



香港業餘田徑總會
Hong Kong Amateur Athletic Association

國際田徑比賽規則 2006 - 2007

中文譯本 (第一版 2006 年 1 月)

本刊是「香港業餘田徑總會技術裁判委員會」按照國際田徑聯會出版的 (IAAF Competition Rules 2006 - 2007) 編譯而成。

注意事項：

- 任何爭議的地方，以英文為準。
- 部份專有名詞，附有英文。
- 文字下有橫線表示為本年度新規則。
- 文字有框線表示 2006 年起執行的新規則。
- 文字用楷書印出表示為編者的註譯。

2006 年度田總技術及裁判委員會

主委
陳文孝先生

委員

葉佑淳先生
盧文禧先生

李小玲女士
李日孜先生

黃嘉文先生
鄧仲明先生

李家華先生
馮宏德先生

特別鳴謝：葉佑淳先生 編譯

香港業餘田徑總會

地址：香港銅鑼灣掃杆埔大球場徑 1 號奧運大樓 2015 室

電話：2504-8215

傳真：2577-5392

網頁：www.hkaaa.com

電郵：inquiry@hkaaa.com

目 錄

規則	內容	頁	規則	內容	頁
第一章 國際比賽			151 條	計分	20
1 條	實施比賽規則的國際比賽	3	第三節 徑賽項目		
第五章 技術規則			160 條	跑道量度規格	21
100 條	總則	4	161 條	起跑器	22
第一節 工作人員			162 條	起跑	22
110 條	國際比賽工作人員	4	163 條	比賽	24
111 條	組織代表	5	164 條	終點	25
112 條	技術代表	5	165 條	計時及終點攝影	26
113 條	醫務代表	6	166 條	徑賽分組、抽籤及賽次晉升	28
114 條	藥物檢查代表	6	167 條	成績相等	32
115 條	國際技術委員	6	168 條	跨欄跑	33
116 條	國際競走裁判	6	169 條	障礙賽跑	34
117 條	國際公路賽丈量員	7	170 條	接力賽	35
118 條	國際終點攝影裁判	7	第四節 田賽項目		
119 條	上訴委員會	7	180 條	通則	38
120 條	比賽工作人員	8	A.	高度跳躍項目	
121 條	競賽主任	9	181 條	通則	41
122 條	賽賽主管	9	182 條	跳高	43
123 條	技術主管	9	183 條	撐竿跳高	45
124 條	檢錄主管	9	B.	速度跳躍項目	
125 條	總裁判	10	184 條	通則	48
126 條	裁判員	10	185 條	跳遠	48
127 條	徑賽及競走檢察員	11	186 條	三級跳遠	50
128 條	計時員及終點攝影裁判員	11	C.	投擲項目	
129 條	發令協調員、發令員及召回發令	11	187 條	通則	51
130 條	助理發令員	12	188 條	推鉛球	54
131 條	記圈員	13	189 條	擲鐵餅	55
132 條	競賽秘書	13	190 條	鐵餅護籠	56
133 條	比賽場地糾察員	13	191 條	擲鏈球	58
134 條	宣佈員	13	192 條	鏈球護籠	59
135 條	大會測量員	14	193 條	擲標槍	62
136 條	風速測量員	14	第五節 全能項目		
137 條	電子丈量裁判員	14	200 條	全能項目	65
138 條	檢錄裁判員	14	第六節 室內比賽(略去)		
139 條	廣告總監	14	第七節 競走項目		
第二節 比賽通則			230 條	競走	67
140 條	田徑場設施	15	第八節 公路賽跑		
141 條	年齡組別	15	240 條	公路賽跑	69
142 條	報名	15	第九節 越野賽跑		
143 條	服裝、鞋及號碼布	16	250 條	越野賽跑	71
144 條	對運動員提供幫助	17	第十節 世界紀錄		
145 條	取消比賽資格	18	260 條	世界紀錄	73
146 條	抗議及上訴	19	261 條	承認為世界紀錄的項目	76
147 條	男女混合比賽	19	262 條	承認為世界青年紀錄的項目	77
148 條	丈量	19	263 條	承認為世界室內紀錄的項目	78
149 條	有效的成績	20			
150 條	視像錄影	20			

編者註釋：

本規則只將「國際田徑聯會手冊」第五章（技術規則）譯出，其餘部份略去；但第一章第一條有關國際田徑比賽分類時常在各規則中被提及，故特意列出，方便查閱。

第一章

國際比賽 (International Meetings)

第 1 條

實施比賽規則的國際比賽

(International Meetings at which the Rules shall apply)

1. 下列的國際田徑比賽應實施比賽規則：

- (a) 奧林匹克運動會、世界田徑錦標賽和世界盃田徑賽；
- (b) 洲、地區或區域錦標賽，位元予該地區或區域所有國際田聯會員均可參加（例如在田徑專案中，國際田聯有獨家管理員權的錦標賽）；
- (c) 小組運動會（例如在有多個運動專案一起舉行的地區或小組運動會，而國際田聯沒有獨家管理權者）；
- (d) 洲、地區或區域杯賽及分齡賽。
- (e) 在兩個或兩個以上會員之間、或幾個會員聯合舉辦的杯賽。
- (f) 國際田聯特許的國際邀請賽。
- (g) 地區小組特許的國際邀請賽。
- (h) 某會員特許的外國運動員也可以參加比賽。

編者註釋：亞洲運動會及東亞運動會是屬於 1(c) 小組運動會。

第五章

技術規則 (Technical Rules)

第 100 條

總則 (General)

凡舉辦規則第 1 條規定的所有國際田徑比賽，均應遵守國際田徑聯會 (IAAF) 的規則，在各種通告、廣告、秩序冊和印刷品中均應聲明此點。

註：建議國際田聯會員舉行各自的田徑比賽時應採用本規則。

第一節 工作人員 (Officials)

第 110 條

國際比賽工作人員 (International Officials)

凡舉辦規則第 1 條 1(a) 和 (b) 的比賽，應從國際上任命下列人員：

- (a) 組織代表 (Organizational Delegate(s))
- (b) 技術代表 (Technical Delegate(s))
- (c) 醫務代表 (Medical Delegate)
- (d) 藥物檢查代表 (Doping Control Delegate)
- (e) 國際技術委員 (International Technical Officials) 或地區技術委員 (Area Technical Officials)
- (f) 國際競走裁判員 (International Walking Judges) 或地區競走裁判員 (Area Walking Judges)
- (g) 國際公路賽丈量員 (International Road Race Measurer)
- (h) 國際發令員 (International Starter)
- (i) 國際終點攝影裁判員 (International Photo Finish Judge)
- (j) 上訴委員會 (Jury of Appeal)

在現行國際田聯(或地域田聯)技術規程(Technical Regulations)中規定了任命各類大會委員的數量。

舉辦規則第 1 條 1(a)的比賽：-

- (a)、(b)、(c)、(d) 及 (j) 的人選由國際田聯理事會任命。
- (e) 的人選由國際田聯理事會從國際技術委員小組的成員中任命。
- (f) 的人選由國際田聯理事會從國際競走裁判小組成員中任命。

(g) 的人選由國際田聯技術代表從「國際田聯」或「國際馬拉松及長跑會 (AIMS)」的國際公路賽丈量員小組成員中任命。

(h) 的人選由國際田聯技術代表從國際發令員小組成員中任命。

(i) 的人選由國際田聯技術代表從國際終點攝影裁小組成員中任命。

國際田聯應批准上述各種大會職員的選擇標準、資格和職責。國際田聯各會員有權推薦合適人員以供選派。

舉行規則 1(b)的比賽，上述人選由有關地區協會任命。而地區技術委員及地區競步裁判員由有關地區協會從他們的地區技術委員名單及地區競步裁判名單中任命。

舉辦規則 1(a)及(f)的比賽，國際田聯可任命一位廣告總監。舉辦規則 1(b)、(d)及(g)的比賽，由有關地區協會任命。舉辦規則 1(c)的比賽，應由有關的組織任命。舉辦規則 1(e)及(h)的比賽，應由有關的國際田聯會員任命。

註：國際工作人員應穿上易於區別的服裝。

第 111 條

組織代表 (Organizational Delegates)

組織代表應自始至終與組委會保持密切聯繫，定期向國際田聯理事會提交報告。必要時，還應處理主辦機構和組委會的有關職責和財務責任問題，並與技術代表協作。

第 112 條

技術代表 (Technical Delegates)

在大會組委會提供一切必要的支援下，技術代表應與大會組委會共同保證全部技術性安排完全符合會國際田聯規則及國際田徑設施手冊 (IAAF Track and Field Facilities Manual) 的規定。

