

## 110 年育達廣亞盃全國大專院校、高中職健美健體暨台健盃公開賽競賽規程

- 一、宗旨：推廣國內健身運動風氣，促進健康體能體態活動，以打造優質校園活力與提升健美健身運動人口。
- 二、指導單位：教育部、中華民國大專院校體育總會
- 三、主辦單位：台灣健身體能協會、育達科技大學
- 四、承辦單位：育達科技大學休閒運動管理系
- 五、贊助單位：
  - 柏文健康事業股份有限公司（健身工廠）
  - 創欣實業有限公司（戰神 Mars）
  - 愛力實業股份有限公司（ALEX）
  - 沛力好物有限公司（SBD）
  - 日龍儀器股份有限公司（InBody）
- 六、比賽日期：中華民國 110 年 12 月 25、26 日（星期六、日）
- 七、比賽地點：育達科技大學學生活動中心（苗栗縣造橋鄉談文村學府路 168 號）
- 八、參賽資格：
  - （一）凡中華民國國民、外籍公民年滿 16 歲以上身體健壯者，均可報名參加。
  - （二）報名學生組者，具當學期正式註冊在學者，均可報名。

### 九、12/25(六)廣亞盃比賽組別：

#### （一）大專男子健體（Men's Physique）：依身高分為五級

- 第 1 級：-166 公分
- 第 2 級：-170 公分
- 第 3 級：-174 公分
- 第 4 級：-178 公分
- 第 5 級：+178 公分

#### （二）大專男子古典健美（Men's Classic Physique）

有身高及體重上限之限制分為四級，體重超過上限即不符比賽資格。

- 第 1 級：-168：體重上限=身高-100+2 公斤
- 第 2 級：-173：體重上限=身高-100+4 公斤
- 第 3 級：-178：體重上限=身高-100+6 公斤
- 第 4 級：+178：體重上限=身高-100+8 公斤

#### （三）大專男子健美（Men's Bodybuilding）：依體重分為七級

- 第 1 級：-60 公斤
- 第 2 級：-65 公斤
- 第 3 級：-70 公斤
- 第 4 級：-75 公斤
- 第 5 級：-80 公斤

第 6 級：-85 公斤

第 7 級：+85 公斤

(四) 大專女子比基尼：(Women's Bikini)：依身高分為三級

第 1 級：-160 公分

第 2 級：-165 公分

第 3 級：+165 公分

(五) 大專女子健體 (Woman's Physique)：不分級

(六) 高中男子健體 (Senior's Men's Physique)：不分級

(七) 高中男子健美 (Senior's Men's Bodybuilding)：不分級

#### 十、12/26(日)台健盃公開賽組別

(一) 男子健體 (Men's Physique)：依身高分為五級

第 1 級：-166 公分

第 2 級：-170 公分

第 3 級：-174 公分

第 4 級：-178 公分

第 5 級：+178 公分

(二) 男子古典健美 (Men's Classic Physique)

有身高及體重上限之限制分為四級，體重超過上限即不符比賽資格。

第 1 級：-168：體重上限=身高-100+2 公斤

第 2 級：-173：體重上限=身高-100+4 公斤

第 3 級：-178：體重上限=身高-100+6 公斤

第 4 級：+178：體重上限=身高-100+8 公斤

(三) 男子健美 (Men's Bodybuilding)：依體重分為八級

第 1 級：-60 公斤

第 2 級：-65 公斤

第 3 級：-70 公斤

第 4 級：-75 公斤

第 5 級：-80 公斤

第 6 級：-85 公斤

第 7 級：-90 公斤

第 8 級：+90 公斤

(四) 女子比基尼：(Women's Bikini)：依身高分為四級

第 1 級：-158 公分

第 2 級：-163 公分

第 3 級：-168 公分

第 4 級：+168 公分

(五) 女子健體 (Woman's Physique): 依身高分為二級

第 1 級: -163 公分

第 2 級: +163 公分

(六) 青少年男子健體 (Junior's Men's Physique): 1998/01/01 之後出生者, 依身高分為二級

第 1 級: -175 公分

第 2 級: +175 公分

(七) 青少年男子健美 (Junior's Men's Bodybuilding): 1998/01/01 之後出生者, 依體重分為二級

第 1 級: -75 公斤

第 2 級: +75 公斤

(八) 壯年男子健體 (Master Men's Physique): 1981/12/26 之前出生者, 不分級

(九) 壯年男子健美 (Master Men's Bodybuilding): 1981/12/26 之前出生者, 不分級

十一、報名時間: 即日起至 110 年 12 月 2 日 (星期四) 截止, 一律採 google 表單方式報名, 不接受紙本通訊或 e-mail 報名, 報名網址如下, 逾期恕不受理。

