

Hong Kong Climbing Park Limited

Hong Kong Climbing Park 全港中小學抱石賽 2026

目的：本賽事旨在於全港中學推廣攀石活動，藉着比賽作為學習平台，增進攀爬技術及從中領悟體育精神，從而共同推廣運動攀登，同時增進學校之間互動交流。

日期：2026 年 7 月 1 日（星期三）

時間：上午 9 時至下午 6 時

地點：Hong Kong Climbing Park 沙田店（香港沙田大涌橋路52號富豪花園二期商場2樓）

參賽資格：所有參賽學生必須在比賽期間仍就讀該校。

組別及名額：

組別	（年齡組別以出生年份計算）	出生年份	組別	名額：
男子	06 - 07 歲	2019-2020	男子 U7 組	120 人 (先到先得, 額滿即止)
	08 - 09 歲	2017-2018	男子 U9 組	
	10 - 11 歲	2015-2016	男子 U11 組	
	12 - 13 歲	2013-2014	男子 U13 組	
	14 - 15 歲	2011-2012	男子 U15 組	
	16 - 18 歲	2009-2010	男子 U18 組	
女子	06 - 07 歲	2019-2020	女子 U7 組	
	08 - 09 歲	2017-2018	女子 U9 組	
	10 - 11 歲	2015-2016	女子 U11 組	
	12 - 13 歲	2013-2014	女子 U13 組	
	14 - 15 歲	2011-2012	女子 U15 組	
	16 - 18 歲	2009-2010	女子 U18 組	

- 名額 120 人。（先到先得，額滿即止）
- 每名學生只可代表一間學校。每間學校於每個組別最多可填報 4 名學生。
- 請於報名表上按參賽之優先次序填寫參賽者姓名。如參加人數超出名額，參賽者名單之次序將以各校所填報之優先次序決定。
- 主辦單位有權按各組別實際報名情況調整各組名額，參賽學校或參加者不得異議。
- 費用：每場賽事每位 HK\$480
- 2026 年共設有兩場比賽，日子分別為：
抱石賽 2026 年 7 月 1 日（星期三）
難度賽 2026 年 7 月 5 日（星期日）

報名辦法及須知：

- 學校須由即日起至 2026 年 6 月 20 日期間（以郵戳日期為準）將填妥的報名表及活動聲明書，連同繳交報名費用的支票遞交或郵寄至 Hong Kong Climbing Park（地址：香港沙田大涌橋路52號富豪花園二期商場2樓）。支票抬頭請書「Hong Kong Climbing Park Limited」，支票背面必須清楚填上學校名稱（請以正楷填寫）。若主辦單位未能成功安排參加者參與本賽事，主辦單位將會發還有關繳費支票予申請的學校。
- 每位參加者必須填寫「全港中小學抱石賽 2026」活動聲明書，如未滿 18 歲之參加者則必須由家長或監護人簽署方可參加。
- 學校一經遞交報名名單，將不可更改參加者名單，已繳交的費用將不獲發還。
- 主辦單位將不會處理傳真、資料不全/錯誤或在截止日期後遞交的表格。
- 落選者恕不另行通知。

- f. 如各組別的報名人數不足6人，主辦單位有權將參加者撥入較年長或男女同組參賽或取消有關組別。若報名人數不足10人，不設決賽。
- g. 主辦單位將於收到學校報名申請後發出「確認電郵」，如學校於 2026 年 6 月 23 日下午 6 時前仍未收到主辦單位通知，請致電 3708 9075 與主辦單位職員聯絡；否則將無法處理學校的申請。
- h. 主辦單位不會發信通知各參加者有關參賽名單。名單將於 2026 年 6 月 24 日於主辦單位之 Facebook 及 Instagram 專頁公佈，請自行瀏覽 Hong Kong Climbing Park Facebook 專頁：<https://www.facebook.com/hkclimbingpark> 及 Instagram 專頁：<https://www.instagram.com/hkclimbingpark>。

