的運動員將於上一位運動員的右側位置起跑，該分組測試或複賽中抽到最大號碼的運動員將於起跑線離場邊最近的
- 6.1.10 表現差異 – 「盡最大能力參賽」
 - 6.1.10.1 速度滑冰是一種結合速度與策略的比賽。分組賽之後將不再以計時為目標，而是將以運動員最先衝過終點線的順序決定優勝者。在設有準決賽和決賽的賽事中將會涉及計劃、部署及衝刺，因此相關比賽項目將不適用「盡最大能力參賽」原則。
 - 6.1.10.2 111 米以上的賽事：若運動員的決賽成績較分組測試成績快 20% 以上，將被取消資格。此規則並不適用於有準決賽的比賽項目。
 - 6.1.10.3 55 米以下的賽事：若運動員的決賽成績較分組測試成績快 25% 以上，將被取消資格。此規則並不適用於有準決賽的比賽項目。
 - 6.1.10.4 若分組測試成績無法真實反映運動員的能力，教練有責任提交最新成績。比賽主辦單位必須提供足夠時間讓教練在規定時限內更新相關資料。
 - 6.1.10.5 被取消資格的運動員獲頒參與者絲帶。



6.1.11 取消資格：

- 6.1.11.1 當一名運動員超越前方運動員時，除非被超越的運動員做出不恰當的行為，否則阻礙或碰撞的責任應由超越的運動員承擔。
- 6.1.11.2 若多名運動員並列進入第一個彎道，外道的運動員將被視為想超越對手。
- 6.1.11.3 運動員不得以身體任何部份蓄意阻擋或推撞其他運動員，而因此獲益。
- 6.1.11.4 若運動員無故減速，導致其他運動員必須放慢速度或造成碰撞，將被取消資格。
- 6.1.11.5 若運動員故意阻擋、不恰當地橫越賽道、以任何方式干擾其他參賽者、或聯同其他參賽者影響比賽結果從而得益，將被取消資格。
- 6.1.11.6 若運動員在非接力項目比賽中得到任何肢體上的輔助，將被取消資格。
- 6.1.11.7 若運動員倚靠牆身以保持平衡，或借助其他運動員的動力協助前進，將被取消資格。
- 6.1.11.8 若運動員故意移動彎道標誌物，或在轉彎時未能在標誌物外圍轉彎，將被取消資格。
- 6.1.11.9 若運動員越過終點線時故意踢出滑冰鞋，或以身體橫掃終點線，因而危及其他在終點線的運動員，裁判可取消該運動員的比賽資格。
- 6.1.11.10 在每場預賽之後，宣佈員須利用廣播系統宣讀被取消資格的運動員名單，以通知運動員、領隊、教練及在場觀眾。