(一) 12/25 廣亞盃比賽報名網址: <https://forms.gle/9CUkKH35ttEStPuD7>

(二) 12/26 台健盃比賽報名網址: <https://forms.gle/5Y9Jrvkwj7QBgJaLA>

十二、聯絡方式: 聯絡電話: 037-651188 轉 5581 聯絡人: 陳美雪

十三、報名費:

(一) 廣亞盃: 報名 1 組 700 元、2 組 1,000 元、3 組 1,200 元。請以匯款或 ATM 轉帳方式繳費 (郵局代號: 700 帳號: 02913500115661 戶名: 「育達科技大學休閒運動管理系陳淑貞」), 匯款憑據請註明報名人、電話及 E-mail。匯款後請在 google 表單報名系統登入匯款帳號後 5 碼。

12/25 比賽專業上色需求與相關費用, 詳如附件。

(二) 台健盃: 報名 1 組 800 元、2 組 1,200 元、3 組 1,600 元。請以匯款或 ATM 轉帳方式繳費 (銀行代號: 011 帳號: 66102000007126 戶名: 「台灣健身體能協會丘慶全」), 匯款憑據請註明報名人、電話及 E-mail。匯款後請在 google 表單報名系統登入匯款帳號後 5 碼。

12/26 比賽專業上色需求與相關費用, 另行公告。

十四、報名手續:

(一) google 表單完成報名後, 請於 12/9(四)至育達科大休運系網頁 (<https://rsm.ydu.edu.tw/>) 確認報表狀況, 比賽現場不接受報名及收取報名費。

(二) 如在 google 表單重覆報名者, 報名資料, 採用最後一筆報名資料。

(三) 若完成報名者, 因故未參賽, 選手需於 110 年 12 月 2 日 (星期四) 下午 5:00 前來電告知。將扣除行政作業相關所需費用後, 餘款將予以退還, 逾期概不退費。

十五、裁判會議: 110 年 12 月 25 日 (星期六) 上午 9:00 至 9:30。

十六、選手報到暨過磅、量身高時間:

(一) 廣亞盃: 110 年 12 月 25 日 (星期六) 上午 9:30 至 10:30 時 (選手過磅、量身高時須

**繳驗學生證正本)。**

(二) 台健盃：110年12月26日(星期日)上午9:30至10:30時。

十七、開幕時間：

(一) 廣亞盃：110年12月25日(星期六)中午12:00時舉行，敬請全體參賽選手屆時參加開幕典禮。

(二) 台健盃：110年12月26日(星期日)中午12:00時舉行，進行全體選手合影。

十八、比賽時間：開幕典禮完即進行各量級比賽。

十九、獎勵：

(一) 各級第1~3名分別頒發獎牌乙面及獎品乙份，第4~6名分別頒發獎狀乙張。

(二) 廣亞盃全場總冠軍：男子健體、男子古典健美、男子健美(大專先生)、女子比基尼(大專小姐)各級冠軍角逐全場總冠軍各1名，頒發獎牌、獎金5,000元及贊助商獎品。