參賽者須知：

- a. 參加者需穿著學校運動服及自行安排午膳。
- b. 參加者於比賽四天前不可進入比賽場地。
- c. 參加者須遵守比賽場地及賽會的規則。
- d. 賽事將主要以 IFSC 國際賽例 2022 為藍本。但比賽場次、時間及入圍人數，將依據參賽人數而有所更改，並以比賽當日裁判長之宣佈為準。

初賽賽制及規則：

- 賽員必須準時於報到處報到，屆時將會獲發一張計分紙，賽員須妥善保管，惟計分紙上計分資料全部由主辦單位填寫。
- 隔離區關閉前進入隔離區，否則會被取消比賽資格。
- 賽員須自備個人器材，包括攀石鞋、粉袋等。
- 初賽以 60分鐘的開放模式（Flash）為比賽形式，賽員可任意嘗試，以最好成績完成 10 條線路的前6名賽員將進入決賽。
- Flash = 無須隔離及不設指定出場序以排隊形式進行。
- 初賽比賽時間為 60分鐘，期間賽員攀爬次數不限，須於初賽完結前將計分紙交回報到處，否則當棄權論。
- 賽員在每次試攀前，必先將計分紙交予該線道裁判，並得到該線道裁判確認才可開始。
- 賽員可在同一時間輪候一條賽線，以裁判收取賽員計分紙次序為準。
- 如攀爬中途跌下，須重新排隊攀爬該線路。每條路線每次試攀不可多於兩分鐘。
- 每條賽線均有標示 Start Hold, Zone 及 End Hold。
- 初賽不設申索技術意外（Technical Incident）。
- 完成比賽後請將分卡交給計分裁判。
- 上述沒有列明的比賽規則以一般抱石賽例為依歸，惟主辦單位裁判長及主辦單位擁有最終解釋及決定權。

決賽賽制及規則：

- 根據初賽成績每個組別前 6 名賽員進入決賽。
- 賽員必須準時於報到處報到及於隔離區關閉前進入隔離區，否則會被取消比賽資格。
- 賽員在進入隔離區後，必須自行安排熱身。
- 決賽將以隔離形式進行。
- 隔離區內不可使用任何通訊設備，包括但不限於手提電話、手提電腦等。進入隔離區後不可與隔離區外人仕作任何方式的聯絡。如需離開隔離區，必須得到工作人員的同意。否則會被取消參賽資格。
- 所有賽員將准許作一次集體路線觀察，每條線路均有 2 分鐘觀察。

- 觀察路線時，賽員只可用手觸碰 Start Hold。
- 攀登路線觀察時間完畢後，賽員需重返隔離區。當被工作人員召喚到過渡區時，必須立即帶齊私人物品進入過渡區。如有遲誤，將會被裁判出示「黃牌」警告，再犯者將會被出示「紅牌」，取消參賽資格。
- 初賽獲較低分賽員先出賽，同分情況將以抽籤方式決定，選手都依序攀完 1 號線後，再依同樣順序進入下一條線路。
- 決賽每個組別各計 3 條賽線，攀爬時間為 3 分鐘，攀爬時間內可作無限次嘗試。
- 如有任何「技術意外」發生，賽員必須立即向賽事裁判提出對「技術意外」的要求，繼後對該「技術意外」的上訴將不獲受理。

計分方法：

1. 計算完攀路線數量。
2. 計算獲得 Zone 的數量。
3. 計算完攀路線數量總次數。
4. 計算獲得 Zone 的數量總次數。

獎 項：

- 所有參加者均可獲發出席證書以示鼓勵。
- 每組賽事均設冠、亞及季軍。參加人數不足 6 人或以下的組別，只設冠軍。

本章程如有未盡善之處，主辦單位有權隨時作出修訂，參加者不得異議。

查詢電話：3708 9075 (Hong Kong Climbing Park)

