

中國香港冬泳總會 主辦

屯門體育會有限公司 九龍城區康樂體育促進會 協辦

全港兒童游泳錦標賽 2026

章程

本游泳比賽的主要目的是為了給剛學游泳的小飛魚參與正式游泳比賽的機會。

從而提昇小朋友對游泳的興趣和滿足感

日期： 2026 年 6 月 27 日 (星期六)

時間： 第一節: 9:00 - 12:00

第二節: 13:00- 16:00

不設熱身時間

地點： 天秀路游泳池 (主池)

費用： 每項港幣 150 元 (每人最多報三項)

(名額: 500 人)

截止日期： 2026 年 6 月 13 日 (星期六)

報名方法：**團體報名:**

寄電郵到 info.hkwsa@gmail.com 索取 Excel 報名表，

主旨請註明:

泳會名稱及索取「全港兒童游泳錦標賽 2026」報名表

由負責教練填寫團體 Excel 報名表，再回覆電郵

個人報名:

只限 6-8 歲 (Google Form 報名)

獎項： 1) 每項設冠、亞、季軍

2) 每位參賽者均有優異獎

3) 所有參賽者會獲派發參賽證書

規則： 1) 年齡以比賽當天計算

2) 所有項目不設決賽，以比賽成績定名次

查詢： 如有任何查詢，請電郵到 info.hkwsa@gmail.com

中國香港冬泳總會 主辦

屯門體育會有限公司 九龍城區康樂體育促進會 協辦

全港兒童游泳錦標賽 2026 (第一節)

日期: 2026 年 6 月 27 日 (星期六) 地點: 天秀路游泳池 時間: 0900- 1200

(第一節) 7-8 歲組			
女子	年齡	項目	男子
1	7 歲	50 米持板自由腳	2
3	8 歲	50 米持板自由腳	4
5	7 歲	50 米持板蛙泳腳	6
7	8 歲	50 米持板蛙泳腳	8
9	7 歲	50 米自由泳	10
11	8 歲	50 米自由泳	12
13	7 歲	50 米蛙泳	14
15	8 歲	50 米蛙泳	16
17	7 歲	50 米背泳	18
19	8 歲	50 米背泳	20
21	7 歲	50 米蝶泳	22
23	8 歲	50 米蝶泳	24

中國香港冬泳總會 主辦

屯門體育會有限公司 九龍城區康樂體育促進會 協辦

全港兒童游泳錦標賽 2026 (第二節)

日期: 2026 年 6 月 27 日 (星期六) 地點: 天秀路游泳池 時間: 1300- 1600

(第二節) 4-6 歲組			
女子	年齡	項目	男子
25	6 歲	25 米蝶泳	26
27	6 歲	25 米持板自由腳	28
29	5 歲	25 米持板自由腳	30
31	4 歲	25 米持板自由腳	32
33	6 歲	25 米持板蛙泳腳	34
35	5 歲	25 米持板蛙泳腳	36
37	4 歲	25 米持板蛙泳腳	38
39	6 歲	25 米背泳腳	40
41	5 歲	25 米背泳腳	42
43	4 歲	25 米背泳腳	44
45	6 歲	25 米自由泳	46
47	5 歲	25 米自由泳	48
49	4 歲	25 米自由泳	50
51	6 歲	25 米蛙泳	52
53	5 歲	25 米蛙泳	54
55	4 歲	25 米蛙泳	56
57	6 歲	25 米背泳	58
59	5 歲	25 米背泳	60

全港兒童游泳錦標賽 2026 簡易規則

- 出發 (自由泳、蛙泳、蝶泳) :** 總裁判吹短哨子時，泳員除去衣物 (除泳裝外) 並站在出發台旁或後方；總裁判吹長哨時，泳員站上出發台 (亦可站低台或進入水中出發，水中出發者必須單手握出發台下扶手桿。特此提示，低台及進入水中出發，只適用於全港兒童游泳錦標賽 2026，公開賽必須站上出發台，否則犯規。)，發令員在所有泳員進入出發位置後，呼叫 (Take your marks)，待全體參賽者進入靜止狀態，就會鳴槍出發。

背泳出發是由水中出發 : 總裁判吹短哨時，泳員除去衣物 (除泳裝外) 並站在出發台旁或後方；總裁判吹第一次長哨時，泳員進入水中；總裁判吹第二次長哨時，泳員必須雙手扶手桿，並面向池壁。發令員在所有泳員進入出發位置後，呼叫 (Take your marks)，待全體參賽者進入靜止狀態，就會鳴槍出發。

持板打腿賽: (自由泳打腿、蛙泳打腿) 泳員必須水中出發單手握池邊另一隻手捉緊浮板，必須使用大會提供之浮板，泳員雙手必須捉緊浮板上方正至浮板觸壁後方視作完成比賽。雙手/單手未有捉緊浮板均視為犯規。

