

# 2023 杭州市第五届青少年健美操、啦啦操、 街舞公开赛竞赛规程

## 一、主办单位

共青团杭州市委  
杭州市体育局  
少先队杭州市工作委员会

## 二、执行单位

杭州青少年活动中心

## 三、承办单位

杭州市青少年体育运动协会  
杭州西子青少年体育俱乐部

## 四、协办单位

浙江省街舞运动协会

## 五、比赛时间、地点

12月28-31日，比赛地点另行通知。

## 六、参赛单位

各区、县（市）幼儿园、中小学校、高中(含中职、中专)、青少年活动中心、社会团体

## 七、比赛分组

### （一）社会组

1. 幼儿：3-6 周岁

- 2.小学：6-12 周岁
- 3.初中：12-15 周岁
- 4.高中(含中职、中专)：15-18 周岁

#### (二) 学校组

- 1.幼儿：3-6 周岁
- 2.小学：6-12 周岁
- 3.初中：12-15 周岁
- 4.高中(含中职、中专)：15-18 周岁

### 八、竞赛项目

#### (一) 竞技健美操

由中国健美操协会审定的《2019-2021 年技术等级规定动作》预备组（修改版）、5-8 人基础套路；按照国际体联《2022-2024 年竞技健美操评分规则》要求创编自选动作，包含男子单人操、女子单人操、混合双人操、三人操、五人操、有氧舞蹈、有氧踏板。

#### (二) 全民健身操

##### 1. 规定动作：

(1) 2012 年《全国全民健身操舞等级规定动作》1-6 级

(2) 第三套《全国健美操大众锻炼标准规定动作》1-6 级（不包括地面动作）

(3) 肯德基《系列校园青春健身操》基础套、提高套

(4) 2016《全国踏板健身操规定动作》中学套

(5) 2017《全国校园健身操规定套路》《全国校园踏板操规定套路》

## 2.自编动作:

(1) 徒手健身操:有氧健身操、有氧健身舞、运动舞蹈表演(各种体育艺术类表演形式的项目)

(2) 器械健身操:健身轻器械操、表演轻器械健身操

## (三)啦啦操

1.2021 版全国啦啦操规定动作:技巧、花球、街舞、爵士

(1) 幼儿组:0级

(2) 小学组:1-2级

(3) 初中组:2-3级

(4) 高中组:3-4级

2.校园啦啦操示范套路(第三套):花球、街舞

(1) 幼儿组

(2) 小学组

(3) 中学组

## 3.自编动作

(1) 集体项目:技巧、花球、街舞、爵士、自由舞蹈(徒手)

(2) 双人项目:花球、街舞

(四)街舞

1.2021 全国校园街舞推广套路： HipHop、Jazz、校园课间操推广套路

(1) 幼儿组

(2) 小学组

(3) 中学组

2.自编自由风格齐舞(任意街舞风格)

3.单人 Breaking Battle、单人 Allstyle Battle (除霹雳舞之外其它街舞风格)

## **九、竞赛办法**

(一)竞技健美操、全民健身操

1.比赛采取单场决赛制，出场顺序由组委会赛前抽签决定。

2.竞技健美操比赛执行国际体联审定的《2022-2024 年竞技健美操评分规则》。

3.全民健身操执行中国健美操协会审定的《2015-2017 年全国全民健身操舞大赛评分指南》。

(二)啦啦操

1.集体项目参赛人数为 8-24 人，自编动作成套音乐时间为 1 分 45 秒至 2 分 15 秒。自由舞蹈成套音乐时间为 2 分 30 秒至 3 分钟。双人项目成套音乐时间为 1 分至 1 分 30 秒。

2.比赛采取单场决赛制，出场顺序由组委会赛前抽签决定。

3.执行国家体育总局体操运动管理中心会审定的《2021版啦啦操竞赛规则》。

### （三）街舞

1.校园街舞推广套路、自编自由风格齐舞参赛人数为8-24人，音乐时间为2分钟加减10秒。比赛采取单场决赛制，出场顺序由组委会赛前抽签决定。

2.单人 Breaking Battle、单人 Allstyle Battle，第一轮采用集体 Solo 晋级制，同一组别 25 人（含 25 人）以上选 16 强晋级，25 人以下选 8 强晋级，晋级之后采用 1 对 1 淘汰制，直到冠亚军决赛。

（四）各年龄段不可跨组报名参赛。

（五）为保证比赛的顺利进行，此次比赛不接受申诉。

## 十、参赛条件

（一）运动员思想进步、遵守运动员守则、必须经县级及以上医务部门检查身体健康者。

（二）以运动员年龄段性质确定参赛组别，参赛运动员须携带本人身份证原件、学生证原件或学籍证明，以备大会检查。

（三）每名运动员仅可代表一个单位参赛，最多可参加3个单项的比赛。

（四）同一年龄组别同一项目的参赛单位限报2名/组运动员。

(五) 参赛队须自行购买比赛期间人身意外伤害保险，并签署《参赛免责声明》。

## **十一、录取名次与奖励**

(一) 竞技健美操比赛按决赛成绩排列名次，得分高者名次列前。如分数相等，依次参照以下标准进行排名：完成分最高总分，艺术分最高总分，难度分最高总分，如分数依然相同，则名次并列，下一名次轮空。各单项均录取前八名并颁发获奖证书，前三名颁发奖牌。