技術代表應向有關的組織提交競賽日程、報名標準和比賽器材的建議，決定田賽專案的及格標準和有關徑賽專案的賽次和錄取原則。

他們應保證在賽前的適當時間向所有參賽的會員發送技術性規則。

技術代表對舉行田徑比賽所有其他必要的技術性準備工作負有責任。

他們應審核報名，有權以技術性理由否決報名。(如以非技術性理由否決報名，須由國際田聯或相關的地區理事會作出裁決。)

他們應安排決賽前的賽次、及格賽和全能比賽的分組。

技術代表應在合適時間提出比賽準備情況的書面報告。

他們應與組織代表合作。

在規則 1(a)、(b)、(c)的比賽中，技術代表應主持技術會議及向技術工作人員作工作簡介。

第 113 條 醫務代表 (Medical Delegate)

醫務代表對所有醫務工作具有最高權威。他/她應保證有足夠的設備用於醫務檢查和治療，在比賽場地可以進行緊急治療，並在運動員的宿舍提供醫療服務。醫務代表認為有必要時，有權安排對運動員進行性別檢查。

第 114 條 藥物檢查代表 (Doping Control Delegate)

藥物檢查代表應與組委會建立聯繫，以保證為進行藥物檢查提供適當的便利條件，負責全部有關藥物檢查的事宜。

第 115 條 國際技術委員 (International Technical Officials)

如未任命國際技術委員長，技術代表應在國際技術委員中委任一名。在可能範圍內，國際技術委員長應指派至少一名國際技術委員在每一項比賽中當值。國際技術委員應對該項比賽的總裁判提供一切必要的支援。在被委任專案比賽的過程中必須在場，以保證比賽的進程完全符合國際田聯的比賽規則。

如出現問題或觀察到認為需要提出意見的事情，應首先向該項的總裁判提出。如有需要，可提供應該如何做的建議。如意見不被接納，同時很清楚地顯示有違反國際田聯技術規則、比賽規程或技術代表的決定，則國際技術委員可有決定權。如仍不能解決，則應向國際田聯技術代表報告。

田賽專案比賽結束時，在成績記錄表上簽名。

註 1：舉行規則 1(b) 及 (d) 的比賽，上述規定也適用於被委任的地區技術委員。

註 2：如總裁判不在場，國際技術委員應與裁判長合作。

第 116 條 國際競走裁判 (International Race Walking Judges)

國際田聯競走委員會應根據國際田聯理事會訂立的標準，建立一個國際競走裁判小組。

被指派擔任規則 1(a) 中所有國際競走裁判員，必須是國際競走裁判小組的成員。

註：被指派擔任規則 1.(b)、(c) 及 (d) 中所有競走裁判員，必須是國際競走裁判小組或地區競走裁判小組的裁判員。

第 117 條

國際公路賽丈量員 (International Road Race Measurer)

在規則 1(a)至(h)的比賽中，必須委任一名國際公路賽丈量員，使全部或部份在田徑場外的賽道能被確認。

被委任者必須為「國際田聯」或「國際馬拉松及長跑會(AIMS)」的甲級或乙級國際公路賽丈量員 (Grade “A” or “B”)。

賽道必須在比賽前適當時間量度好。

國際公路賽丈量員必須檢查賽道，如符合規則第 240 條 3 及相關註釋部份的規定，須加以認證。

他必須與組委會協助賽道的安排，及見證參賽者是跟從在原先已量度及批准的路線上比賽。他須向「技術主委」呈交一份證明書。

第 118 條

國際發令員及國際終點攝影裁判

(International Starter and International Photo Finish Judges)

在規則 1(a)及(b) 在運動場舉行的比賽中，國際田聯或有關地區的機構委派一名國際發令員及國際終點攝影裁判。

國際發令員應執行由技術主委指派之發令工作(及承擔其他工作)。國際終點攝影裁判應監督所有終點攝影事宜。

第 119 條

上訴委員會 (Jury of Appeal)

舉辦規則 1(a)、(b)或(c)的比賽，應任命一個由三個、五個或七個人組成之上訴委員會。其中一人為主席，另一人為秘書。如認為適當，秘書可由上訴委員會成員以外的人仕擔任。

此外，在其他比賽，如主辦者希望比賽恰當地舉行，也可設置上訴委員會。

上訴委員會的主要職責是按規則第 146 條處理各項抗議，以及在比賽中發生而需提交上訴委員會解決的各種問題，其裁決為最終裁決；然而當有新的結論性證據出現時，如果產生新的裁決有實際意義，可重新考慮進行裁決。

凡對本規則未曾涉及的問題作出裁決，事後應由上訴委員會主席向國際田聯秘書長報告。

第 120 條 比賽工作人員 (Officials of the Meeting)

組委會應根據主辦會員國的當地規定委任全部工作人員。舉辦規則第 1 條 1(a)、(b)或(c)的比賽，應根據有關國際組織的規則和程式任命工作人員。下列人員是為舉辦大型國際比賽而設，但各地組委會可根據當地情況，可酌情變動。

行政人員 (Management Officials)

- 競賽主任 1 人 (Competition Director)
- 賽事主管 1 人 (Meeting Manager)
- 技術主管 1 人 (Technical Manager)
- 專案主管 1 人 (Event Presentation Manager)

比賽工作人員 (Competition Officials)

- 徑賽總裁判 1 人或多人 (Referee for Track Events)
 - 田賽總裁判 1 人或多人 (Referee for Field Events)
 - 全能比賽總裁判 1 人或多人 (Referee for Combined Events)
 - 外場比賽總裁判 1 人或多人 (Referee for Events Outside the Stadium)
 - 檢錄總裁判 1 人 (Referee for the Call Room)
 - 徑賽裁判長 1 人及適量的裁判員 (Chief Judge for Track Events)
 - 田賽裁判長每項 1 人及適量的裁判員 (Chief Judge for Field Events)
 - 場地競走裁判長 1 人，裁判員 5 人 (Chief Judge for Track Race Walking Event)
 - 公路競走裁判長 1 人，裁判員 8 人 (Chief Judge for Road Race Walking Event)
 - 如有所需，可加設其他競走工作人員，如記錄員，犯規顯示牌操作員等。
 - 徑賽檢察長 1 人及適量的檢察員 (Chief Umpire for Track Events)
 - 計時長 1 人及適量的計時員 (Chief Timekeeper)
 - 發令協調員 1 人 (Start Coordinator) 及適量的發令員 (Starter) 及召回發令員 (Recaller)
 - 助理發令員 1 人或多人 (Starter's Assistant)
 - 記圈長 1 人及適量記圈員 (Chief Lap Scorer)
 - 競賽秘書 1 人及適量助手 (Competition Secretary)
 - 比賽場地糾察員 1 人及適量糾察員 (Chief Marshal)
 - 風速測量員 1 人或多人 (Wind Gauge Operator)
 - 終點攝影裁判長 1 人 (Chief Photo Finish Judge) 及適量助理終點攝影裁判員 (Assistant Photo Finish Judge)
 - 電子丈量裁判員 1 人或多人 (Measurement Judge (Electronic))
 - 檢錄裁判長 1 人及適量的檢錄裁判員 (Call Room Judge)
- 其他工作人員 (Additional Officials)
- ◆ 宣佈員 1 人或多人 (Announcer)
 - ◆ 統計員 1 人或多人 (Statistician)
 - ◆ 廣告專員 1 人 (Advertising Commissioner)
 - ◆ 正式測量員 1 人 (Official Surveyor)

◆ 醫生 1 人或多人 (Doctor)

◆ 服務員(為運動員、職員和記者服務)多人 (Stewards)。

總裁判和裁判長應佩帶易於區別的臂章或徽章。如有需要，可增派助理人員；但不要讓太多工作人員逗留在比賽場內。如有可能，舉行女子專案比賽時，應指派一名女醫生。

第 121 條

競賽主任 (Competition Director)

競賽主任在與技術代表協作下，策劃比賽的技術組織，確保依計劃完成，並與技術代表共同解決任何技術問題；他應指揮比賽工作人員間的配合，用通訊系統與所有大會職員保持聯繫。

第 122 條

賽事主管 (Meeting Manager)

賽事主管應負責運動會的正常進行，確保各工作人員已報到就位。必要時任命替補人員，及有權撤換不遵守規則的工作人員；與比賽場地糾察員配合，只允許獲得批准的人員進入比賽場地。

註：比賽時間超過四個小時或多過一天，應加設適量的助理賽事主管。

第 123 條

技術主管 (Technical Manager)

