

「第26屆日本公開海洋挑戰賽」及「第25屆全國救生錦標賽」遴選細則

比賽詳情如下：

賽事名稱	地點	擬定出發及回港日期	派出運動員人數
第26屆日本公開海洋挑戰賽	日本白濱	21/10/2026 – 26/10/2026	6男6女
第25屆全國救生錦標賽	中國廈門	22/10/2026 – 26/10/2026	8男8女

1. 參加遴選資格

1.1 現役拯溺訓練隊成員

1.2 代表全國救生錦標賽公開組者需為1997年至2010年出生

2. 第26屆日本公開海洋挑戰賽代表的組成

2.1 由於以上兩個比賽的出發/回程日期重疊，代表隊運動員不會重覆。

2.2 男女分開計算，代表隊名額按順序遴出，如下：

遴選基準	名額	按2026計分賽成績順序選出代表隊
2026年海洋計分賽成績	6人	(一) 沙灘跑+奪標綜合第一名
		(二) 海浪板第一名
		(三) 海浪艇第一名
		(四) 海浪游+海浪板+海浪艇+沙灘跑綜合順序三名 (如有同分按海浪游名次決定先後)

3. 第25屆全國救生錦標賽

3.1 由於以上兩個比賽的出發/回程日期重疊，代表隊運動員不會重覆，如已獲選為第26屆日本公開海洋挑戰賽代表成員，全國賽遴選資格會自動取消。

3.2 男女分開計算，代表隊名額按順序遴出，如下：

遴選基準	名額	按順序選出代表
泳池綜合項目排名	8人	於8月「泳池綜合項目測試」綜合成績排名順序。

4. 綜合項目排名

4.1 泳池綜合項目：男女分開計算，四個項目取得的成績，按排名相加得出綜合分數，分數越低表示排名越高。若出現同分，將以泳池綜合項目的「50 公尺自由泳」時間順序決定。

4.2 測試詳情

- 地點：灣仔游泳池
- 時間：晚上7時至10時
- 項目及時間表

測試類別	序號	項目(順序進行測試)	測試日期	評審標準
綜合項目	1	50 公尺自由泳	2026年8月19日(男) 2026年8月26日(女)	(a) 男女子分組計算，每項綜合項目按成績排名，再以各人四項綜合項目的排名合併得出分數，分數越低表示排名越高。
	2	50公尺運送假人*		
	3	50公尺穿蛙鞋游泳	2026年8月21日(男) 2026年8月28日(女)	(b) 缺席項目或被取消資格者其排名將以泳池綜合項目參與人數（同性別）作為該項目的排名。 (c) 如綜合結果出現同分，將以「50公尺自由泳」成績排名最高者順序。
	4	50公尺穿蛙鞋運送假人*		

*50公尺全程以運送假人的方式將假人由起點運送到終點，「運送假人」的方法以競賽規則為準。

4.3報名

參加第26屆日本公開海洋挑戰賽遴選的運動員必須自行報名2026年計分賽，2026年計分賽的報名日期為2026年7月3日，報名詳情請參閱總會網站[2026年拯溺海洋計分賽 | 主要工作 | Hong Kong China Life Saving Society](#)

參加者第25屆全國救生錦標賽遴選的連運動員須於2026年7月17日或之前登入網上表格 <https://forms.gle/T8DJWDog2Uw7riESA> 報名。

5. 測試須知

5.1 流程

- 泳池測試參加者需提早到達測試地點，向當值職員/教練報到及抽籤，並協助搬運所需器材，泳池（閘口）須提前30分鐘到達。
- 出發次序按報到時進行的一次性抽籤。
- 每天抽籤完成及物資妥善安置後，將會有 20 分鐘熱身時間。

5.2 是次遴選測試是按國際救生總會最新版本競賽規例進行。

5.3 如對遴選測試的結果進行上訴，須於現場與總裁判提出，上訴將按國際救生總會競賽規則原則辦理。

6. 遴選須知

6.1 如對遴選結果進行上訴，須於結果公布24小時內書面向總教練提出，上訴將交由2026年遴選委員會處理。

6.2 中國香港拯溺總會保留有關是次遴選細則的最終解釋權。

中國香港拯溺總會

遴選委員會

2026年6月28日