



全港學界跳繩比賽2019  
中學組

30秒繩高跳			
Rank	Name	School	Result
1	朱錦強	蔣經國紀念中學	103
2	LAW KEI FUNG MACCOR	蔣經國紀念中學	100
3	羅子輝	東華三院黃埔南中	99
4	呂怡樂	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)	96
4	LEUNG YUN SAN	聖方濟書院	96
6	蔡家豪	蔣經國紀念中學	92
7	陳小輝	伊利亞沙中學校衛生會中學	88
7	黃尚賢	廣善書院中學	88
9	方文強	香港道教聯合會碧山學校(中學部)	81
10	杜世傑	香港道教聯合會碧山學校(中學部)	74
10	鄧國強	聖方濟書院	74
12	陳志輝	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)	73
13	李錦正	聖方濟書院	66
14	陳志強	伊利亞沙中學校衛生會中學	61
15	李錦強	廣善書院中學	57
16	李卓凡	宣道會陳永基紀念中學	54
17	梁加強	聖方濟書院	52
18	林浩文	蔣經國紀念中學	46
18	李國強	屯門聖方濟中學	46
20	吳家強	博愛醫院八十週年紀念書院	44
20	王健強	博愛醫院八十週年紀念書院	44
-	李梓豪	佛教文華紀念中學	ABS

30秒繩高跳			
Rank	Name	School	Result
1	何俊賢	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)A	95
1	馮偉倫	聖方濟書院	95
3	曹卓堯	蔣經國紀念中學	94.5
4	李錦強	聖方濟書院	92
4	黃家強	聖方濟書院	92
6	陳紀輝	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)B	86
7	陳文軒	寶血會上智英文書院	86
7	尹浩強	伊利亞沙中學校衛生會中學	86
9	李卓強	寶血會上智英文書院	82
10	曹卓堯	聖方濟書院	78
10	陳志輝	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)A	78
12	李卓強	屯門聖方濟中學	73
13	高錫強	博愛醫院八十週年紀念書院	70
14	陳紀輝	聖方濟書院	68
15	鄧國強	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)B	67
16	陳紀輝	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)A	63.5
17	鄧國強	真光女書院	63
18	黃家強	真光女書院	62
18	黃錫強	蔣經國紀念中學	62
20	陳紀輝	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)A	48
21	何家強	屯門聖方濟中學	48
22	陳紀輝	屯門聖方濟中學	42
23	陳紀輝	蔣經國紀念中學	41.5
24	陳紀輝	廣善書院中學	41
25	陳紀輝	蔣經國紀念中學	39
26	黃錫強	蔣經國紀念中學	37
26	陳紀輝	蔣經國紀念中學	37
28	蔡子怡	聖方濟書院	35
29	陳紀輝	屯門聖方濟中學	32
30	李國強	屯門聖方濟中學	30
31	李國強	佛教文華紀念中學	29.5
32	陳紀輝	博愛醫院八十週年紀念書院	28

30秒繩高跳			
Rank	Name	School	Result
1	鄧國強 & 李錦強	仁濟醫院次位紀念中學#1	170
2	陳紀輝 & 鄧國強	田家炳中學#2	167
3	吳天中 & 李心怡	聖高年(九龍)中學	166
4	鄭志強 & 林嘉強	新生命教育協會聖方濟書院	163
5	鄧國強 & 李錦強	蔣經國紀念中學#1	161
6	江俊傑 & 李煥強	廣善書院中學#1	157.5
7	陳紀輝 & 鄧國強	廣善書院中學#2	154
8	李卓強 & 李卓強	長洲官立中學#1	149
9	高錫強 & 李卓強	聖方濟書院	147
10	鄧國強 & 李錦強	香港仔浸信會呂明才書院#1	134
11	何子輝 & 鄧國強	蔣經國紀念中學#2	125
12	鄧國強 & 李錦強	蔣經國紀念中學#1	124
13	高錫強 & 李卓強	仁濟醫院次位紀念中學#2	118
14	鄧國強 & 李卓強	香港仔浸信會呂明才書院#2	112
15	高錫強 & 李卓強	宣道會陳永基紀念中學#1	111
16	鄧國強 & 李卓強	長洲官立中學#2	111
17	李卓強 & 李卓強	蔣經國紀念中學#2	107
18	鄧國強 & 李卓強	蔣經國紀念中學#1	103
19	鄧國強 & 李卓強	聖高年(九龍)中學	98
20	李卓強 & 李卓強	宣道會陳永基紀念中學#2	91
21	鄧國強 & 李卓強	蔣經國紀念中學#1	81.5
22	陳紀輝 & 林嘉強	蔣經國紀念中學#1	87