技術主管應確保比賽的跑道、助跑道、投擲圈、投擲弧、扇形落地區、跳躍專案的落地區以及所有設備與器材符合國際田聯的規則。

第 124 條

專案主管 (Event Presentation Manager)

專案主管應與賽務主管協作及與組織代表或技術代表合作下計劃比賽的進行；他應確保依計劃進行；與賽事主管共同解決問題，同時使用通訊器材與各組員聯絡。

第 125 條 總裁判 (Referees)

1. 應分別任命檢錄、徑賽、田賽、全能比賽和外場賽跑及競走總裁判。徑賽總裁判及外場總裁判無權管轄競走裁判長職責範圍內的有關事宜。
2. 總裁判應確保田徑規則及相關比賽規程被遵守，並處理發生於比賽期間規則未作明文規定的問題。徑賽總裁判及外場總裁判在裁判員對名次有爭議而不能取得一致意見時有權裁判判定比賽名次。
如果有關徑賽總裁判不認同發令組的判決，有權對起跑發生的事情作出裁決，但根據「偷跑偵察儀」作出的偷跑裁決除外，除非總裁判認為該儀器提供的資料明顯不正確。
總裁判不能充任裁判員或檢察員。
3. 有關總裁判應檢查全部有關的比賽成績，處理有爭議的問題。在沒有電子丈量裁判時，監督創紀錄的成績丈量。
4. 有關總裁判應對有關比賽的抗議或異議及在檢錄室發生的事情作出裁決。有權對有不正當行為的運動員提出警告或取消其比賽資格。
給予運動員警告可向運動員出示黃牌、向被取消資格的運動員出示紅牌，這兩種處分均應填入成績記錄表。
5. 如果有關總裁判認為某項比賽或專案某部分應予以重賽方為公允時，有權宣佈該項比賽無效，並作出在當日或其他時間重新比賽的決定。
6. 每項比賽完畢，立即填好成績記錄表，由有關總裁判簽名後並送交競賽秘書。
7. 全能比賽總裁判對整個全能比賽具有裁判權，他還對全能比賽中各單項比賽有裁判權。

第 126 條 裁判員 (Judges)

總則 (General)

1. 徑賽裁判長和田賽各項裁判長應協調各裁判員的工作；如主辦機構事先未將各裁判員分工，則由裁判長指派。

徑賽專案及公路賽跑專案 (Track Events and Road Events)

2. 裁判員必須在跑道的同一側執行任務，判定運動員抵達終點的名次，如果無法取得一致意見，應提交總裁判裁決。

註：裁判員的位置應離終點線至少 5 米，與終點線在同一直線上，並應提供升高的裁判台。

田賽專案 (Field Events)

3. 所有田賽專案，裁判員應判決、記錄每次試跳（擲）及丈量每次有效試跳（擲）成績。在跳高和撐竿跳高中，每次升高橫杆時均應精確丈量，特別是在創紀錄的試跳時。至少要有兩名裁判員記錄全部試跳（擲）的成績，並在每輪比賽結束時核對記錄。
有關裁判員應舉白旗表示試跳（擲）成功，舉紅旗表示試跳（擲）失敗。

第 127 條

徑賽及競走檢察員 (Umpire - Running and Race Walking Events)

1. 檢察員是總裁判的助手，無權作出最後裁決。
2. 檢察員由總裁判分派站在能仔細觀察比賽的地點，如發現運動員或其他人員犯規或違例時，應立即向總裁判提交書面報告。
3. 出現違反規則的情況，應舉黃旗或使用技術代表(Technical Delegate)認可的方法向有關總裁判示意。
4. 應指派足夠數量的徑賽檢察員在各接力區監察接力賽跑。
註：檢察員發覺運動員跑離自己的分道或在接力區外交接棒，應立即用 適當的材料在跑道上標出犯規地點。

第 128 條

計時員及終點攝影裁判員 (Timekeepers and Photo Finish Judges)

1. 如採用人手計時，應根據運動員的數量任命足夠數量的計時員，其中一人為計時長，他將分派工作給各計時員。如採用全自動終點攝影裝置，計時員計取的時間將成為後備時間。
2. 計時員應根據規則 165 計取時間。
3. 如採用全自動終點攝影裝置，應委任一名終點攝影裁判長及至少兩名助理終點攝影裁判員。

第 129 條

發令協調員、發令員及召回發令員

(Start Coordinator, Starter and Recalls)

1. 發令協調員職責如下：
 - (a) 安排發令組人員的分工。但在規則 1(a)及(b)的比賽，安排國際發令員在那些專案工作，是技術代表的責任。
 - (b) 監督各人履行工作。
 - (c) 當接到競賽主任的通知表示一切已經就緒可以啓動發令程式時（例如計時員、裁判員、攝影計時長及風速測量員已準備好），通知發令員開始發令。
 - (d) 作為電子計時公司職員與裁判員間的傳話人。
 - (e) 保管有關發令工作的文件，包括起跑反應時間及波形圖。
 - (f) 確保規則 130.5 被正確地執行。
2. 運動員各就位時，均在發令員的全權控制下。當使用「偷跑偵察器」時，發令員及/或指定的召回發令員必須頭戴耳機，以便能清楚聽到由起跑犯規引發的聲響訊號（見規則 161.2）。

3. 在發令過程中，發令員應站于能完全看清楚所有運動員的位置。建議在每條分道擺放一個擴音器，以便口令能傳至每位運動員，特別在梯級形起跑時更應如此。
註：發令員站位時，應使自己用狹窄的視角便可觀察全部運動員。運動員採用蹲踞式起跑時，發令員的站位應使自己能看清運動員在鳴槍前的“預備”姿勢均處於穩定狀態。在採用梯級形起跑的比賽中，如未能使用擴音器，發令員的位置應與各運動員之間的距離大致相等。如發令員不能取得這種位置，應將發令槍或認可發令裝置放在該處，用電子觸發裝置發令。
4. 應有 1 名或 1 名以上的召回發令員協助發令員工作。
註：在 200 米，400 米，400 米欄，4x100 米接力，4x200 米接力，4x400 米接力等專案中，至少應有兩名召回發令員。
5. 每名召回發令員的站位應能看清他所負責的每名運動員。
6. 只有發令員才能實施規則 162.7 及 162.8 中的警告和取消比賽資格的處分。
7. 發令協調員應為每名召回發令員指定專門的位置和任務，召回發令員觀察到任何起跑犯規情況均有權召回運動員（見規則 161.2 及 162.8）。起跑被召回或被終止後，召回發令員應向發令員報告他的觀察結果，由發令員判定犯規運動員並決定是否給予警告。
8. 依規則 161.2 的規定，在使用蹲踞式起跑的專案，使用「偷跑偵察器」。

第 130 條

助理發令員 (Starter' s Assistants)

1. 助理發令員應檢查運動員參賽的專案、組別及佩帶號碼是否正確。
2. 助理發令員應安排每名運動員的正確跑線或站位，使運動員在起跑線後大約 3 米處排列（如採用梯級形起跑，用同樣方法站在各自的起跑線後），完成這項工作之後。向發令員表示準備就緒。如須重新起跑，再集合運動員。
3. 在接力賽跑時，助理發令員應為第一棒運動員準備接力棒。
4. 發令員發出運動員就位口令後，助理發令員必須保證規則 162.4 得以落實。
5. 當有起跑犯規發生時，將黃牌放在有關犯規運動員之線道牌上以作警告；並向其他運動員面前出示黃牌，表示任何人再觸犯起跑規則，將被取消參賽資格。在不採用線道牌的比賽中，須向犯規者面前出示警告牌。
如再次發生起跑犯規，犯規者將被取消參賽資格，可將紅牌放在該運動員之線道牌，或在該運動員面前出示。
在全能專案，發生起跑犯規時，將黃牌放在有關犯規運動員之線道牌上或在其面前出示以作警告。任何人觸犯其本人第二次起跑犯規，將被取消參賽資格，將紅牌放在有關犯規運動員之線道牌上或在該運動員面前出示。

第 131 條 記圈員 (Lap Scorers)

1. 在 1500 米以上的比賽中，記圈員應記錄所有運動員跑完的圈數。5000 米及 5000 米以上及競走專案比賽時，應指定若干記圈員，在總裁判的指揮下進行工作。記圈員應在由大會供應的記圈表格，記下由其負責的運動員每圈的時間（由正式計時員提供）。當採用這種的記圈方法時，每名記圈員負責的運動員人數不得超過 4 人（競走專案不得超過 6 人）。可採用需要運動員須佩帶晶片的那一種電腦系統替代人手記圈。
2. 一名記圈員應負責在終線處顯示剩圈數。當領先運動員每次進入終點直道時，應改變顯示圈數。此外，在適當時機，應以人工方式通知落後于領先運動員一圈或以上的運動員的剩餘圈數。
最後一圈時，應以訊號通知每名運動員，通常以鈴聲作為訊號。

