

中國香港拯溺總會 2026-27 年拯溺(泳池)分齡賽 ~ 第一回

18.4.2026 馬鞍山游泳池

賽事須知

事項	內容
身份核實	~ 各參賽者必須在召集時出示救生記錄手冊或附有相片的身份證明文件正本供工作人員核對，否則不獲准出賽，除本會所發出之證明文件外，其他會員證是不作為比賽之身份證明。
開賽時間	~ 09:30 開放泳池看台及進行熱身、09:45 熱身時間完畢及開始第一項召集。 比賽程序表所示的時間只供參考，所有賽事將順序舉行，各項目最終開賽時間以宣佈最後召集為準，運動員必須提早到達了解召集進度。
召集及分組	~ <ul style="list-style-type: none">● 第一次召集時間約為各項目開賽前 15 分鐘，發出最後召集之 5 分鐘內須向召集處報到，否則不獲准出賽。● 是次賽事將預先分組 (隨機分配)，各運動員須按照公佈之組別及線道參賽。● 大會有權因應實際情況調整賽程表之名單及次序，請各運動員留意大會廣播。
起步程序	~ 在線道等候比賽的運動員，每項賽事開始之程序如下： <ul style="list-style-type: none">● 連續四次短哨子 – 運動員上前準備開始比賽● 一次長哨子 – 運動員上起跳台並立即作準備起跳動作及固定
完成賽事	~ <ul style="list-style-type: none">● 當運動員完成各場比賽後，必須停留在所屬比賽線道上，等待工作人員通知方可離開線道。未經宣佈，不得擅自進入其他線道。● 所有運動員只可由泳池兩邊梯級上水。
比賽進出管制	~ 比賽期間因泳池如常對外開放，為免其他泳客經由比賽通道進入泳池範圍，大會將實施泳池進出管制程序。 比賽期間，凡並非因上線而要進入泳池者，可採用以下兩個方法進入泳池： <ul style="list-style-type: none">● 出示救生記錄手冊● 不能出示手冊者，必須向大會工作人員登記姓名及代表屬會方可進入泳池範圍。
搬運假人	~ 各參加運送假人之運動員，比賽完成後必須按照工作人員指示，將假人運到指定位置。
泳池守則	~ 任何人士不得穿鞋進入泳池，請自備清潔拖鞋進入池面，泳池範圍內不准飲食。
不設放鬆池	~ 除指定的熱身時間外，不可到其他泳池進行放鬆，敬請留意。
小心財物	~ 請自行小心保管財物，如有任何遺失大會概不負責。
惡劣天氣安排	~ 開賽前三小時天文台已發出紅色暴雨警告訊號或以上訊號、三號或以上熱帶氣旋警告，當日賽事將會取消，並請留意電台廣播。