30秒二繩高			
Rank	Name	School	Result
1	KWONG DIK ADISON	蔣經國紀念中學	73
2	林山	宣道會陳永基紀念中學	79
3	陳紀輝	聖方濟書院	77
3	CHAM CHUN HEI	聖方濟書院	77
5	吳家強	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)	75
6	陳紀輝	聖方濟書院	74
6	陳紀輝	香港道教聯合會碧山學校(中學部)	74
8	陳紀輝	伊利亞沙中學校衛生會中學	69
9	陳紀輝	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)	67
10	陳紀輝	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)	66
11	陳紀輝	蔣經國紀念中學	66
12	李卓強	廣善書院中學	62.5
13	陳紀輝	蔣經國紀念中學	56
14	王以勤	宣道會陳永基紀念中學	49
15	陳紀輝	廣善書院中學	39
16	陳紀輝	蔣經國紀念中學	31
16	陳紀輝	香港道教聯合會碧山學校(中學部)	31
18	吳家強	博愛醫院八十週年紀念書院	12
19	陳紀輝	博愛醫院八十週年紀念書院	4
-	李梓豪	佛教文華紀念中學	ABS

30秒二繩高			
Rank	Name	School	Result
1	鄧國強	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)A	82
2	李錦強	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)A	82
3	鄧國強	蔣經國紀念中學	77.5
4	鄧國強	聖方濟書院	76
5	鄧國強	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)B	73.5
6	鄧國強	聖方濟書院	73
7	李卓強	聖方濟書院	68
8	黃錫強	寶血會上智英文書院	67
9	鄧國強	聖方濟書院	63
11	李卓強	屯門聖方濟中學	61
12	鄧國強	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)B	60
13	李卓強	聖方濟書院	57
14	李卓強	蔣經國紀念中學	57
15	鄧國強	屯門聖方濟中學	54.5
16	黃錫強	屯門聖方濟中學	54
17	陳紀輝	伊利亞沙中學校衛生會中學	47.5
17	李卓強	屯門聖方濟中學	47
19	鄧國強	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)A	49
20	黃錫強	伊利亞沙中學校衛生會中學	48
21	屯門聖方濟中學	屯門聖方濟中學	42
22	陳紀輝	廣善書院中學	41
23	鄧國強	蔣經國紀念中學	40
24	鄧國強	蔣經國紀念中學	38
25	林鈞強	蔣經國紀念中學	33
26	黃錫強	佛教文華紀念中學	30
27	黃錫強	博愛醫院八十週年紀念書院	28
28	鄧國強	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)A	28
29	鄧國強	真光女書院	19
30	鄧國強	佛教文華紀念中學	10
-	鄧國強	博愛醫院八十週年紀念書院	ABS

30秒二繩高			
Rank	Name	School	Result
1	鄧國強 & 李卓強	廣善書院中學#1	132
2	陳紀輝 & 李卓強	聖高年(九龍)中學	137
3	鄧國強 & 李卓強	田家炳中學#1	136
4	高錫強 & 李卓強	仁濟醫院次位紀念中學#1	132
5	李卓強 & 李卓強	聖方濟書院	130
6	鄧國強 & 李卓強	長洲官立中學#1	123
6	鄧國強 & 李卓強	長洲官立中學#2	123
8	鄧國強 & 李卓強	聖高年(九龍)中學	116
9	高錫強 & 李卓強	蔣經國紀念中學#1	115
10	鄧國強 & 李卓強	蔣經國紀念中學#2	112
11	鄧國強 & 李卓強	仁濟醫院次位紀念中學#2	109
12	鄧國強 & 李卓強	蔣經國紀念中學#1	108
13	高錫強 & 李卓強	聖高年(九龍)中學	104
14	林鈞強 & 李卓強	蔣經國紀念中學#2	100.5
15	鄧國強 & 李卓強	田家炳中學#2	91
16	鄧國強 & 李卓強	廣善書院中學#1	76
17	鄧國強 & 李卓強	香港仔浸信會呂明才書院#2	68
18	鄧國強 & 李卓強	宣道會陳永基紀念中學	49
19	Annam Sirigi & 鄧國強	蔣經國紀念中學#2	48

2分鐘繩力舞			
Rank	Name	School	Result
1	朱錦強	蔣經國紀念中學	344.5
2	LEUNG YUN SAN	蔣經國紀念中學	338
3	鄧國強	聖方濟書院	296.5
4	鄧國強	東華三院黃埔南中	294.5
5	鄧國強	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)	282
6	WONG CHI HEI MARCO	聖方濟書院	270
7	陳紀輝	蔣經國紀念中學	246
8	陳紀輝	伊利亞沙中學校衛生會中學	234
10	方文強	香港道教聯合會碧山學校(中學部)	232
11	黃錫強	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)	229
12	陳紀輝	宣道會陳永基紀念中學	209
13	陳紀輝	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)	204
14	陳紀輝	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)	201
15	黃錫強	香港道教聯合會碧山學校(中學部)	200
16	陳紀輝	廣善書院中學	184
17	李卓強	廣善書院中學	176.5
18	陳紀輝	博愛醫院八十週年紀念書院	123
19	陳紀輝	博愛醫院八十週年紀念書院	66.5

