

附件：

第 18 届中国大学生健身健美锦标赛 竞赛规程

一、主办单位

中国学生体育联合会

二、执行单位

中国学生体育联合会大学健美操与艺术体操分会

中国学生体育联合会高等职业院校工作委员会

三、独家运营推广单位

北京龙采体育集团有限公司

四、支持单位

崇礼区人民政府

崇礼区教育和科学技术局

崇礼区文化广电旅游和体育局

五、承办单位

张家口富龙文化旅游有限公司

六、协办单位

康湃思（北京）体育管理有限公司

中国互联网协会智慧体育工作委员会

泸州市南巨商贸有限公司

北京练尚国际连锁健身有限公司

河南昊宇体育文化有限公司

七、比赛时间和地点

1. 报到时间：2024 年 9 月 25 日 20 点前。
2. 竞赛时间：2024 年 9 月 27 日-29 日。
3. 离会时间：2024 年 9 月 30 日 12 点前。
4. 竞赛地点：张家口富龙四季小镇。

八、竞赛项目及分组

1. 竞赛项目

详见附件 1

2. 竞赛分组

甲组（普通本科组）、乙组（高职高专 A 组、B 组）、丙组（高水平本科组）。

九、运动员资格

（一）基本条件

1. 具有中华人民共和国国籍。
2. 报名时应具有所代表学校学籍的普通高等学校（含高职高专）学生。成人高等教育系列的学生不得报名。
3. 参赛单位必须赛前为所有参赛人员办理人身意外保险并开具体检证明，证明适宜参加所报竞赛项目。
4. 热爱祖国、思想进步、文化课考核合格，遵守学生守则、运动员守则和有关反兴奋剂管理规定。

（二）分组办法

1. 甲组（普通组）：参加普通高等学校招生全国统一

考试正常录取，且未享受任何与体育有关优惠政策的本科院校全日制学生。

2. 乙组（高职高专 A 组）：入学时未享受任何体育加分政策，以及非体育院校和体育类专业的职业教育专科和职业教育本科学籍的学生。

3. 乙组（高职高专 B 组）：体育职业院校以及体育类专业的职业教育专科和职业教育本科学校学籍的学生。

4. 丙组（高水平组）：参加普通高校高水平运动队招生考试入学的本科院校全日制学生；参加运动训练、武术与民族传统体育专业招生考试入学的本科院校全日制学生；本科体育院校、本科师范类院校的体育教育专业全日制学生。

十、参加办法

（一）以学校为单位组队报名参赛，各单位每组别限报 1 队。

（二）各单位允许报领队 1 人，教练员 1-3 名，随队裁判员 1 人。

（三）每名运动员只能报 1 项，不得兼项。个人兼项团体赛，不记兼项。

（四）各队自选音乐请在报到时全部用 U 盘拷贝到组委会，每个 U 盘只可录有一首参赛用音乐曲目（不接受外文歌曲），并填写单位名称、参赛项目等信息。提供“光盘”者组委会不予接收。

（五）大会不提供运动员个人自选动作、个人运动特长和

集体造型比赛用音乐。

（六）报名办法。

1. 本次比赛一律采用网上报名（详见附件 2），完成报名提交后不得更改，并下载报名表，于 2024 年 9 月 23 日前将盖章报名表电子扫描件（PDF 格式）以电子邮件的方式发送至指定邮箱：fusccsaraoffice@163.com，报到时须提交与电子扫描件相符的纸质报名表，一经报名不得更改。