背泳打腿賽: 泳員雙手必須放於大腿兩旁，直到比賽完成，終點會放置浮板以頭觸碰浮板方視作完成比賽。
- 泳裝：男女子泳裝必須符合泳池管理當局對泳裝要求規格，而不會執行公開比賽的要求(特別提示，公開比賽會有泳裝規格，男子泳褲上不過腰，下不過膝。女子要求一件頭，上不包頸、不過肩，下不過膝。詳細規則可閱覽世界泳聯(World Aquatics) 網站。)
- 蛙泳規則：可以在第一次蛙式腳前做一次蝶泳打腿，第二次蛙泳划手至最開處頭部須破出水面，然後以先一次划手後一次蹬腿順序進行，連續兩次划手或兩次蹬蛙腳均為犯規；到終點或轉身必須兩手同時觸池。
- 蝶泳規則：蝶泳腳不能上下交替動作或蹬蛙腳，雙手需同時同水平在水面向前移動，到終點或轉身必須兩手同時觸池。
- 背泳規則：出發後必須背向池底，全程身體滾動不可至 90 度或以上，可身體任何部分觸池。
- 25 米賽事會安排工作人員伴隨，以策安全。
- 賽事會根據情況不按組別合併同一項目比賽，成績將按照參加者本身組別計算，參加者不得異議。
- 如欲了解更多游泳比賽規例,可在世界泳聯(World Aquatics) 網站閱覽。
<https://www.worldaquatics.com/>

全港兒童游泳錦標賽 2026 簡易規則

1. 4-6 歲組別每位參賽者可獲派一張進入池面准許證，供家長陪同參賽者進入召集區。惟必須遵守泳池規制及穿著拖鞋進入泳池池面範圍，如不遵守，本會工作人員有權收回進入池面准許證及請該人士離開泳池池面範圍。進入池面範圍必須持有進入池面准許證，其他人士請在看台欣賞賽事。
2. **出發 (自由泳、蛙泳、蝶泳)：**總裁判吹短哨子時，泳員除去衣物 (除泳裝外) 並站在出發台旁或後方；總裁判吹長哨時，泳員站上出發台 (亦可站低台或進入水中出發，水中出發者必須單手握出發台下扶手桿。特此提示，低台及進入水中出發，只適用於全港兒童游泳錦標賽 2026，公開賽必須站上出發台，否則犯規。)，發令員在所有泳員進入出發位置後，呼叫 (Take your marks)，待全體參賽者進入靜止狀態，就會鳴槍出發。
背泳出發是由水中出發：總裁判吹短哨時，泳員除去衣物 (除泳裝外) 並站在出發台旁或後方；總裁判吹第一次長哨時，泳員進入水中；總裁判吹第二次長哨時，泳員必須雙手扶手桿，並面向池壁。發令員在所有泳員進入出發位置後，呼叫 (Take your marks)，待全體參賽者進入靜止狀態，就會鳴槍出發。
持板打腿賽：(自由泳打腿、蛙泳打腿) 泳員必須水中出發單手握池邊另一隻手捉緊浮板，必須使用大會提供之浮板，泳員雙手必須捉緊浮板上方向直至浮板觸壁後方視作完成比賽。雙手/單手未有捉緊浮板均視為犯規。
背泳打腿賽：泳員雙手必須放於大腿兩旁，直到比賽完成，終點會放置浮板以頭觸碰浮板方視作完成比賽。
3. 泳裝：男女子泳裝必須符合泳池管理當局對泳裝要求規格，而不會執行公開比賽的要求(特別提示，公開比賽會有泳裝規格，男子泳褲上不過腰，下不過膝。女子要求一件頭，上不包頸、不過肩，下不過膝。詳細規則可閱覽世界泳聯(World Aquatics) 網站。)
4. 蛙泳規則：可以在第一次蛙式腳前做一次蝶泳打腿，第二次蛙泳划手至最開處頭部須破出水面，然後以先一次划手後一次蹬腿順序進行，連續兩次划手或兩次蹬蛙腳均為犯規；到終點或轉身必須兩手同時觸池。
5. 蝶泳規則：蝶泳腳不能上下交替動作或蹬蛙腳，雙手需同時同水平在水面向前移動，到終點或轉身必須兩手同時觸池。
6. 背泳規則：出發後必須背向池底，全程身體滾動不可至 90 度或以上，可身體任何部分觸池。
7. 25 米賽事會安排工作人員伴隨，以策安全。
8. 賽事會根據情況不按組別合併同一項目比賽，成績將按照參加者本身組別計算，參加者不得異議。
9. 如欲了解更多游泳比賽規例,可在世界泳聯(World Aquatics) 網站閱覽。
<https://www.worldaquatics.com/>