



HKRSA

Hong Kong Rope Skipping Association, China | Since 1997

中國香港跳繩總會

中國香港跳繩代表隊入選準則 2025

由中國香港跳繩總會主辦，康樂及文化事務署資助「全港精英跳繩比賽 2025 暨 香港代表隊選拔賽」將於2025年 1-2月期間舉行。本會根據國際跳繩聯合會（International Jump Rope Union）所訂立的跳繩比賽規則，擬訂一套規則適合於香港進行比賽。是次參賽成績優異的運動員將有機會被挑選加入中國香港跳繩總會之中國香港跳繩代表隊進行訓練，為2025年7月26-8月3日於日本川崎市舉行的世界跳繩錦標賽 2025 作準備。中國香港跳繩代表隊入選準則如下

第一部份：個人賽及團體賽入選準則

個人賽 項目	JWC & WC		IOT
	總成績	單項	單項
單人繩速度跳比賽 (30 秒)	總成績首三名	撇除總成績首三名， 最高名次的兩位	撇除總成績首三名， 最高名次第三第四高的兩位
單人繩速度耐力跳比賽 (180 秒)			
單人繩個人花式比賽 (75 秒)	-	-	撇除總成績首三名， 最高名次的兩位
單人繩三重耐力跳比賽	-	最高名次的五位	撇除最高名次的五位， 最高名次的兩位

JWC：世界青少年跳繩錦標賽（Junior World Championships）

WC：世界跳繩錦標賽（World Championships）

IOT：國際跳繩公開賽（International Open Tournament）

單人繩三重耐力跳比賽不設 12-15 歲組別

團體賽 項目	JWC & WC		IOT
	總成績	單項	單項
單人繩四人速度跳接力比賽 (4x 30 秒)	總成績首三名	撇除總成績首三名， 最高名次的兩名	撇除總成績首三名， 最高名次第三第四高的兩名
交互繩四人速度跳接力比賽 (4x 30 秒)			
團體四人單人繩花式比賽 (75 秒)			
團體四人交互繩花式比賽 (75 秒)	-	-	撇除總成績首三名， 最高名次的兩名
單人繩二人二重跳接力比賽(2x 30 秒)	-	最高名次的首三名	最高名次第四第五高的兩名
交互繩單人速度比賽 (60 秒)			
團體二人單人繩花式比賽 (75 秒)		最高名次的首三名	最高名次第四第五高的兩名
團體三人交互繩花式比賽 (75 秒)			
團體二人車輪跳比賽 (75 秒)			

JWC：世界青少年跳繩錦標賽（Junior World Championships）

WC：世界跳繩錦標賽（World Championships）

IOT：國際跳繩公開賽（International Open Tournament）

Address: Workshop F on 11/F, Leapont Centre, Nos. 18-28 Wo Liu Hang Road, Shatin, N.T.

地址: 新界火炭禾寮坑路 18-28 號聯邦中心 11 樓 F 室

電話Tel: 9464 9757 電郵Email: info@hkropeskiping.org 網頁Website: www.hkropeskiping.org



HKRSA

Hong Kong Rope Skipping Association, China | Since 1997

中國香港跳繩總會

個人賽事及年齡組別	
賽事	年齡組別
世界青少年跳繩錦標賽 (Junior World Championships, JWC)	12-15 歲
國際跳繩公開賽 (International Open Tournament, IOT)	12-15 歲 / 16-18歲 / 19歲或以上 及 30歲或上
團體賽事及年齡組別	
世界跳繩錦標賽 (World Championships, WC)	16歲或以上
國際跳繩公開賽 (International Open Tournament, IOT)	12-15 歲 / 16-18歲 / 19歲或以上 及 30歲或上

1. 個人賽及團體賽入選準則備註 (適用於所有性別分組)

- 1.1 若排名較前的運動員或隊伍決定不加入中國香港跳繩代表隊，其排名較後的運動員或隊伍可順序替補。
- 1.2 16歲或以上同一性別 (或分組) 組別，將會重新排名所有比賽項目總成績
- 1.3 撇除總成績頭三名後，如出現成績相同者或隊伍並影響其入選次序和賽事代表，運動員必須出席2025年2月9日的全港精英跳繩比賽2025暨中國香港代表隊選拔賽進行第二輪選拔，第二輪選拔的成績只會影響原本成績相同者或隊伍的排名，未能出席的運動員或隊伍即當作缺席棄權論。

第二部份：表演盃入選準則

1. 全港精英跳繩比賽 (表演盃) 2025之公開組冠軍隊伍可獲選參加世界表演盃錦標賽。
2. 若排名較前的隊伍決定不加入中國香港跳繩代表隊，其排名較後的隊伍可順序替補。(只考慮於全港精英跳繩比賽 (表演盃) 2025 中，表演盃排名為第一至第二名的隊伍)
3. 入選參加賽事分組安排如下：

公開組表演盃	
各組總成績比較後	賽事分組
第一名	世界跳繩錦標賽(World Championships, WC)
其排名較後的隊伍可順序替補	



HKRSA

Hong Kong Rope Skipping Association, China | Since 1997

中國香港跳繩總會

第三部份：Double Dutch Contest World (DDCW 2025) 入選準則

入選參加賽事分組安排如下：

交互繩單人速度比賽		
賽事	入選名次	賽事分組
世界青少年跳繩錦標賽 (Junior World Championships, JWC)	首五名	交互繩單人速度比賽 (DDCW 2025)
世界跳繩錦標賽 (World Championships, WC)	首五名	

交互繩花式比賽及 1 on 1 Battle 賽		
賽事	入選名次	賽事分組
世界青少年跳繩錦標賽 (Junior World Championships, JWC)	首五名	交互繩花式比賽 (DDCW 2025)
世界跳繩錦標賽 (World Championships, WC)	首五名	

1. 若排名較前的隊伍決定不加入中國香港跳繩代表隊，其排名較後的隊伍可順序替補。
2. 參賽資格將依照國際跳繩聯合會 (IJRU) 所訂立的世界跳繩錦標賽 2025 及國際交互繩比賽執行委員會 (DOUBLE DUTCH CONTEST Executive Committee) 所訂立的國際交互繩世界錦標賽 2025 之準則。國際跳繩聯合會 (IJRU) 或有機會容後再次更新參賽資格或資料。而中國香港代表隊入選名單將採用由本會公佈日期或更新日期起前一星期之國際版本為準則。)

* 如有任何爭議，本會保留最終決定權 *

2025 年 1 月 12 日修訂