第 132 條 競賽秘書 (Competition Secretary)

競賽秘書應收集每個專案的全部成績，及由總裁判、計時長或終點攝影計時長和風速測量員提供的資料。他應將這些資料立即通知宣佈員，還要記錄比賽結果。並將成績表格送交競賽主任。

當使用電腦管理系統時，在每個田賽比賽場地的電腦記錄員應確保將該項的全部成績輸入電腦；輸入徑賽成績應在終點攝影計時長的指揮下進行。宣佈員和競賽主任應通過電腦獲取成績。

第 133 條 比賽場地糾察員 (Marshal)

比賽場地糾察員對比賽場地有管轄權。除有關工作人員、已被召集的運動員及特許人士外，不應讓其他人員進入或逗留在比賽場內。

第 134 條 宣佈員 (Announcer)

宣佈員應向大眾宣佈參加每項比賽運動員的姓名、號碼以及其他有關資料，例如分組名單、跑線或站位和比賽的中途時間。宣佈員收到每項成績（名次、時間、高度和速度）後應儘快宣佈。

舉行規則 1.(a)的比賽，應由國際田聯指派英語和法語宣佈員，與專案主管(Event Presentation Manager) 協作並在大會及/或在技術代表的指導下負責宣佈所有事宜。

第 135 條 大會測量員 (Official Surveyor)

大會測量員應檢測場地的標記和裝置的精確度，在運動會開始之前向技術主管提供有關檢測結果的證書。

為方便進行檢測，應給予他有查看運動場平面圖、設計圖則及最新的丈量報告的權力。

第 136 條 風速測量員 (Wind Gauge Operator)

風速測量員應保證按規則 163.9(徑賽)及規則 184.5(田賽)的規定放置風速儀，測定有關專案的風速，記錄測量資料，在記錄表上簽名後送交競賽秘書。

第 137 條 電子丈量裁判員 (Measurement Judge (Electronic))

當使用電子測距器時，應任命 1 名電子丈量裁判員。

運動會開始前，他應與有關技術人員會面，以熟悉儀器的操作。

比賽前，他應監督儀器的安放，考慮技術員所提出的技術要求。

為保證該儀器運作正常，在一個專案比賽的前後，在裁判及總裁判的協作下，使用經校驗的鋼尺對一組電子的丈量成績進行檢測，以確認兩種測量結果相符。

比賽中，他仍然要全面掌管儀器的操作。他應向田賽總裁判報告，證明該儀器的準確性。

第 138 條 檢錄裁判員 (Call Room Judge)

檢錄長(Call Room Chief Judge)應監督運動員從熱身場地到比賽場地之往返，確保在檢錄室檢錄後的運動員依預定時間進場比賽。

檢錄裁判員應確保運動員穿上由其國家監管機構批准之國家隊或屬會的比賽服裝，正確佩帶號碼布並須與出賽名單一致，鞋、鞋釘的數量及規格、服裝和手提袋的廣告應符合國際田聯的規則和條例的要求。未經批准的物品不得帶入比賽場地。檢錄裁判員應向檢錄長報告所有在檢錄室內發生而不能解決的問題。

第 139 條 廣告總監 (Advertising Commissioner)

廣告專員總監(如有委任)應監督並執行現行國際田聯的廣告規則和條例。向檢錄長報告所有在檢錄室內發生而不能解決的廣告問題。

第二節

比賽通則 (General Competition Rules)

第 140 條

田徑場設施 (The Athletic Facility)

任何堅固、勻質、及符合『國際田聯田徑場地設施手冊』的規定均可用於田徑運動。規則 1.(a)的田徑比賽和國際田聯直接控制的比賽只准在鋪設人工合成地面(Synthetic Surface)的設施上舉行，該跑道地面應符合國際田聯的規格並取得現行有效的國際田聯批准的一級證書。如具備此種設施，建議規則 1.(b)至(h)的比賽也應在此種設施上舉行。

在任何情況下，舉辦規則第 1 條 1(a)至(h)的比賽場地，應持有國際田聯設施認證制度的二級證書，以確保跑道及田賽設施之尺寸規格符合要求。

註 1：國際田聯在 2003 年出版的【國際田聯田徑場地設施手冊】，內容對田徑場地設施的規劃及建造規格均有詳細記載，包括跑道的標準及標記的圖解，可向該會訂購。

註 2：場地設施的量度標準表格可向國際田聯索取或在其網頁下載。

註 3：本規則不適用於在公路舉行的賽跑和競步以及越野賽。

第 141 條

年齡組別 (Age Groups)

下列年齡組別適用於國際田聯的比賽：

男子和女子少年組：凡比賽當年 12 月 31 日為 16 及 17 歲的運動員。

男子和女子青年組：凡比賽當年 12 月 31 日為 18 及 19 歲的運動員。

男子元老組：男子從 35 歲生日開始成為男子元老運動員。

女子元老組：女子從 35 歲生日開始成為女子元老運動員。

註 1：元老組比賽事項，請參考【國際田聯及世界業餘元老體育會手冊】。

註 2：參加國際田聯比賽資，包括最低參賽年齡，將在參賽規章內說明。

第 142 條

報名 (Entries)

- 1 只有符合國際田聯資格規定的合資格運動員(參閱第二章)可參加按國際田聯規則舉行的比賽。
- 2 沒有運動員能參加國外的比賽，除非他的資格受到其本國協會的保證及批准。所有國際比賽，應接受此類資格保證的運動員參賽，除非國際田聯收到對其身份提出異議的反對意見。

兼項 (Simultaneous Entries)

- 3 如果一名運動員同時參加一個徑賽專案和一個田賽專案或多個田賽專案，有關總裁判可以允許運動員在某一輪的比賽中，或在跳高和撐竿跳高的每一次試跳中，以不同於賽前抽籤排定的順序進行一次試跳（擲）。如果該運動員在後來的試跳（擲）不在場，一旦該次試跳（擲）時限已過，應以該運動員申請免跳或免擲的方法處理。在跳高及撐竿跳高專案，某一位運動員在其他運動員已完成比賽時仍未出現，而當給予該運動員另一次試跳時限已過，總裁判將判該運動員棄權。

編者註釋：在國際比賽中，運動員因兼項而錯過的輪次（round）或輪序（order）不能獲得補回。在「香港業餘田徑總會」主辦的比賽中，錯過的輪次不能獲得補回，但錯過的輪序可獲得補回。請參閱「附件 1」，有更詳細的解釋。

缺席比賽 (Failure to participate)

- 4 在規則 1 條 1(a)、(b)及(c)的比賽中，除下列後所述，如發生下列情況，應取消有關運動員參加該次比賽所有後繼專案（包括接力在內）的參賽資格：

(a)經最後確認 (Final Confirmation)，某運動員將參加某專案比賽，但後來沒有參加比賽。

(b)運動員通過及格賽或分組賽取得某專案的後繼賽次參賽資格，但後來未繼續參加比賽者。

如果運動員提供一份醫生證明書，並得到國際田聯或大會指定的醫生認可，則可接納為該運動員在最後確認報名後或相繼的比賽缺席，但能在翌日出賽的理由。其他合理的理由(例如：非由運動員本身所引起的，例如大會供應的交通工具發生問題)，亦可由技術主委接納。

註 1：辦理最後確認的限期，應事先以書面公佈。

註 2：缺席比賽包括不認真地參加比賽。這條規則應由有關總裁判判決，並必須將理由記錄在正式成績表內。在全能比賽中的專案不執行此條文的規定。

編者註釋：在「香港業餘田徑總會」主辦的比賽中，當運動員在徑賽專案取得決賽資格，但又不出席決賽時，方被取消後繼專案（包括接力比賽）的參賽資格。其他比賽可自行另訂規則，但應在賽前公佈。

第 143 條

服裝、鞋及號碼布 (Clothing, Shoes and Number Bibs)

服裝 (Clothing)

1. 各專案參賽運動員必須穿著乾淨的服裝，其設計式樣和穿著方式應無損於觀瞻。服裝應使用著濕時也不透明的材料製成。運動員不得穿著可能妨礙裁判員觀察的服裝，服裝的前後顏色要相同。