(二) 全民健身操、啦啦操：各项目设置一等奖 30%、二等奖 40%、三等奖 30%的比例按组别录取，颁发获奖证书。

(三) 街舞推广套路、自编自由风格齐舞设置一等奖 30%、二等奖 40%、三等奖 30%的比例按组别录取，颁发获奖证书。单人 Breaking Battle、单人 Allstyle Battle 均录取前八名并颁发获奖证书，前三名颁发奖牌。

(四) 各单项排名前三的教练员获得“优秀教练员”荣誉称号（以报名表教练员信息为准），并颁发证书。

## **十二、颁奖**

各单项获得前三名的运动员/队进行颁奖，运动员须着比赛服上场领奖。

## **十三、报名与报到**

(一) 每队可报领队 1 名，教练员 1-3 名。

(二) 各参赛单位于 11 月 30 日前，完成网上报名，报

名网址 <http://bm.caa-gym.org/>，并同时 will 将加盖单位公章的《参赛运动员信息表》（附件 2）图片发送至报名邮箱 [hzqsnty@163.com](mailto:hzqsnty@163.com)，邮件以“2023 健美操公开赛-单位名称”命名，逾期不予补报。联系人：郑老师，85828751，15158160715。

（三）参赛运动员确认报名后不予更改组别和参赛项目。参赛队如需更换运动员，须凭医院证明可在赛前 24 小时向组委会提出申请。

（四）各参赛队需按竞赛日程规定的时间到指定地点报到。报到时须提交《参赛免责声明》，否则不予参赛。

#### **十四、裁判团**

（一）裁判长、裁判员由主办单位选派。

（二）辅助裁判员由承办单位选派。

（三）全体裁判团成员须携带裁判服和裁判资格证参加工作。

#### **十五、经费**

（一）参赛运动员需缴赛事综合服务费，每人每项 80 元，确认报名并缴费后，非伤病原因弃赛不予退费。

（二）赛事综合服务费以参赛队为单位，委派一名领队或教练员进行以下操作：12 月 2 日前登录“浙里办”搜索“数智杭青少”完成实名注册，加入赛事 QQ 群（群号：608251638）填报群内在线表格。12 月 5-10 日登录“数智杭

青少”查询【预约记录】核对金额无误后点击缴费。逾期未缴费视为弃权，取消比赛资格。联系人：江老师，86510260，18069801442。

（三）各参赛队保险、交通、食宿费自理。

（四）大会工作人员、裁判员等组织经费由主办单位承担。

## 十六、其它

（一）本规程未尽事宜，由承办单位另行通知。

（二）本规程解释权归属主办单位。

杭州市青少年体育超级联赛组委会

2023年10月





附件 1:

## 参赛免责声明承诺书

本人因自愿参加 2023 年杭州市第五届青少年健美操、啦啦操、街舞公开赛，特向主办方/组织者郑重声明并承诺如下：

一、本人完全了解自己的身体状况，且在参赛前已自行前往专业医疗机构进行了体检，确认自己的健康状况良好，不存在任何不适合参加比赛及赛事期间的训练的不良身体状况或疾病（包括但不限于心脑血管疾病、高血压、高血糖、低血糖、癫痫，呼吸系统疾病等）。

二、本人充分了解健美操、啦啦操、街舞运动（包括训练、比赛）的风险，对于参赛可能导致的受伤或事故也充分了解。本人会竭尽所能，以对自身负责任的态度参赛。

三、本人愿意遵本次比赛活动的规则规定，在参赛过程（包括比赛及训练）中，本人将随时关注自身健康状况。若发现自身出现不适合继续训练、参赛的情形的，本人有义务立即终止训练或比赛，必要时立即就医，并立即告知比赛的主办方/组织者。

四、本人完全明白并理解体育竞技运动项目可造成参加者人身损害的意外风险，并自愿承担这种风险。本人同意接受主办方/组织者在比赛期间可提供的现场急救性质的医务治疗。

本人及监护人已认真阅读并完全理解本参赛免责声明的内容，对上述所有内容予以确认，并自愿签署此承诺书，共同予以遵守。

参赛者（本人）：（签字捺印）

监护人：（签字捺印）

2023 年 月 日



附件 2:

**2023 年杭州市第五届青少年健美操、啦啦操、街舞公开赛  
参赛运动员信息表**

单 位 (盖章) :

领 队:

教练员:

联系电话:

序号	姓名	性别	年级	身份证号码
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
...				