

中華民國 116 年全國原住民族運動會 舉重 技術手冊

運動部115年9月15日運授全部字第1150006584號函核定

壹、協辦運動組織

中華民國舉重協會(CTWA)

理事長：廖裕輝

秘書長：張文馨

聯絡人：陳慧旻

電話：02-2711-0823

傳真：02-2711-0623

會址：臺北市中山區朱崙街20號502A室

貳、競賽資訊

一、比賽日期：116年3月26日(星期五)至3月29日(星期一)

二、比賽地點：臺中市立大里高級中學(臺中市大里區大元里國中路365號)

三、比賽分組：青少年男子組、青少年女子組、公開男子組、公開女子組。

四、比賽項目(2026年/8/1起 國際舉重總會正式實施之新八量級)：

公開男子組	公開女子組
60公斤級：60公斤以下	49公斤級：49公斤以下
65公斤級：60.01公斤至65.00公斤	53公斤級：49.01公斤至53.00公斤
70公斤級：65.01公斤至70.00公斤	57公斤級：53.01公斤至57.00公斤
75公斤級：70.01公斤至75.00公斤	61公斤級：57.01公斤至61.00公斤
85公斤級：75.01公斤至85.00公斤	69公斤級：61.01公斤至69.00公斤
95公斤級：85.01公斤至95.00公斤	77公斤級：69.01公斤至77.00公斤
110公斤級：95.01公斤至110.00公斤	86公斤級：77.01公斤至86.00公斤
110公斤以上級：110.01公斤以上	86公斤以上級：86.01公斤以上
青少年男子組	青少年女子組
55公斤級：55公斤以下	45公斤級：45公斤以下
60公斤級：55.01公斤至60.00公斤	49公斤級：45.01公斤至49.00公斤
65公斤級：60.01公斤至65.00公斤	53公斤級：49.01公斤至53.00公斤
70公斤級：65.01公斤至70.00公斤	57公斤級：53.01公斤至57.00公斤
75公斤級：70.01公斤至75.00公斤	61公斤級：57.01公斤至61.00公斤
85公斤級：75.01公斤至85.00公斤	69公斤級：61.01公斤至69.00公斤
95公斤級：85.01公斤至95.00公斤	77公斤級：69.01公斤至77.00公斤
95公斤以上級：95.01公斤以上	77公斤以上級：77.01公斤以上

五、比賽時程表：如附件(實際比賽時間視技術會議確認各量級參賽人數後，另行公告)。

六、戶籍規定：依競賽規程第七條規定辦理。

七、年齡規定

(一)青少年組：限民國100年9月1日至103年8月31日出生者。

(二)公開組：限民國100年8月31日以前出生者。

八、註冊人數：每縣市各組限註冊1隊、每隊至多10名選手含候補2位選手，惟每隊至多8名選手出場比賽，每量級至多2名選手參賽。

九、比賽辦法

(一)比賽規則：採國際舉重總會所頒布實施之規則英文版為準。但規則中未盡事宜，則以審判委員之決議為最終判決不得上訴。

(二)比賽規定：

1. 報名後得更改參賽級別，惟須於技術會議中提出確認名單，名單簽署後送出即刻生效，如未出席技術會議或未提出者，視同不異動參賽級別。
2. 賽程表於技術會議確認參賽選手名單後公布。
3. 倘體重未能於規定時限內，符合於技術會議上確定之量級者，喪失競賽資格。
4. 過磅時須準備選手證並著舉重衣過磅，不得穿鞋子、襪子過磅。正式體重以實際磅秤所示之重量再扣除250克之舉重衣重量，如超過報名級別體重則取消資格。
5. 每場比賽由選手介紹開始，介紹完畢後計時10分鐘開始比賽；未參加選手介紹者，取消比賽資格。
6. 正式競賽中，抓舉無成績者，不得參與挺舉比賽。
7. 選手正式競賽應穿著國際規定之舉重衣及舉重鞋；舉重衣必須印或繡有高度至少5公分之各參賽單位名稱。
8. 選手不得穿著國家代表隊之服裝（含舉重衣）出場比賽，違者取消資格。

十、器材設備：所有競賽場地器材與設備須符合國際舉重總會規則之規定。

參、管理資訊

一、競賽管理：在116年全國原住民族運動會籌備委員會指導下，由中華民國舉重協會及大會競賽組共同負責各項執行工作。

二、技術人員：

(一)審判委員：審判委員共10人(含召集人)，召集人由中華民國舉重協會遴派，委員由116年全國原住民族運動會籌備處與中華民國舉重協會會商聘請，其中必須包括舉辦單位至少1人。

(二)裁判人員：裁判長由116年全國原住民族運動會籌備處與中華民國舉重協會會商聘請，裁判員由中華民國舉重協會就具A級裁判資格者中優先推薦，由籌備會聘任。

三、獎勵：依競賽規程第十三條規定辦理。

四、申訴：依競賽規程第十四條規定辦理。

五、爭議處理：依競賽規程第十五條規定辦理。

六、罰則：依競賽規程第十六條規定辦理。

肆、會議

一、技術會議：訂於116年3月25日(星期四)下午2時，於臺中市立大里高級中學(臺中市大里區大元里國中路365號)舉行。

二、裁判會議：訂於116年3月25日(星期四)下午3時，於臺中市立大里高級中學(臺中市大里區大元里國中路365號)舉行。

中華民國116年全國原住民族運動會舉重暫定賽程表

第一天 3 月 26 日（星期五）			
組別	級別	過磅時間	比賽時間
青少年女子組	45、49kg	08：00～09：00	10：00
青少年女子組	53、57kg	10：00～11：00	12：00
青少年女子組	61、69kg	12：00～13：00	14：00
青少年女子組	77、77+kg	14：00～15：00	16：00
第二天 3 月 27 日（星期六）			
組別	級別	過磅時間	比賽時間
青少年男子組	55、60kg	08：00～09：00	10：00
青少年男子組	65、70kg	10：00～11：00	12：00
青少年男子組	75、85kg	12：00～13：00	14：00
青少年男子組	95、95+kg	14：00～15：00	16：00
第三天 3 月 28 日（星期日）			
組別	級別	過磅時間	比賽時間
公開女子組	49、53、57kg	08：00～09：00	10：00
公開女子組	61、69、77kg	10：00～11：00	12：00
公開女子組	86、86+kg	12：00～13：00	14：00
公開男子組	60、65、70kg	14：00～15：00	16：00
第四天 3 月 29 日（星期一）			
組別	級別	過磅時間	比賽時間
公開男子組	75、85、95kg	08：00～09：00	10：00
公開男子組	110、110+kg	10：00～11：00	12：00

備註：1. 此表為預估表，供參考用。

2. 技術會議後將會重新修正亦以正式公告為主。