津体发〔2021〕20号

重庆市江津区体育局

关于举行2021年重庆市江津区“1分钟跳绳”线上挑战赛的通知

各有关单位及个人：

为迎接第十三个“全民健身日”，落实全民健身国家战略和《全民健身条例》，推动“活力江津·魅力之城”建设，引导广大市民在常态化疫情防控期间坚持科学健身，通过参加多种形式的体育活动，一方面提高其免疫力，同时又丰富其精神文化生活，增强群众对体育的获得感和幸福感。经研究，定于2021年8月举行2021年重庆市江津区“1分钟跳绳”线上挑战赛。现将规程印发你们，请积极参与。

附件：2021重庆市江津区“1分钟跳绳”线上挑战赛

竞赛规程

重庆市江津区体育局

2021年8月5日

附件

2021年重庆市江津区“1分钟跳绳”

线上挑战赛竞赛规程

一、主办单位

重庆市江津区体育局

二、承办单位

重庆市江津区体育总会

三、活动目的

引导大众常态化疫情防控期间坚持科学健身，提高免疫力，培养健康生活方式和习惯，文明其精神，野蛮其体魄。

四、比赛日期

上传视频：8月6日—8月11日

成绩统计：8月12日

成绩公布：8月13日

五、项目及组别设置

1.单摇跳：少年组、青年组、成年A组、成年B组

2.双人单摇跳：不分组别

六、年龄分组

少年组：7—12岁

青年组：13—18岁

成年A组：19—45岁

成年B组：46—65岁

**注：年龄计算以8月6日为界限。比如8月6日当天未满12岁，就应该参加少年组比赛，当天满12岁，就只能参加青年组比赛（以身份证为准）。**

七、参赛办法

接受社会公开报名，所有参赛者必须身体健康且适合参加本项运动。

八、参赛要求

（一）上传的视频须本人居家或室外（室外应按照当地疫情防控工作要求做好防护措施）。

（二）参赛者须穿着适合本项目的运动服、运动鞋。

九、竞赛规则

（一）单摇跳：运动员1名，绳跃过头顶通过脚下绕身体一周（360°），计次数1次，在规定时间内累积计数，个数多者名次列前。

（二）双人单摇跳：运动员2名（1名运动员持绳并摇绳）两人同时跳起1次，绳跃过两人头顶通过脚下绕身体一周（360°），计次数1次，在规定时间内累积计数，个数多者名次列前。

（三）比赛时间为1分钟，运动员需连贯完成，录制视频中要有明显的“开始”和“结束”口令，拍摄视频中途不可剪辑，上传的视频总时间不超过1分15秒。

（四）一人可以参加2个项目的比赛。

十、器材

本次比赛可自备跳绳，不限规格品牌。

十一、录取名次与奖励

各组别分别录取前八名颁发获奖证书、奖品。如果报名人数少于八人，则递减录取。录取名次不能超过比赛人员的三分之二。

获奖名单将于8月13日在“江津体育”微信公众号进行公布。

请获奖人员于8月18日、19日上班时间内到体育局211办公室领取证书、奖品，逾期不领取者作为自动放弃获奖资格。

十二、报名

参赛者请于8月11日下午6点前将视频上传至邮箱732281157@qq.com，联系电话：18580971615。报名后请电话确认，逾期上传则不计成绩。上传视频时请备注：姓名、性别、身份证号码、参赛组别、个数、联系方式。

十三、裁判员由组委会统一选派。

十四、未尽事宜，另行通知。

重庆市江津区体育局办公室 2021年8月6日印发