(三) 台健盃全場總冠軍：

1、男子健體各級冠軍(包含公開組、青少年組、壯年組)獲資格參加健體全場總冠軍選拔，冠軍頒發獎盃、獎金25,000元、InBody家用版乙台、SBD護具乙份

2、男子古典健美各級冠軍獲資格參加古典全場總冠軍選拔，冠軍頒發獎盃、獎金20,000元、InBody家用版乙台、SBD護具乙份

3、男子健美各級冠軍(包含公開組、青少年組、壯年組)獲資格參加健美全場總冠軍選拔，冠軍頒發獎牌、獎金25,000元、InBody家用版乙台、SBD護具乙份

4、女子比基尼各級冠軍獲資格參加比基尼全場總冠軍選拔，冠軍頒發獎牌、獎金20,000元、InBody家用版乙台、SBD護具乙份

5、女子健體各級冠軍獲資格參加女子健體全場總冠軍選拔，冠軍頒發獎牌、獎金10,000元、InBody家用版乙台、SBD護具乙份

(四) 台健盃青少年總冠軍：青少年健體、青少年健美各級冠軍角逐青少年總冠軍各1名，頒發獎牌及贊助商獎品。

二十、罰則：

(一) 拒絕上台受獎或受獎後折損獎盃或獎狀者，停止一年比賽權。

(二) 在比賽期間若有違反本規程情事者，如冒名頂替者，一經查出取消比賽資格。

二十一、抗議

(一) 比賽爭議：如規程上有明文規定，以裁判之判決為終決、如有同等意義之註明者，亦不得提出申訴。

(二) 選手或職員不得於比賽現場或賽後直接質詢裁判及主辦單位，應於比賽後三十分鐘內向設在比賽場中之審判委員會提出書面申訴，並繳納保證金新台幣伍仟元。審判委員會認為申訴無理由時，得沒收其保證金，情節嚴重者以禁賽論處。

二十二、比賽辦法及規定

(一) 競賽規則：參考最新比賽規則。

男子健體：四轉向展示+I台步

男子古典健美：四轉向+四項指定動作+個人最佳動作展示

男子傳統健美：七項指定動作展示

女子比基尼：四轉向展示+I 台步

女子健體：四轉向+四項指定動作展示

(二) 各比賽項目依報名人數進行淘汰賽、預賽與決賽。

(三) 比賽開始各量級選手集合檢錄時間，請隨時注意大會公告廣播，凡是檢錄唱名 3 次以上未到者，取消比賽資格。

(四) 比賽服裝規定：

1、男子健美組比賽必須穿著乾淨無不雅之健美褲，禁止穿短褲、泳褲或內褲。

2、古典健美組請著黑色寬邊古典健美褲(四角或五角形)，未依規定者不予上台。

3、男子健體組請著合身整潔之海灘褲。

4、女子比基尼組比賽須穿著無不雅之上下同色兩件式比基尼衣褲，12/26 台健盃著透明高跟鞋有無防水台皆可，後跟 12 公分內，12/25 廣亞盃高跟鞋無特定規範。

5、女子健體組比賽須穿著無不雅之上下同色連身比基尼衣褲。

(五) 參賽選手請依體重、身高確實填寫勿跳級參賽，如跳二級以上(含)者取消參賽資格。

(六) 為維護場地清潔，參賽選手當日得依大會指定場所著膚色劑、嬰兒油等油脂類塗抹劑，如無依指定場所著膚色劑、嬰兒油等油脂類塗抹劑者，所帶隊裁判制止無效後，報請裁判長取消禁賽資格。

12/25 比賽專業上色需求與相關費用，詳如附件。

12/26 比賽專業上色需求與相關費用，另行公告。

(七) 請保持現場環境、牆壁、場內桌子、椅子清潔，勿將身體比賽膚色劑沾染場地，並維持環境整潔。凡進入觀眾席者，務必穿著整齊。若造成場地污損，請個人現場清潔、恢復、為維護場地安全，請勿逗留大會管制區域。

(八) 為維持賽事之順暢，避免中斷之情事發生，選手比賽用音樂請於填寫 google 表單報名時一併上傳，檔名請註明「參賽組別」及「參賽選手姓名」，比賽現場不再收取選手比賽用音樂，需自選動作比賽音樂之組別如下，未提供則以大會音樂為主。

