



Hong Kong Powerlifting Federation

2019 Hong Kong Powerlifting Championship

比賽細則

1. 比賽日期：2019 年 5 月 4 日（星期六）
2. 地點：九龍灣宏冠道 6 號鴻力工業中心地下 04A 室
3. 費用：比賽費用為 \$ 550HKD 及會員費用為\$350HKD。參加 Hong Kong Powerlifting Federation 的比賽的運動員必需是本會成員。
4. 遞交方法：
 1. 把參賽表格、會員表格及費用 \$ 900 元正(\$550 參賽費及\$350 會員費) 以信封裝好，並以親身交給文家浚先生，請聯絡+852 64841399。
 2. 網上填完表格後，以 PayMe 方式付款 \$ 900 元正，電話號碼為 +852 64841399 文家浚先生。
 3. 網上填完表格後，以銀行轉帳方式付款 \$ 900 元正。恆生銀行戶口為 395 533672 888 Mxx Kx Txxx
(請註明閣下的姓名及電話，連同過數記錄傳到+852 64841399 文家浚先生或電郵至 tyler.man@hkpowerlifting.com)
5. 身份證明：在過磅其間，運動員雖展示他們的身份證或護照，以作身份證明。
6. 參加人數：上限為 60 人，先到先得，先到先得。
7. 比賽形式：比賽將會分成兩場。

第一場：在 08:00 過磅，比賽時段為 10:00-15:00 。

第二場：在 13:00 過磅，比賽時段為 15:00-20:00 。

更多詳情關於時間及比賽日時間表將會稍後公佈。

8. 重量級別：

男子組	女子組
62 公斤級別 - 62.00 公斤或以下	48 公斤級別 - 48.00 公斤或以下
69 公斤級別 - 由 62.01 至 69.00 公斤	53 公斤級別 - 由 47.01 公斤至 53.00 公斤
77 公斤級別 - 由 69.01 公斤至 77.00 公斤	58 公斤級別 - 由 53.01 公斤至 58.00 公斤
85 公斤級別 - 由 77.01 公斤至 85.00 公斤	64 公斤級別 - 由 58.01 公斤至 64.00 公斤
94 公斤級別 - 由 85.01 公斤至 94.00 公斤	72 公斤級別 - 由 64.01 公斤至 72.00 公斤
105 公斤級別 - 由 94.01 公斤至 105.00 公斤	84 公斤級別 - 由 72.01 公斤至 84.00 公斤
120 公斤級別 - 由 105.01 公斤至 120.00 公斤	100 公斤級別 - 由 84.01 公斤至 100.00 公斤
120 公斤或以上級別 - 120.00 或以上	100 公斤或以上級別 - 100.00 公斤或以上

在少年組中(14-18 歲)，將會有額外的男子 56 公斤級別及女子 44 公斤級別。

而且，在男子少年組別中，120 公斤級別及 120 公斤或以上組別 會由 105 公斤或以上級別取代。

在女子少年組別中，100 公斤級別及 100 公斤或以上組別 會由 84 公斤或以上級別取代。

少年級別 (14-18 歲):

男子組	女子組
56 公斤組別 - 56.00 公斤或以下	44 公斤級別 - 44.00 公斤或以上
105 公斤或以上組別 - 105.00 公斤或以上	84 公斤或以上組別 - 84.00 公斤或以上

9. 排名及獎牌：

運動員會與相同重量級別的運動員競賽。以總成績 (Total) 而得到第一名、第二名及第三名的運動員將會各自得到金、銀及銅牌。

(備註：年齡組別並不是排名及獎牌的因素，例子：一名 85 公斤級別的少年運動員會與另一名 85 公斤級別的公開組運動員競賽)

10. 獎盃(最佳運動員獎)：各年齡級別中取得最高 Wilks Score 的運動員，將會獲得「最佳運動員獎盃」。
11. 「最佳運動員獎」將只會以年齡級別內最高 Wilks Score 來決定。

少年組	以比賽年份的一月一日時，為 18 歲或以下及 14 歲或以上。
青年組	以比賽年份的一月一日時，為 23 歲或以下及 18 號或以上。
公開組	以比賽日子計，為 14 歲或以上。
大師組 40 - 44 歲	以比賽年份的十二月三十一日前為 40 至 44 歲。
大師組 45 - 49 歲	以比賽年份的十二月三十一日前為 45 至 49 歲。
大師組 50 - 54 歲	以比賽年份的十二月三十一日前為 50 至 54 歲。
大師組 55 - 59 歲	以比賽年份的十二月三十一日前為 55 至 59 歲。
大師組 60 - 64 歲	以比賽年份的十二月三十一日前為 60 至 64 歲。
大師組 65 - 69 歲	以比賽年份的十二月三十一日前為 65 至 69 歲。
大師組 70 - 74 歲	以比賽年份的十二月三十一日前為 70 至 74 歲。
大師組 75 - 79 歲	以比賽年份的十二月三十一日前為 75 至 79 歲。
大師組 80 歲或以上	以比賽年份的十二月三十一日前為 80 歲或以上。

12. 比賽規則：此比賽將會根據“World Powerlifting Anti-Doping Rulebook”及“World Powerlifting Rules of Competition”的賽規進行。
13. 香港紀錄：在此比賽中，可以打破香港紀錄。運動員必需以高於現時紀錄最少 0.5 公斤來成功試舉，以打破香港紀錄。在此首次比賽中，香港紀錄目前是空缺，運動員需要以高於“香港紀錄標準”最少 0.5 公斤來成功試舉並成為香港紀錄保持者。(注意: 只有持有香港身份證/ 香港護照的運動員才可創做香港紀錄)
14. 香港隊隊員選拔：本賽事是為 World Powerlifting Championship 資格賽，比賽的成績將會用作選拔香港健力隊(TeamHK)隊員，成績優越的運動員將能夠代表香港在 2019 年 10 月 3-6 日 Calgary, Canada 參加 World Powerlifting 世界賽中競逐殊榮。