2. 各参赛队在报名结束后，如运动员不能按时参赛，须由所在学校出具说明材料提交至组委会，同时不能进行人员递补，如有无故弃赛情况，将取消所在学校各奖项评选资格。

3. 本次比赛影像及衍生品的版权、著作权归中国学生体育联合会所有，组委会有权录像并制作光盘供教学使用。

十一、竞赛办法

（一）本比赛参照中国健美协会审定的 2021 年《健美健身竞赛规则与裁判法》和 2019 年《东方舞竞赛规则及裁判法》执行。

（二）各项目、各组别根据报名人数进行预赛、半决赛和决赛。预赛前 15 名进入半决赛，半决赛前 8 名进入决赛。

（三）级别不足 3 人（含 3 人）合并入相邻人数较少的组别。

（四）竞赛方式

1. 男子健美：预赛、半决赛：七个规定动作、比较评分；决赛：七个规定动作、集体不定位自由造型；个人 60 秒钟自选动作。七个规定动作名称：1)前展双肱二头肌；2)前展双背阔肌；3)侧展胸部；4)后展双肱二头肌；5)后展双背阔肌；6)侧展肱三头肌；7)前展腹部和腿部。

2. 男子健身/女子健身：预赛、半决赛：形体展示；决赛：90 秒钟运动特长表演。

3. 男子健身模特/女子健身模特：预赛：舞台形体展示；半决赛：着运动装在赛台上走秀，展示着装形体；决赛：着正装、晚礼服或民族服饰在赛台上走秀，展示着装形体。

4. 男子健体：预赛：穿非紧身黑色齐膝短裤进行形体展示；半决赛、决赛：穿非紧身自选色齐膝短裤进行形体展示。

5. 女子健身比基尼：预赛、半决赛：穿自选比基尼赛服展示形体；决赛：穿自选比基尼赛服进行规定路线行走和展示形体。

6. 男、女集体造型：预赛、半决赛及决赛，男女运动员组队（人数不得少于 8 人）集体自由造型表演，造型动作编排包含所有竞技健美造型素材，套路时间 120 秒钟。

7. 男子健身、女子健身运动特长表演环节突出运动能力的展示，运动员可单人或自由组合（性别不限），非形体套路（唱歌、器乐演奏、小品、杂耍等）不得参加比赛。

8. 健身东方舞预赛、半决赛及决赛，男女运动员组队（人数不得少于 3 人）集体规定套路和自选套路表演，套路

时间 210 秒以内。

9. 称量体重和丈量身高时必须交 mp3 等格式音乐，注明签号、级别、姓名，运动员提供的音乐必须保证质量，若因伴奏质量问题而影响成绩，后果自负。

十二、录取名次、计分及奖励办法

（一）录取名次

各组别、级别均录取前八名。

（二）团体总分计分办法

1. 各组别团体总分前 8 名的颁发成绩证书。（各校需有 10 人以上（含）参赛方有资格参加团体总分评选）。

2. 团体总分将根据运动员在各项比赛中的前 8 名成绩得分进行统计。如 1 只队伍中同时有不同组别运动员获得前 8 名，则团体总分就按不同组别累加后高分组别者进行计算。

3. 前 8 名按 9、7、6、5、4、3、2、1 的办法计分，即第 1 名者得 9 分，第 2 名得 7 分，依此类推。

4. 如团体总分相同，以获得第 1 名多的队名次列前。再相同，以获得第 2 名多的队名次列前，依此类推。

（三）特别奖

1. 男子健美最佳肌肉奖 1 名，颁发电子证书。

2. 男子健体最佳型男奖 1 名，颁发电子证书。

3. 男子健身最佳风度奖 1 名，颁发电子证书。

4. 女子健身最佳表演奖 1 名，颁发电子证书。

5. 男子健身模特最佳气质奖 1 名，颁发电子证书。

6. 女子健身模特最佳魅力奖 1 名，颁发电子证书。
7. 女子健身比基尼最美佳丽奖 1 名，颁发电子证书。
8. 最佳“东方舞之星奖”1 名，颁发电子证书。
9. 最佳集体健美造型奖 1 名，颁发电子证书。

十三、比赛服装

（一）男子健美

运动员应穿着单色、不透明赛裤，赛裤颜色、面料、质地和款式自选。赛裤须至少覆盖住 $\frac{3}{4}$ 的臀部，侧面宽度不少于5cm。赛裤禁止使用衬垫和填充物。