1、廣亞盃：大專男子古典健美、大專男子健美。

2、台健盃：男子古典健美、男子健美、青少年男子健美、壯年男子健美。

(九) 大會僅提供熱身區，器材請選手自備。

(十) 報名截止日後，依報名人數，大會公告及另行通知是否進行 60 秒個人自選動作評分。

二十三、保險：

(一) 公共意外責任險：依據「全國性民間體育活動團體經費補助辦法」第八條規定，主辦單位將於賽會期間投保「公共意外責任險」，理賠額度為每一個人身體傷亡保險金額新台幣 300 萬元、每一意外事故傷亡保險金額新台幣 1,000 萬元及每一意外事故財損保險金額新台幣 120 萬元整主辦單位投保一千萬公共意外責任險。

(二) 個人意外或傷殘醫療保險：

報名參加本項比賽選手，視同接受參考「國際健美總會 IFBB」通則第 3 條第三款規定訂定：賽會主辦單位對於比賽所產生的意外事故或變化，一概不負任何法律責任；參

賽選手如認為比賽期間恐有高意外風險，主辦單位建議選手應自行投保（或由參賽隊伍投保）個人意外或傷殘醫療保險。

#### 二十四、攝影申請：

- （一）比賽攝影人員需填寫申請表單購買攝影證（攝影費 1,000 元），並於報名截止日前送出，經核可後領取「拍攝許可證」，佩掛於身上明顯處以資識別。比賽攝影應符合大會相關規定，請保持安靜勿高聲喧嘩，注意勿有干擾選手之行為。（請勿使用閃光燈攝影，並請關閉相機快門聲音。）
- （二）如有汙損、破壞比賽場地與設備，應自行恢復原狀或賠償之責。申請人所拍攝影片及相片肖像權、著作權屬協會資產，並不屬於個人所有。
- （三）攝影人員需經過大會審核，通過後予以發證識別，核可人士得以憑證進出比賽會場拍攝。

二十五、大會及大會授權單位有權無償使用、修飾、公開展示此項比賽之錄影、相片、成績，或登載於大會及大會授權單位網站、社群媒體、電子刊物上，報名參賽者不得異議並不得主張任何形式之肖像權與著作權。

二十六、因應個人資料保護法「所填報名參加本賽事之個人資料，僅供本賽事相關用途使用」。

#### 二十七、因應傳染性肺炎（COVID 19）本賽事相關防疫措施

- （一）本比賽會場所有進場人員，採實名制，並均需全程配戴口罩、量測體溫、雙手酒精消毒。
- （二）活動入口處服務人員備有酒精及額溫槍，服務人員會協助測量體溫，如出現高燒額溫為 37.5 度以上、咳嗽、呼吸急促等症狀，將禁止進入比賽會場；並要求配戴口罩離開現場並就醫。
- （三）請所有選手、陪同教練及廠商務必配合現場工作人員的指令，若有違反上述條件者，大會將強制驅離會場，恕不退費。
- （四）本賽事訂定防疫相關指引，賽程或防疫措施視情況可能隨時調整，請參與人員務必留意大會網站公告之相關資訊。
- （五）本賽事配合「嚴重特殊傳染性肺炎中央流行疫情指揮中心」進行防疫措施。

二十八、本規程如有未盡事宜，以大會公告為準及另行通知。

## 附件：12/25（六）上色服務廠商參考資訊：

### 一、廠商：

35 年歷史國際大廠 Jan Tana（Arnold Classic 阿諾盃官方合作夥伴（since1989））

### 二、上色服務時間：

110/12/25（六）上午 08：00 開始

### 三、收費：

優惠價格：

（一）早鳥價 1000 元/每人（限 110/12/4 前完成繳費者，費用包含上色（基底色）乙次）

（二）晚鳥價 1200 元/每人（限 110/12/18 前完成繳費者，費用包含上色（基底色）乙次）

（三）現場報名皆為 1500 元/每人（費用包含上色（基底色）乙次）

### 四、報名與繳費方式：

報名連結：<https://reurl.cc/1Lqomj>

需完成線上表單及轉帳完成才算報名成功

報名成功後請留意您所留下的電子郵件地址

將會於三個工作天內收到報名成功確認信

現場報名者請提早到上色區排隊登記等待

### 五、聯絡方式：

官方信箱：[jantanataiwan@gmail.com](mailto:jantanataiwan@gmail.com)

聯絡人：梁詠喻

聯絡電話：0978002069

### 六、匯款資訊：

聯邦銀行代號 803

帳號 086100012591