2分鐘繩力舞			
Rank	Name	School	Result
1	李卓強	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)A	323
2	沙錫強	聖方濟書院	318
3	李卓強	聖方濟書院	309.5
4	黃錫強	聖方濟書院	305
5	陳紀輝	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)A	297
6	黃錫強	聖方濟書院	279
7	陳紀輝	聖方濟書院	270
8	陳紀輝	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)B	269
9	陳紀輝	寶血會上智英文書院	267.5
10	鄧國強	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)B	256.5
11	陳紀輝	伊利亞沙中學校衛生會中學	247.5
12	陳紀輝	博愛醫院八十週年紀念書院	236
13	鄧國強	伊利亞沙中學校衛生會中學	232
14	鄧國強	寶血會上智英文書院	231.5
15	陳紀輝	聖方濟書院	211.5
16	陳紀輝	寶血會上智英文書院	210
17	高錫強	真光女書院	195
18	鄧國強	屯門聖方濟中學	182
19	鄧國強	廣善書院中學	183
20	林鈞強	博愛醫院八十週年紀念書院	180
21	鄧國強	屯門聖方濟中學	178
22	鄧國強	蔣經國紀念中學	179
23	林鈞強	真光女書院	169.5
24	陳紀輝	蔣經國紀念中學	162
25	鄧國強	屯門聖方濟中學	158
26	方文強	廣善書院中學	151
27	鄧國強	蔣經國紀念中學	143.5
28	鄧國強	佛教文華紀念中學	130
29	鄧國強	佛教文華紀念中學	107
30	林鈞強	屯門聖方濟中學	93
-	鄧國強	博愛醫院八十週年紀念書院	ABS

2分鐘繩力舞			
Rank	Name	School	Result
1	李卓強 & 李心怡	聖高年(九龍)中學	561
2	鄧國強 & 李卓強	廣善書院中學#1	549
3	李卓強 & 李卓強	香港仔浸信會呂明才書院#1	545.5
4	陳紀輝 & 李卓強	長洲官立中學#1	517.5
5	鄧國強 & 李卓強	廣善書院中學#2	443.5
6	鄧國強 & 李卓強	田家炳中學#1	438.5
7	高錫強 & 李卓強	長洲官立中學#2	437
8	陳紀輝 & 鄧國強	田家炳中學#2	436.5
9	鄧國強 & 李卓強	仁濟醫院次位紀念中學#2	410
10	鄧國強 & 李卓強	蔣經國紀念中學#1	385
11	鄧國強 & 李卓強	仁濟醫院次位紀念中學#1	370
12	鄧國強 & 李卓強	蔣經國紀念中學#2	343
13	鄧國強 & 李卓強	蔣經國紀念中學#1	340
14	鄧國強 & 李卓強	聖高年(九龍)中學	337.5
15	鄧國強 & 李卓強	香港仔浸信會呂明才書院#2	319.5
16	鄧國強 & 李卓強	蔣經國紀念中學#1	311
17	鄧國強 & 李卓強	宣道會陳永基紀念中學	310
18	鄧國強 & 李卓強	宣道會陳永基紀念中學#1	308.5
19	鄧國強 & 李卓強	聖高年(九龍)中學	210.5

1分鐘個人大綱		
Rank	School	Result
1	香港道教聯合會碧山學校(中學部)	171
2	蔣經國紀念中學	130
3	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)	130
4	宣道會陳永基紀念中學	127
5	伊利亞沙中學校衛生會中學	116.5
6	聖方濟書院	102
7	蔣經國紀念中學	83
8	廣善書院中學	55
9	蔣經國紀念中學	48
10	博愛醫院八十週年紀念書院	17

1分鐘個人大綱		
Rank	School	Result
1	寶血會上智英文書院	166
2	聖方濟書院	146
3	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)B	139
4	廣善書院中學	137
5	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)A	136
6	伊利亞沙中學校衛生會中學	135
7	聖方濟書院	96
8	真光女書院	83.5
9	聖方濟書院	77
10	屯門聖方濟中學	76.5
11	蔣經國紀念中學	68.5
12	蔣經國紀念中學	48
13	屯門聖方濟中學	23
-	博愛醫院八十週年紀念書院	ABS

1分鐘個人大綱		
Rank	School	Result
1	廣善書院中學	151
2	廣善書院中學	136
3	仁濟醫院次位紀念中學	130
4	蔣經國紀念中學	102
5	宣道會陳永基紀念中學	96
6	聖高年(九龍)中學	71
7	香港仔浸信會呂明才書院	52
8	蔣經國紀念中學	45
9	蔣經國紀念中學	40
10	宣道會陳永基紀念中學	26
-	聖高年(九龍)中學	ABS

40秒個人大綱			
Rank	School	Result	
1	蔣經國紀念中學	158.5	
2	蔣經國紀念中學	138.5	
3	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)	126	
4	香港道教聯合會碧山學校(中學部)	103	
5	伊利亞沙中學校衛生會中學	96	
6	宣道會陳永基紀念中學	78	
7	聖方濟書院	62	
8	廣善書院中學	47	
9	博愛醫院八十週年紀念書院	16	

40秒個人大綱			
Rank	School	Result	
1	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)A	164.5	
2	香港華人基督教聯會真道書院(中學部)B	136	
3	真光女書院	102	
4	聖方濟書院	101	
5	寶血會上智英文書院	84	
6	蔣經國紀念中學	63	
7	蔣經國紀念中學	59	
8	聖方濟書院	58	
9	伊利亞沙中學校衛生會中學		