（二）男子健身

1. 形体比赛须赤脚，穿着单色、不透明、无花纹的紧身平角短裤，短裤侧面宽度不少于 15 厘米，且覆盖整个臀部和下腹部。

2. 运动特长表演比赛穿着与表演风格统一的服装，可配戴或使用安全道具。

（三）女子健身

1. 形体比赛穿着分体式泳装（后交叉式），款式、颜色、材料不限，赛服必须覆盖住臀部的二分之一和整个下腹部，穿戴美观。

2. 穿高跟皮（凉）鞋，鞋前掌厚度不超过 1 厘米，细跟，高度不超过 12 厘米。

3. 运动特长表演比赛均穿与表演风格统一的服装，可配戴或使用安全道具。

（四）男子健体

1. 预赛穿着不透明、非紧身的纯黑色齐膝短裤。
2. 半决赛、决赛穿着不透明、非紧身的颜色、面料、材质、款式、风格自选的齐膝短裤。
3. 禁止穿鞋、袜子。

（五）女子健身比基尼

1. 穿着不透明的后环绕式比基尼赛服，赛服只允许在比基尼上片有拼接，下片不得有拼接，并至少盖住 1/3 臀部和整个下腹部，穿戴美观。
2. 穿高跟皮（凉）鞋，鞋前掌厚度不超过 1 厘米，细跟，高度不超过 12 厘米。

（六）男子健身模特

1. 形体展示轮穿着不透明、无花纹、无光泽的纯黑色紧身平角短裤，短裤侧面宽度不少于 15 厘米。禁止穿鞋、袜子。
2. 运动服展示轮运动装自选，服饰与运动鞋的款式、颜色、材料不限。可赤足或穿运动鞋。
3. 可配戴或使用安全道具。
4. 正装、晚礼服或民族服饰自选，服饰和鞋的款式、颜色、材料不限。

（七）女子健身模特

1. 形体展示轮穿紧身连体泳衣展示，款式、颜色、材料不限，须覆盖住臀部的二分之一以及整个下腹部。

2. 穿高跟皮（凉）鞋，鞋前掌厚度不超过 1 厘米，细跟，高度不超过 12 厘米。

3. 禁止穿袜子。

4. 运动服展示轮运动装自选，服饰与运动鞋的款式、颜色、材料不限。可赤足或穿运动鞋。

5. 可配戴或使用安全道具。

6. 正装、晚礼服或民族服饰自选，款式、颜色、材料不限。

（八）男女集体健美造型

1. 穿符合健美健身运动项目特征与表演风格统一的自选服饰。

2. 可赤足，也可穿鞋、袜子。

3. 可配戴或使用安全道具。

（九）健身东方舞

1. 服饰自选，款式、颜色、材料不限。服饰与成套动作风格相匹配。

2. 可赤足或穿舞蹈鞋。

（十）运动员肤色装饰

1. 男子健美比赛、男子健体比赛和男女集体健美造型比赛，允许使用人工色剂进行肤色装饰。

2. 男子健身比赛、女子健身比赛、女子健身比基尼比赛的形体比赛环节、男女健身模特比赛项目、健身东方舞比赛项目严禁使用人工色剂进行肤色装饰。

十四、报到

（一）报到地点

张家口富龙四季小镇

（二）交验证件

1. 本人第二代居民身份证；
2. 报名表原件；
3. 教育部学籍在线验证报告；
4. 保险单据（各参赛代表队所有人员须自行购买关于本次比赛的人身意外伤害保险，保障内容包括：意外身故和残疾（保额不低于 10 万）；意外医疗（包含门急诊和住院费用，保额不低于 2 万）。保险有效期时间须包括来回途中；
5. 二级（含）以上医院体检证明；
6. 自愿参赛责任及风险告知书（附件 3）；
7. 本校 2 号（160cm*240cm）校旗两面。