Hong Kong Climbing Park 全港中小學抱石賽 2026

《報名表》

學校名稱： _____ 學校簡稱： _____
領隊姓名： _____ 報名場次： 抱石賽 1/7 難度賽 5/7
電郵： _____
電話： _____ (學校) _____ (領隊手提)

組別	優先次序	男子組 參賽者姓名	出生年份	優先次序	女子組 參賽者姓名	出生年份
U7 6-7 歲 (2019-2020)	1			1		
	2			2		
	3			3		
	4			4		
U9 8-9 歲 (2017-2018)	1			1		
	2			2		
	3			3		
	4			4		
U11 10-11 歲 (2015-2016)	1			1		
	2			2		
	3			3		
	4			4		
U13 12-13 歲 (2013-2014)	1			1		
	2			2		
	3			3		
	4			4		
U15 14-15 歲 (2011-2012)	1			1		
	2			2		
	3			3		
	4			4		
U18 16-18 歲 (2008-2010)	1			1		
	2			2		
	3			3		
	4			4		

(注意：參加者必須填寫「Hong Kong Climbing Park 全港中小學抱石賽 2026 活動聲明書」，如未滿 18 歲的參加者則必須由家長或監護人簽署方可參加。)

個人資料

- 你提供的資料及身份證明文件只作主辦單位作報名、統計、日後聯絡、宣傳活動及當取消活動後處理退款時作核實身份之用。你提供的個人資料，除獲主辦單位授權的職員外，不會提供予其他人士。
- 若要求更正或索取你申報的個人資料，可與 Hong Kong Climbing Park 聯絡 (Tel : 3708 9075)。
- 你必須在本表格提供所需的個人資料，否則主辦單位可能無法處理你的申請。

活動聲明

校長／負責老師聲明上述所報資料一切屬實，所有參加者已獲家長／監護人或經家長／監護人授權者同意參加上述活動並已簽署上述聲明，以及各參加者並無任何疾病足以令他／她不宜參加上述活動。如申請人或各參加者因他／她的疏忽或健康或體能欠佳，而引致參加者於參加這項活動時傷亡，主辦單位則無須負責。

校長／負責老師簽署： _____ 日期： _____

學校印鑑

Hong Kong Climbing Park 全港中小學抱石賽 2026

活動聲明書

(如不敷應用，請自行影印)

聲明

就讀學校名稱：

【參加者聲明書】（十八歲以上參加者須填寫此聲明）

我聲明健康及體能良好，適宜參加是次比賽。如果我因疏忽或健康或體能欠佳，而引致於參加這項活動時傷亡，主辦單位則無須負責。

參加者簽署：_____ 電郵：_____ 電話：_____

參加者姓名：_____ 日期：_____

【家長/監護人聲明書】（十八歲以下參加者須由家長或監護人填寫此聲明）

本人聲明：_____（參加者姓名）的健康及體能良好，適宜參加是次比賽。如果參加者因疏忽或健康或體能欠佳，而引致於參加這項活動時傷亡，主辦單位則無須負責。

家長/監護人簽署：_____ 電郵：_____ 電話：_____

家長/監護人姓名：_____ 日期：_____

Hong Kong Climbing Park 全港中小學攀抱石賽 2026

活動聲明書

(如不敷應用，請自行影印)

聲明

就讀學校名稱：

【參加者聲明書】（十八歲以上參加者須填寫此聲明）

我聲明健康及體能良好，適宜參加是次比賽。如果我因疏忽或健康或體能欠佳，而引致於參加這項活動時傷亡，主辦單位則無須負責。

參加者簽署：_____ 電郵：_____ 電話：_____

參加者姓名：_____ 日期：_____

【家長/監護人聲明書】（十八歲以下參加者須由家長或監護人填寫此聲明）

本人聲明：_____（參加者姓名）的健康及體能良好，適宜參加是次比賽。如果參加者因疏忽或健康或體能欠佳，而引致於參加這項活動時傷亡，主辦單位則無須負責。

家長/監護人簽署：_____ 電郵：_____ 電話：_____

家長/監護人姓名：_____ 日期：_____