附件2:

**比赛规则**

一、100M障碍接力跑

（一）参赛人数

每队10人，5男5女。

（二）比赛规则

1、比赛为一次性决赛，在直线距离为100米的跑道上，采取每组三个队，分组和迎面接力的方式进行比赛。

2、比赛开始前，参赛队员分别立于跑道两端，每端5人（起点5人、终点5人）成一路纵队排列，队员出场顺序自行安排。起点端第一名起跑队员和对面第一名接力队员站在端线前。裁判发令后，起点端第一名队员沿跑道跑向赛道对面，到达终点时用手碰触到对面第一名队员后方可出发，以此类推，直至最后一名队员冲过终点线为计时停止，用时最少的队名次列前。

3、比赛时每名队员依次完成“跨栏、绕桩蛇形跑（3个桩，间隔2米）、钻栏、跨栏”环节后到达终点时用手碰触到对面第一名队员,对面第一名队员以同样的方式跑向对面。

4、在比赛过程中每队队员交接时不可越过起跑线。越过一次加时2秒/次；每名队员比赛时必须按照规定完成4项障碍，如果少完成一项则加时5秒/项。

二、快乐呼啦圈

（一）参赛人数

每队8人，4男4女。

（二）比赛规则

1、比赛为一次性决赛，采取每组五个队，分组的方式进行比赛。比赛开始前，参赛队员排成一横排手拉手立于比赛场地（男女顺序不限），共传递5个呼啦圈。

2、裁判发令后，每队左侧的第一名队员拿起放在地上的呼啦圈，通过上下肢的配合，将呼啦圈穿过自己的身体，到达另一只手，传给第二名队员，以此类推，使5个呼啦圈依次全部穿过八名队员身体。直至最后1个呼啦圈通过最后一名队员身体，落与地面后为计时停止，用时最少的队名次列前。

3、呼啦圈传递过程中，参赛队员不得将手分开，传递中每名队员身上只允许传递一个呼啦圈，如出现队员将手分开或传递多个呼啦圈，则加时5秒。

三、咕咕鸡

（一）参赛人数

每队10人，5男5女。

（二）比赛规则

1、比赛为一次性决赛，距离为30米，采取每组四个队，分组的方式进行比赛。比赛开始前，参赛队员分别立于赛道两端，每端5人（起点5人、终点5人），队员出场顺序自行安排，起点端的5名队员需提前立于道具内做好准备。

2、裁判发令后，参赛人员通过协调配合在跑道上行进，到达对面交接点，使道具完全通过交接线并调头方可交给另外5名队员，交接后需将道具重新置于交接线按同样的方式返回。到达终点线以道具最前沿接触终点线所在的垂直平面为计时停止，用时少者名次列前。

3、比赛过程中，立于道具内的参赛人员须始终保持在道具内，行进过程道具不得偏离本组赛道，双手及身体不能脱离道具，到达交接点须调头后方能交给另外5名队员，如出现参赛人员脱离道具、道具偏离赛道则加时5秒/次，如未调头，须调头后再进行交换。

四、协力竞走

（一）参赛人数

每队12人，6男6女。

（二）比赛规则

1、比赛为一次性决赛，距离为30米，采取每组五个队，分组的方式进行比赛。比赛开始前, 参赛队员分别立于赛道两端，每端6人（起点6人、终点6人），队员出场顺序自行安排，起点端的6名队员需提前将双脚固定在道具上立于起跑线（第一名队员握住安全把手，后面的队员将手依次扶在前方队员的肩部）。

2、裁判发令后，参赛人员通过协调配合在跑道上行进，到达对面交接点，使道具完全通过交接线后方可交给另外6名队员，交接后需将道具重新置于交接线按同样的方式返回。到达终点线以道具最前沿接触终点线所在的垂直平面为计时停止，用时少者名次列前。

3、比赛过程中，立于道具内的参赛人员须始终保持在道具内，行进过程道具不得偏离本组赛道，双手及脚不能脱离道具，到达交接点要使道具完全通过交接线后方能交给另外6名队员。如出现参赛人员脱离道具、道具偏离赛道则加时5秒/次，如道具未完全通过交接线，须完全通过后再进行交换。

五、3×100M滚铁环接力

（一）参赛人数

每队3人，2男1女。

（二）比赛规则

1、比赛为一次性决赛，在以300米/圈的跑道上，采取每组三个队，分组的方式进行。

2、比赛开始前，每队的第一名队员手持道具立于起点线，另外二名队员分别立于跑道的二个交接点（100M/点），队员出场顺序自行安排。裁判发令后，第一名队员滚动铁环从起点线出发，跑至另一端交接线与第二名队员交接，第二名队员按同样方式与第三名队员交接，直至最后一名队员冲过终点线为计时停止，用时最少的队名次列前。

3、比赛过程中，参赛人员须在自己跑道中进行，如出现参赛人员偏离跑道需回到自己的跑道内方能继续比赛，若铁环脱离需在掉环的地方继续比赛。