以上材料不全或不符合要求者不得参赛。

十五、闭幕式、颁奖仪式、联席会须知

各参赛队伍须按组委会要求参加开幕式、闭幕式、颁奖仪式及领队、教练员赛前联席会，无故不参加者，取消比赛资格或比赛成绩。

十六、奖励办法

1. 获得前八名的运动队（员）颁发电子成绩证书。
2. 比赛将评选“体育道德风尚奖”“优秀裁判员奖”，

并颁发电子荣誉证书，评选办法另行通知。

3. 比赛将评选“优秀教练员奖”，并颁发电子荣誉证书。“优秀教练员奖”评选资格由各组别各单项冠军队伍教练员获得，各组别各单项只颁发1名教练员，不重复颁发。

十七、技术官员和裁判

1. 根据中国学生体育联合会裁判员选派管理办法及中国学生体育联合会运动员资格审查办法。资格审查委员会、比赛监督、技术代表、仲裁委员会成员，裁判长、副裁判长、骨干临场裁判员，由中国学生体育联合会选派，费用由承办单位负责。

2. 所有裁判员必须参加赛前学习和考试，考核通过，抽签决定执裁安排。

3. 裁判员须穿着裁判装备（装备不规范者，自动放弃执裁资格）。

男士：白衬衣，深蓝色西服套装，领带、黑色正装皮鞋；

女士：白衬衣、深蓝色西服套装（裙）、黑色正装皮鞋。

4. 技术官员于正式比赛开始前2天报到，比赛结束后1天离会。

十八、经费

1. 城市间交通费：各参赛队城市间往返交通费自理。

2. 食宿费：根据2023年1月1日起执行的《中国学生体育联合会赛事活动食宿费收费标准指导意见》，为保障赛

事安全，本次比赛食宿由组委会统一安排，由提供食宿服务单位自行收取并开具发票，参赛人员费用自理。参赛代表队需缴纳 330 元/人/天（报到日至离会日），超编人员不予接待。提前离会不予办理退费。赛会期间产生单间房差，请自行缴纳。

3. 申诉费：根据《关于统一全国学生单项体育比赛收费标准的通知》（教体秘〔2012〕16 号）文件规定，任何参赛单位提出申诉时，须向资格和纪律监督委员会或仲裁委员会交纳申诉费 2000 元，胜诉退还申诉费，败诉申诉费由赛会组委会代收后上交中国学生体育联合会。

4. 抵押保证金：根据《关于统一全国学生单项体育比赛收费标准的通知》（教体秘〔2012〕16 号）文件规定，为加强对参赛队伍的管理，保证赛会各项工作的顺利进行，各参赛队伍在比赛期间须交纳“抵押保证金”，每队不低于 3000 元，对在比赛期间未发生违纪行为的代表队，将如数退还“抵押保证金”。

5. 其他费用自理。

十九、赛风赛纪

1. 各参赛院校需对本校参赛运动员进行严格把关。

2. 对违反运动员资格及赛风赛纪的运动队（员）及其所在单位的处罚，将严格按照《全国学生体育竞赛纪律处罚规定》和赛会相关规定执行。

3. 赛会期间如对参赛运动员资格问题有异议，可向大

会资格审查委员会提交领队签字的申诉报告、相关材料、申诉费。

4. 参赛运动员报名确认后，仅限参加本组比赛，不得跨组参加任何项目比赛，违者以弄虚作假论处。

5. 对违反运动员资格及赛风赛纪的运动队（员）、技术官员及其所在单位的处罚，严格按照《全国学生体育竞赛纪律处罚规定》和赛会相关规定执行，并对相关责任人及其所在单位进行责任追究。

二十、联系方式

1. 赛区联系人及电话

宋书琨 电话：15617898889

杨黎搏 电话：18567466666

2. 报名联系人及电话

安老师 电话：18601274779

薛老师 电话：13633639303

3. 中国学生体育联合会职教分会联系人及电话

韦春生 电话：15910792286

4. 中国学生体育联合会联系人及电话

范星宇 电话：010-66093735

二十一、未尽事宜，另行通知。

二十二、本规程解释权属中国学生体育联合会。

(本页无正文)



附件请扫二维码