在舉行規則第 1 條 1(a)至(e)的比賽，參賽運動員應穿著本國監管機構正式批准的統一服裝。在規則第 1 條 1(e)會際杯至(h)的運動會中，參賽運動員應穿著本國監管機構正式批准的國家隊或屬會服裝。頒獎儀式和運動員獲獎後繞場活動，均應視為比賽的一部分，也應該執行本規則。

鞋 (Shoes)

2. 運動員可以赤腳、單腳或雙腳穿鞋參加比賽。穿鞋比賽的目的是為了使雙腳得到保護和穩定以及牢固地抓住地面。鞋的結構不得為運動員提供任何不公平額外的助力，包括使用科技給予穿著者有不公平的得益，鞋面上允許加橫帶。所有比賽的鞋必須得到國際田聯的認可。

鞋釘數量 (Number of Spikes)

3. 鞋掌和鞋跟的構造至多可安裝 11 枚鞋釘。凡不超過 11 枚鞋釘的運動鞋均可使用，但鞋釘的釘座不得超過 11 個。

鞋釘尺寸 (Dimensions of Spikes)

4. 在塑膠跑道上舉行的比賽，鞋釘在鞋掌和鞋跟外突出的部份，長度不得超過 9 毫米。跳高與標槍鞋釘的突出部分，長度不得超過 12 毫米。鞋釘的最大直徑為 4 毫米。非塑膠跑道鞋釘最大長度為 25 毫米，最大直徑為 4 毫米。

鞋掌與鞋跟 (The Sole and the Heel)

5. 鞋掌和鞋跟可有坑、脊、花紋和突起，但這些部份應採用與鞋掌相同或類似的材料製成。跳高鞋及跳遠鞋的鞋掌最大厚度為 13 毫米，跳高鞋的鞋跟最大厚度為 19 毫米，其他各專案比賽用鞋的厚度不限。

註：鞋掌及鞋跟的厚度是從鞋內頂層量度至鞋外底層的距離，包括上述裝置及任何鬆軟的內層。

鞋的附加物 (Inserts and Additions to the Shoe)

6. 運動員不得在鞋內或鞋外使用任何裝置，使鞋掌超過上述允許的最大厚度或使穿鞋者得到從上述條款中得不到的利益。

號碼布 (Number bibs)

7. 應為每名運動員提供兩個號碼布，比賽中，號碼布要分別佩帶在胸前和背後的顯著位置。在撐竿跳高和跳高比賽中，運動員可在胸前或背後只佩帶一個號碼。號碼必須與秩序冊中的號碼一致。如在比賽時穿訓練服，必須按相同的規定佩帶號碼布。在規則第 1 條 1(e) 至 (h) 的比賽，運動員的姓名或其他合適的身份識別(例如國際田聯的世界排名)均可印在號碼布上。
8. 佩帶號碼布時應保持原狀，不准裁剪、折疊及遮掩。在長跑比賽，可在號碼布上打孔以便透氣，但不能在文字及號碼上打孔。
9. 如採用終點攝影裝置，大會主辦者可要求運動員在短褲側面佩帶額外的黏貼式號碼。不按規定佩帶號碼或其他標誌者，不得參加比賽。

第 144 條

對運動員提供幫助 (Assistance to Athletes)

中途報時 (Indication of Intermediate Times)

- 1 中途時間和第一名運動員的參考時間可予以正式宣告和顯示。除此之外，未經有關總裁判事先批准，在比賽場內，任何人不得向運動員傳遞此類時間訊息。

提供幫助 (Giving Assistance)

2 下列情況不應認為對運動員提供幫助：

(a) 運動員與在非比賽區的教練互傳訊息；為使雙方能互傳訊息又不影響賽事進行，可在鄰近每項田賽舉行地方的觀眾看臺為教練預留座位。

編者註釋：主辦者可因應場地的環境而劃出教練專區，如條件不許可，則教練可在非比賽場地與運動員互傳訊息，但運動員不得離開比賽場區。

(b) 如果運動員需要在比賽場地接受物理治療及/或醫療治理，好使能繼續參賽，可由大會指定穿上臂章、背心或明顯的標致的醫護人員進行；而隨隊的醫護人員經醫務代表及/或技術代表許可後，可在比賽地點以外指定的地方進行治療；若上述兩種處理方法拖延了比賽或運動員的試跳/擲的指定順序，以及當運動員離開檢錄室後接受由非認許的人員在比賽中或比賽前進行治療，便視為對運動員提供幫助。

據本規則的目的，下列情況是為對運動員提供幫助：

(c) 由非參賽者、已被超圈的或將被超圈的賽跑或競走運動員，或使用任何技術設備提供速度分配(pacing)的幫助。

(d) 在比賽場內藏有或使用攝錄機、卡式答錄機、收音機、CD 機、無線電通訊機、手提電話或類似裝置。

比賽中在比賽場內提供或接受幫助的任何運動員、有關總裁判必須給予警告，並告誡他如重犯將取消其該專案的比賽資格。若運動員被取消參賽資格後，在該專案該圈(Round)的成績將宣告無效，但同一專案上一圈(Qualifying Round)的成績有效。

風的訊息 (Wind Information)

3 在各個跳躍、鐵餅及標槍擲專案比賽場地的合適位置，應設置一個風標(Wind sock)，以便向運動員顯示大致的風向和風力。

飲水/海綿 (Drinking / Sponging)

4 在 5000 米或 5000 米以上的徑賽專案中，組委會可根據天氣情況向運動員提供飲用水和浸水的海綿塊。

第 145 條

取消比賽資格 (Disqualification)

1. 如參賽者在一個比賽一專案因違犯國際田聯的技術規則而被判取消參賽資格，應在正式成績中註明他所違犯的國際田聯規則條款，在該專案該圈(Round)的成績將宣告無效，但同一專案上一圈(Qualifying Round)的成績有效。但無論如何不會影響其往後專案的參賽資格。
2. 運動員有違反體育道德或不恰當的行為 (Unsporting or Improper Mannel)，可導致其被總裁判取消在本次比賽中所有往後專案的比賽資格，若運動員被取消參賽資格，在該專案該圈(Round)的成績將宣告無效，但同一專案上一圈(Qualifying Round)的成績有效。如認為該次犯規性質嚴重，競賽主委 (Competition Director) 應向有關監管機構報告，根據規則第 22 條 1(f)的規定，考慮進一步的紀律處分。

第 146 條 抗議及上訴 (Protests & Appeals)

1. 對運動員的參賽資格提出抗議，應在運動會開始前向技術代表提出，及有權向上訴委員會上訴技術代表所作的決定。如果在運動會閉幕前未能圓滿解決，應允許該運動員“在抗議下”參加比賽，並將此案提交國際田聯理事會。
2. 抗議涉及某專案的成績或執行，應在該成績正式宣告後的 30 分鐘內提出。大會組委會應確保將所有成績宣告的時間記錄下來。
3. 所有的抗議應首先由運動員本人或其代表向有關總裁判口頭提出。爲了作出公正裁決，總裁判認爲有需要時，應考慮任何證據，包括照片或由正式錄像機拍攝的錄影或其他錄影。總裁判可就抗議作出裁決，也可將問題提交上訴委員會。對總裁判作出的裁決，可有向上訴委員會提出上訴的權利。
4. (a) 在徑賽專案，如果運動員被判違反起跑規則，但他立刻提出口頭上訴，徑賽總裁判可酌情允許該運動員「在抗議下」參加比賽，以保障各有關人仕之權利。但如果判決是根據「偷跑偵察儀」而作出的，則上訴不會被接納，除非總裁判有理由相信該儀器提供資料是明顯錯誤的。
在使用「偷跑偵察儀」的專案，可因發令員未召回一個犯規的起跑而提出上訴，但只可由該次比賽(Race)的運動員或其代表提出，如上訴得直，按規則 162.7 的規定，犯規的運動員將被取消資格。
(b) 在田賽專案中，如果運動員對試跳（擲）失敗的判罰立即作出口頭抗議。該項總裁判可下令丈量並記錯該次成績，以保障各有關人仕之權利。
5. 凡上交上訴委員會的上訴應在正式宣告有關總裁判的判決之後的 30 分鐘內提出，上訴應以書面形式，且由代表該運動員的負責人簽名，並附上 100 美元或其他等值貨幣的上訴費。如果抗議不能得值，則沒收上訴費。
6. 上訴委員會應諮詢所有的有關人仕，包括總裁判及裁判員。如上訴委員會有疑問，可以考慮其他證據，包括視象的證據，如仍無法達成決議，應維持總裁判之判決。
註：如上訴委員會或技術主委不在場，總裁判之判決爲最後判決。

第 147 條 男女混合比賽 (Mixed Competition)

