附件1

**“好运山东”2025年山东省老年人**

**持杖健走比赛规程**

一、主办单位

山东省老年人体育活动管理服务中心

山东省老年人体育协会

二、 承办单位

淄博市老年人体育协会

淄博市淄川区老年人体育协会

三、时间和地点

2025年5月22日至25日在淄博市淄川区淄博师专举行。

四、项目设置

（一）手杖操

1、规定套路

2、自编套路

（二）场地接力

混合组4x400接力

（三）户外穿越

1、混合组团队

2、男子个人、女子个人

五、参加办法

（一）各市、县（市、区）、大企业、省烟草、省直机关老年人体育协会及有关单位均可组队参加。

（二）运动员年龄应为70周岁以下(1955年1月1日(含)以后出生)，50周岁以上(1975年12月31日(含)以前出生)。

（三）每队限报领队1-2人，教练1-2人，随队裁判1人（要求一级裁判员以上资格）。既可以选择1只队伍参加全部项目，也可单独派队参加各单项。

1、场地接力：队员4人，要求2男2女，可报替补两名（领队和教练年龄符合要求可兼运动员）。

2.手杖操自编套路：上场队员8-12人，可报替补两名（领队和教练年龄符合要求可兼运动员）。

3.手杖操规定套路：上场队员8-12人，可报替补两名（领队和教练年龄符合要求可兼运动员）。

4.户外穿越团队：队员6人，至少有2名女性（领队和教练年龄符合要求可兼运动员）。

5.户外穿越个人：分为男子个人、女子个人。每队最多可报4人，男女不限。（领队和教练年龄符合要求可兼运动员）。

（四）持杖健走代表队要使用专业手杖参加比赛；各代表队均要着装统一。

（五）参赛运动员须经常参加体育活动，以本人自愿、亲属支持为原则，须经县级以上医院检查适合此项运动，应购买人身意外伤害保险，突发急性病身故保险、附加意外医疗等保险。

（六）对在报名或参加比赛中违反资格规定者，一经查实，将取消参赛资格和获奖奖项。

六、竞赛办法

（一）执行中国老年人体协批准实施的《2024版持杖健走竞赛规则和裁判法》及本规程。

（二）手杖操项目规则

1.规定套路

中国老年体协推广的《在希望的田野上》、《中国一定强》、《最美的中国》、《骏马奔驰保边疆》、《答对了》五套任选一套，可以适当变换队形，但不得更改动作。

评分因素包含表演与团队精神、动作完成两部分。表演与团队精神40分；动作完成60分。

2.自编套路

评分因素包含动作设计、动作完成、表演与团队精神三部分。动作设计40分；动作完成40分；表演与团队精神20分。

（三）场地接力项目规则

1.4x400米混合组场地接力。上场队员为两男两女，其中一三棒为女队员，二四棒为男队员。

2.活动采用手动计时。

3.分上肢、下肢、手杖运用三个部分进行判罚，每一部分每次罚时4秒。

（四）户外穿越项目规则

1.混合组团队：每队队员6人，至少两名女性队员。

2.个人：男女组分别计算个人成绩。

3.活动采用电子计时。

4.分上肢、下肢、手杖运用三个部分判罚，每一部分每次罚时2分钟。

（五）手杖运用的判罚说明

双脚双杖交替触地，手杖推地有力，杖尖触地两脚间，“手臂推杖至体侧，杖尖方可离地”（户外穿越规则）；“手臂推杖伸直，与杖成直线，杖尖方可离地”（场地接力规则）。

（六）手杖操和户外穿越出场顺序在领队、教练员和裁判员技术会上现场抽签排定。

七、仲裁和裁判

（一）大会设仲裁委员会，组成人员由主办单位选派。

（二）裁判长、副裁判长和部分裁判员由主办单位选派，裁判员不足部分由承办单位选聘。

八、奖励办法

（一）按优胜奖、优秀奖录取，获奖比例分别为参加队数和人数的60%、40%。

（二）择优选拔队伍（员）代表山东参加2026年第五届全国老健会，视具体情况而定。

（三）设体育道德风尚奖，颁发给遵守活动规定、在交流活动中展示出良好道德风尚的代表队。

九、经费

（一）各参赛代表队交通费自理，食宿费用每人每天200元，若中途离会，费用不退，不足部分和活动期间交通由大会承担。

（二）提前报到、推迟离会或超编人员的费用自理。

十、报名与报到

（一）报名

请各单位于5月15日前将加盖公章的报名表发送电子邮件至省老年人体育活动管理服务中心和淄博市淄川区老年人体育协会。

省老年人体育活动管理服务中心

联系人：杜常帅

电 话：0531--61379221

邮 箱：sdlntxywk@163.com

淄博市淄川区老年人体育协会

联系人：齐昌华

电 话：13969329889

邮 箱：qichanghua1966.@163.com

（二）报到

1、裁判组全体人员于21日到赛区报到，随队裁判可22日跟随队伍报到。

会务组报到联系人：齐昌华，联系电话： 13969329889

报到地点： 淄博师专学术交流中心（淄博市淄川区），前台电话0533-7298777，地址：淄博市淄川经济开发区唐骏欧铃路99号淄博师专院内

交通信息：（1）淄博火车站乘坐12 路公交车直达淄博师专南门；（2）淄博北站乘坐223路转12路公交车至淄博师专南门；（3）自驾车在滨莱高速淄川口出，东行5分钟到淄博师专南门。

2、5月22日晚19:00召开领队教练员联席会，会议地点:淄博师专国际交流中心一楼会议室。

3、报到时须向大会组委会提供第二代身份证原件、医院出具的身体健康证明、队员本人和亲属签字的《自愿参加责任书》、保单原件（或证明）进行审核。未能提供者，均不允许参加本次比赛。如出现任何意外情况，主承办单位不承担任何责任。

十一、大会在场地和运动员驻地配备医生。

十二、未尽事宜，另行通知