完全在運動場內舉行的各項比賽，不得有男、女混合參加的比賽專案。

第 148 條 丈量 (Measurements)

舉辦規則第 1 條 1(a)至(c)的比賽，所有田賽及徑賽專案的丈量必須使用經過校驗的鋼制卷尺、直尺或科學丈量儀器。所用的鋼制卷尺、直尺或科學丈量儀器必須經國際田聯檢定，各種丈量儀器的精度必須經主辦國的計量主管部門鑒定，所有丈量必須符合國家及國際標準。
除規則 1.(a)至(c)的比賽外，其他比賽可以使用纖維卷尺。
註：有關紀錄之承認，請參閱規則 260.26(a)。

第 149 條
有效的成績 (Validity of Performances)

運動員只有在按國際田聯規則舉辦的正式比賽中創造的成績方為有效。

第 150 條
視像錄影 (Video Recording)

舉辦規則第 1 條 1(a)和(b)的比賽，條件允許時也應包括其他比賽，建議使用大會 正式攝錄機拍攝所有專案的比賽，以記錄成績的準確性和犯規的情況，用作證明。

第 151 條
計分 (Scoring)

按名次計取總分的比賽，計分方法須在比賽前始前得到所有參賽國的同意。

第三節 徑賽專案 (Track Events)

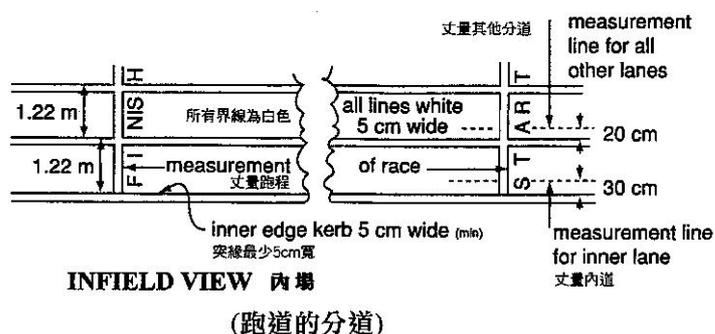
規則 163.2、163.36(除 230.9 及 240.9)、164.3、165 亦適用於第七節(競走專案)、第八節(公路賽跑)及第九節(越野賽跑)

第 160 條

跑道量度 (Track Measurements)

標準跑道全長為 400 米，應由兩個平行的直道和兩個半徑相等的彎道組成。除草地跑道外，跑道內側應用適宜材料製成的突緣(kerb)加以分界。突緣高約 50 釐米，寬至少 5 釐米。如因舉行田賽專案比賽而需臨時移開突緣的一部份，應用 5 釐米寬的白線標出原來突緣位置並在相隔至多 4 米的地方放置塑膠錐形物或小旗，其高度至少 20 釐米，錐形物或旗杆之底部邊緣要接觸分道線之內緣。本條款同樣適用於障礙賽跑中運動員從主跑道轉向跨越水池所跑的那部份跑道。對於沒有突緣的草地跑道，用 5 釐米寬的線條標出跑道內緣，還應以 5 米間隔設置小旗。為防止運動員踩線，旗應插在線上，並向跑道外傾斜，與地面成 60 度角，小旗規格約 25 厘 X 20 釐米，旗杆長 45 釐米最為適宜。

1. 應在離跑道內突緣外緣 30 釐米處丈量跑道長度。如無突緣應在標誌線外緣以外 20 釐米處進行丈量。



2. 賽跑的距離應從起跑線離終點較遠的邊緣，量至終點線離起點較近的邊緣。
3. 400 米及 400 米以下各項徑賽，每名運動員應佔有一條分道，最大寬度為 1.25 米，分道線寬 5 釐米，所有分道寬應相同。第一分道應按上述第 2 款的規定丈量，其他分道的長度應在內側分道線外緣以外 20 釐米處進行丈量。

註：2004 年 1 月 1 日後建造的跑道，跑道的寬度必須為 1.22 米 ± 0.01 米

註：各分道寬應包括右側分道線。(見規則 163.3 及 163.44)

4. 在規則第 1 條 1(a)、(b)、(c)的國際比賽中，徑賽跑道應設 8 條分道。
5. 跑道的側向傾斜度最大不得超過 1:100，在跑進方向的向下總傾斜度不得超過 1:1000。
註：建議新建跑道應向內側傾斜。
6. 有關跑道的建造、佈局及標記的詳細技術資料，請參閱【國際田聯田徑場地設施手冊】，內裏的基本原則是要遵從的。

第 161 條 起跑器 (Starting Blocks)

1. 400 米及 400 米以下（包括 4x200 米和 4x400 米接力的第一棒）的各項賽跑必須使用起跑器，其他各項賽跑均不得使用起跑器。在跑道上安放起跑器時，起跑器的任何部份不得觸及起跑線或延伸至其他分道。
起跑器必須符合下列規格：
 - (a) 起跑器的結構必須十分堅固，不會給運動員以不公正的利益。
 - (b) 起跑器可用釘子固定在跑道上，但要儘量減少對跑道的破壞，並能很容易撤掉。釘子的數量、直徑、長度應根據跑道的結構而定。其牢固的程度，必須在實際起跑時不致移動。
 - (c) 運動員使用自備起跑器時，它們必須符合上述(a)、(b)的規定。任何式樣或結構均可，但不得妨礙其他運動員。
 - (d) 由大會提供的起跑器還應符合下列規格：
起跑器應包括兩塊抵腳板，供運動員起跑時蹬踏。抵腳板應固定在堅固的框架上，不得妨礙運動員雙腳蹬離。抵腳板應傾斜，以適應運動員的起跑姿勢。板面可以是平的，也可稍呈凹形，板面上可有槽穴或覆蓋適宜物質以容納運動員的鞋釘。
安裝在堅固框架上的抵腳板可以調較，但在起跑時不能移動。在任何情況下，抵腳板都可以前後調較，調較後必須用堅固的夾子或鎖扣加以固定，操作方式要方便迅速。
2. 在規則第 1 條 1(a)、(b)、(c)的比賽中，起跑器應與國際田聯批准的偷跑偵察器連接。發令員及/或指定的召回發令員應頭戴耳機，以便能清楚地聽到該儀器檢測到起跑犯規時（反應時間小於 100/1000 秒）發出的音響訊號。當發令員及/或指定的召回發令員聽到此音響訊號，如果發令槍已響或認司的發令裝置已啟動，應發出召回訊號。發令員應立即檢查「偷跑偵察器」上的起跑反應時間，以便確認誰人應負上起跑犯規的責任。強烈建議在所有其比賽中使用這套系統。
3. 在規則 1 條 1(a)、(b)、(c)、(d)和(e)的比賽中，運動員必須使用大會提供的起跑器。在全天候跑道上舉行的其他比賽中，主辦者可規定只准運動員使用大會提供的起跑器。

第 162 條 起跑 (The Start)

1. 比賽起點應用 5 釐米寬的白線標出，不分道跑的徑賽專案，起跑線應為弧線，從而使所有運動員到達終點所跑距離相等。所有距離之起步點之編號均為由左至右，面向跑進方向。
2. 各項徑賽應用發令槍或認可發令裝置朝天鳴放起跑。發令應在發令員確認運動員處於穩定狀態及起跑姿勢正確之後進行。
3. 在國際比賽中，除下列註釋外，400 米及 400 米以下（包括 4x200 米及 4x400 米）的各項徑賽，發令員用本國語言、英語或法語發出“各就位”，(on your marks) 及“預備”的口令，當運動員全部“預備”就緒，即可鳴槍或啟動認可之發令裝置。運

動員已就位時，其雙手或雙腳不得觸及起跑線或線前地面。

400 米以上的專案，只用“各就位”(on your marks)口令，在所有運動員穩定時鳴槍或啓動認可之發令裝置。起跑時運動員不得單手或雙手觸地。

註：在規則 1.1(a)及(b)的比賽，只用英語發出口令。

編者註釋：運動員在接力比賽之起跑使用蹲踞式起跑，只要雙手放在起跑線後，即使接力棒接觸到起跑線或前端之地面，不應判違例。

4. 在運動員做好各就位姿勢後，無論何種原因，發令員如對已進行的起跑準備不滿意，他均應命令所有運動員從起跑位置上撤回，然後由發令員助理重新將運動員召集在起跑集合線上。

400 米及 400 米以下（包括 4x200 米和 4x400 米接力的第一棒）運動員必須使用蹲踞式及使用起跑器起跑。

在“各就位”口令之後，運動員必須走向起跑線，完全在自己分道內和起跑線後做好準備姿勢，雙手和一膝蓋必須與地面接觸，雙腳必須接觸起跑器。發出“預備”口令後時，運動員應立即擡高身體重心做好最後起跑姿態，此時運動員的雙手仍須與地面接觸，兩腳不得離開起跑器之腳板。

5. 在“各就位”或“預備”口令發出後，所有運動員應立即做好最後的預備姿勢，不得延誤。

起跑犯規(False Start)

6. 運動員在做好最後預備姿勢之後，不准作出起跑動作，直至聽到鳴槍或認可的發令裝置訊號後方可；根據發令員或召回令員的判斷，若某一運動員提早起跑，便視為起跑犯規。

下列情況，亦可被發令員判起跑犯規：

(a) 經適當時間仍不服從起跑命令者。

(b) 下達“各就位”口令後，運動員用聲音或其他方式干擾比賽中的其他運動員。

註：如使用「偷跑偵察器」在正常狀況下，發令員應依據該儀器發出的資料為最後的判決。(可參考規則第 161 條 2 有關「偷跑偵察器」運作)

7. 對起跑犯規的運動員，必須予以警告。除全能比賽外，每次比賽(Race)只可有一次對起跑犯規的運動員（同一次可能一人或多人）不取消其比賽資格，在此之後任何起跑犯規的運動員均被取消參賽資格。

在全能運動中對兩次起跑犯規負有責任的運動員，應取消其比賽資格。

8. 若發令員或任何召回發令員認為起跑不公允，應鳴槍召回運動員。|

註：在實際情形中，當一人或多人起跑犯規時，其他運動員亦會隨之而起跑，嚴格來說，跟隨者也屬起跑犯規，發令員只應警告他認為對起跑犯規負有責任的一名或多名運動員，因此受警告的運動員可能不止一人。如起跑犯規並非由運動員引起，則不應發出警告，並向所有運動員出示綠牌。

1000 米、2000 米、3000 米、5000 米和 10000 米跑

9. 在這些專案的比賽中，如果運動員超過 12 人時，可將他們分成兩組同時起跑。大約 65% 的運動員為第一組在常規起跑線處起跑，其餘運動員為第二組，在另一條弧線處同時起跑，該起跑線劃在外側一半跑道上；第二組運動員沿著外側一半跑道跑至第一彎道末端。

劃第二條弧形起跑線應使所有運動員跑進的距離相等。

在 2000 米和 10000 米跑時，外道組運動員在越過規則第 163.5 所述的 800 米搶道線後，可與使用常規起跑線起跑的運動員匯合一起跑進。

在 1000 米、3000 米及 5000 米跑時，應在進入終點直道處標明外道組起跑的運動員在何處可與使用常規起跑線起跑的運動員匯合一起跑進。可從第二條起跑線至兩組運動員匯合處在第四、五分道間（如只有六條分道，則在第三、四分道之間）的分道線上放置 5X5 釐米規格的標記，如錐形物或小旗等。

第 163 條 比賽 (The Race)

1. 跑進的方向應為左手靠內場。分道編號應以左手最內側為第一分道。

阻擋 (Obstruction)

2. 任何賽跑或競步運動員擠撞或阻擋其他運動員，從而妨礙其前進時，可導致被取消其該項比賽的資格。有關總裁判有權命令除被取消資格以外的運動員重賽。如發生於預賽，可允許由於受阻擋而受到嚴重影響的運動員參加下一賽次比賽（被取消資格的運動員除外）。通常，該運動員認真地完成該項比賽。

不管是否存在取消資格的情況，在特殊情況下，總裁判如認為重新比賽是公正和有理由的，可下令重賽。

分道跑 (Running in Lanes)

3. 在分道跑的比賽中，運動員應自始至終在各自分道內跑進。這也適用於部份分道跑徑賽，例如 800 米的分道跑部分。除本條第 4 款外，如果有關總裁判確認裁判員、檢察員或其他人員關於某運動員跑出了自己分道的報告，應取消該運動員的比賽資格。

4. 運動員由於受他人推或擠而跑出自己的分道，未從中獲得實際利益，則不應取消其比賽資格。

如果出現下列兩種情況，不應取消運動員的比賽資格：

- (a) 運動員在直道上跑出自己分道，未從中獲得實際利益；或
- (b) 在彎道上跑出自己的分道外側分道線，未從中獲得實際利益，其他運動員也未受阻擋。

5. 在規則 1.(a)、(b)、(c) 的比賽中，800 米跑應為分道跑，直至運動員跑過第一個彎道後的搶道線之接近邊緣，之後可離開自己的分道。

搶道線為一條弧線，寬 5 釐米，橫跨跑道，在搶道線兩端的跑道外側各插一面標誌旗，旗高至少 1.50 米，距最近的跑道線 30 釐米。

註 1：為了幫助運動員確認搶道線，可在各緊接搶道線與跑道線交界處之前的跑線上放置錐形物或棱柱體，面積為 (5X5 釐米)，最高 15 釐米，顏色與搶道線及跑道線應明顯不同。

註 2：在國際比賽，參賽國可協商採用不分道跑。

離開跑道 (Leaving the Track)

- 擅自離開跑道或比賽路線的運動員，不得繼續比賽。

標記 (Check-marks)

- 除全程或第一部份為分道接力賽跑外，運動員不得沿跑道造標記或放置物品，以取得幫助。

風速測定 (Wind Measurement)

- 風速測定時間，應按如下規定並從發令槍的閃光或認可的發令裝置發出訊號時開始計算：

100 米.....10 秒

100 米欄.....13 秒

110 米欄.....13 秒

在 200 米比賽中，風速應從第一名運動員進入直道時開始測定 10 秒鐘。

- 測定徑賽專案時，風速儀應置於直道靠近第一分道旁，距離終點線 50 米。風速儀的高度為 1.22 米，離開跑道邊緣不得超過 2 米。

- 風速的判績單位為米/秒，進位到跑進方向較差 1/10 米/秒（即+2.03 米/秒記錄為 +2.1 米/秒，-2.03 米/秒記錄為-2.0 米/秒），顯示 1/10 米/秒的數位式風速儀應具備自動進位的功能，以與本規則相符。

所有風速儀必須經國際田聯檢定，儀器的精度，必須經主辦國的計量主管部門鑒定，所有丈量必須符合國家及國際標準。

- 舉辦規則第 1 條 1(a)至(f)的國際比賽，應使用超音波風速計 (ultrasonic wind gauge)。

機械式的風速儀應有適當的保護裝置以減少受側風的影響；當使用管形裝置時，裝在風速儀兩邊管的長度不能小於管的直徑兩倍。

- 風速儀可用自動或遙控裝置來控制開關，資料資料直接傳至電腦。

編者註釋：個人專案，當風速超過每秒+2.0 米時，紀錄不予承認。

第 164 條

終點 (The Finish)

比賽的終點應用 5 釐米寬的白線標出。

- 為有助於終點攝影裝置對正終點線及判讀終點攝影膠片，分道線與終點線的交叉點應以適當方式漆成黑色。
- 判定運動員的終點名次，應以其軀幹（不包括頭、頸、臂、腿、手或足）任何部份，到達終點線較接近的邊緣的垂直平面的順序為準。
- 在規定時間的計程比賽中，發令員必須在規定時間結束前一分鐘鳴槍。以預告運動員和裁判員比賽即將結束。發令員應在計時長指揮下，在規定的比賽結束時間再次鳴槍結束比賽。鳴槍瞬間為結束的訊號，有關裁判員應標出每個運動員在鳴槍前或鳴槍瞬間最後一次觸及跑道的確實地點，丈量所跑距離應算到運動員最後足迹的後緣，以米為最小單位，不足 1 米不計。比賽開始前，應為每名運動員至少指派一名終點裁判員以便標出該運動員所完成的比賽距離。

第 165 條

計時及終點攝影 (Timing and Photo Finish)

1. 下列有三種計時方法被承認為正式計時：
 - 手計時。
 - 在終點攝影系統取得的全自動計時。
 - 在轉發器系統(Transponder System)取得的時間，但只適用於規則 230(不完全在運動內舉行的比賽)、規則 240 及 250 的比賽。
2. 每名運動員的時間是讀取該運動員的軀幹，恰好到達終點線較接近的邊緣的垂直平面的時間。
3. 應計取所有抵達終點運動員的時間，此外，如有可能，計取 800 米及 800 米以上的專案的每圈時間和 3000 米及 300 米以上專案的每 1000 米時間。

手計時 (Hand Timing)

4. 計時員應在跑道外與終點線排成一直線。如有可能，計時員的位置應距跑道至少 5 米遠。為了使他們有較佳的位置觀察終點線，應提供升高的計時台。
5. 計時員應使用機械秒錶或人工作業的數位式電子秒錶。本條款中均以“表”來代表這兩種計時器。
6. 規則 165.3 所述的每圈時間(lap time)或中途時間(intermediate time)可由指定的計時員使用能計取多個時間的秒錶計取，或可由額外的計時員計取。
7. 計時應從發令槍或認司的發令裝置發出的閃光或煙開始。
8. 每個專案第一名運動員的成績應有三名正式計時員（其中一人為計時長）和一至二名後備計時員計取。後備計時員所計的成績不會被考慮，除非一名或一名以上的正式計時員的表不能準確計取時間，後備計時員的表才可用來替捕。但事先要規定好替捕的順序，使所有徑賽的第一名都有三個表計取正式成績。
9. 每名計時員應獨立工作，不得讓其他任何人看表或討論其所計的成績，將成績填寫在成績記錄表格，簽名後交計時長，計時長可以驗表，以核對所報成績。
10. 在跑道上舉行的徑賽專案，手計時成績應判讀到較差的 1/10 秒。部份或全部在場外舉行的徑賽專案，手計時成績應判讀到較差的整秒，如馬拉松 2:09:44.3 應進位成 2:09:45。
停錶時如果指標停在兩線之間，應按較差的時間計算。使用 1/100 秒的秒錶或人工作業的數位式電子秒錶，當小數點後面的第二位數不是零時，應進位成較差的 1/10 秒，如 10.11 秒應進位成 10.2 秒。
11. 在三隻正式表中，兩隻表所計時間相同而第三隻表不同時，應以這兩隻表所計時間為準；如三隻表所計時間各不相同，應以中間時間為準；如只使用兩隻秒錶，所計時間各不相同時，應以較差的時間作為正式成績。
12. 計時長應根據上述規則判定每名運動員的正式成績，並提供比賽成績給競賽秘書以便公佈。

全自動終點攝影裝置 (Fully Automatic Photo Finish)

13. 所有比賽均須採用由國際田聯核准的全自動終點攝影裝置。

系統 (The system)

14. 全自動終點攝影裝置必須得到國際田聯檢定，並根據比賽四年內所作的一次精度測試結果進行審批。該器材必須從發令員的槍或認可的發令裝置自動啓動，從鳴槍到此計時系統啓動之間的總延誤時間是穩定的，並要少於 1/1000 秒。
15. 只能自動開或停，而不能兩者都自動操作的計時器材，既不視為人手計時，也不視為全自動計時，其測得的時間不得作為正式比賽時間。出現這種情況時，從該膠片判讀的時間，在任何情況下都不應被承認為正式時間，但該膠片仍可作為決定名次和調整運動員之間的相隔時間的有效證據。
註：如計時器材未被發令員的槍或認可的發令裝置啓動，印在膠片上的時標必須自動標示出這一實情。
16. 記錄運動員過終點次序的方法是在終點線延長線上，安裝一架裝有垂直縫隙的攝影機，製成一個連續的影像，該影像同時與均勻標記出 1/100 秒的累進時標同步。
17. 運動員的時間和名次是用游標(cursor)從圖片讀出，圖片時間基線及判讀線須保證互相垂直。
18. 該系統必須能印出圖片，圖上顯示出每個運動員的時間。

操作 (Operation)

19. 終點攝影裁判應負責整個計時系統的操作。運動會開始前，他應與有關技術人員聯繫，熟悉掌握此種儀器，他應監督該儀器的住置安放及測試。每一節比賽開始前，終點攝影裁判長在徑賽總裁判及發令員的幫助下進檢查，以確保計時儀器是由發令槍或認可的發令裝置自動啓動並匹配無誤，同時負責歸零的操控。
20. 如有可能，至少要有兩架點攝影機分別從兩側同時拍攝，更希望這些計時器在技術上應相對獨立，即採用不同電源，採用不同器材及電纜以記錄及傳送發令槍或認可的發令裝置發出的訊號。
註：如用兩台或兩台以上終點攝影機時，會前應由技術代表(或國際終點攝影裁判)指定其中的一台為正試攝影機。當有理由懷疑正式攝影機的準確或有必要使用輔助照片來驗證運動員抵達終點先後順序(在正式照片上，運動員的全身或部份被遮蓋)。才可使用後備攝影機記錄的時間及名次。
21. 終點攝影裁判長在兩位助手的協助下，決定運動員的名次及時間，確保該等成績正確地填寫在表格上，並送給秘書。
22. 從終點攝影機取得的時間應作為正式成績，除非有關裁判以任何理由判定該計時器肯定明顯不精確。如出現上述情況，後備計時員計取的時間可以成為正式成績，如有可能，以從終點攝影圖片上獲得的時間間隔為準，予以調整。必須委派計時員作為後備，以防計時系統失靈。
23. 用下列方法攝取終點攝影圖片的時間：
 - (a) 10000 米及 10000 米以下的各項徑賽成績，判讀及記錄均為 1/100 秒；除非時剛好 1/100 秒正，否則要進位到較差的 1/100 秒。
 - (b) 在跑道上舉行的 10000 米以上的各項徑賽，判讀時間為 1/100 秒，但，如末位數不為零時，應進位到較差的 1/10 秒。如 20000 米跑的時間為 59:26.32 應記為 59:26.4。
 - (c) 部份或全部在場外舉行的所有徑賽專案，其時間應判讀到 1/100 秒，但記錄為整秒，如最末位元數位不為零時，應進位成較差的整秒。如馬拉松的時間為 2:09:44.32，應記為 2:09:45。

轉發器系統(Transponder System)

24. 在規則 230(不完全在運動內舉行的比賽、規則 240 及 250 的比賽，准許採用轉發器(Transponder)計時系統，但要符合下列之條件：

- (a)裝置在起點，沿途或終點線的器材，不得對運動員的行進構成明顯阻擋或障礙。
- (b)將感測器連同外殼帶在運動員制服上，號碼布或鞋上時，重量不明顯。
- (c)系統由發令槍或認可的發令裝置啓動。
- (d)在比賽中，該系統在終點線或途中各終點線，成績傳遞或處理，不需要運動員採取任何動作。
- (e)時間解析度為 1/10 秒(即以 1/10 秒區分各運動員的結束時間)。時間應判讀到 1/10 秒，當判讀時間的末尾 2 位數不為零時，應進位成較差的整秒。如馬拉松的時間為 2:09:44.3，應記為 2:09:45。
註：正式成績應計取發令槍發出訊號至運動員抵達終點線時的時間；越過起跑線至越過終點線間的時間可讓運動員知道但這時間不能成為正式時間。
- (f)雖然時間及名次被正式承認，但當有需要時應採用規則第 164.3 及 165.5 條。

註：提議由裁判及/或採用錄映裝置以幫助決定名次。

第 166 條

徑賽的分組、抽籤及賽次晉升

(Seedings, Draws-and-Qualification in Track Events)

賽次及初賽 (Rounds and Heats)

1. 參賽運動員數量太多，不能在一個賽次(決賽)進行比賽的徑賽專案，應舉行若干賽次的比賽(初賽)。舉行此類決賽前各賽次比賽時，所有運動員必須參加及通過所有賽次，以取得決賽的資格。

2. 初賽，半准決賽及准決賽的編排，將由技術代表安排；如未委派技術代表，則由組委會安排。

如無特殊情況，應使用下表確定徑賽專案的賽次，各賽次的組數和每一賽次的錄取方法：

100 米、200 米、400 米、100 米欄、110 米欄，400 米欄

報名人數	第一賽次 Round 1			第二賽次 Round 2			第三賽次 Round 3		
	Heats 組數	錄取人數		Heats 組數	錄取人數		Heats 組數	錄取人數	
		按名次	按成績		按名次	按成績		按名次	按成績
9-16	2	3	2						
17-24	3	2	2						
25-32	4	3	4	2	4				
33-40	5	4	4	3	4	4	2	4	
41-48	6	4	8	4	4		2	4	
49-56	7	4	7	4	4		2	4	
57-64	8	3	8	4	4		2	4	
65-72	9	3	5	4	4		2	4	
73-80	10	3	2	4	4		2	4	
81-88	11	3	7	5	3	1	2	4	
89-96	12	3	4	5	3	1	2	4	
97-104	13	3	9	6	2	4	2	4	
105-112	14	3	6	6	2	4	2	4	

800 米、4x100 米接力、4x400 米接力

報名人數	第一賽次 Round 1			第二賽次 Round 2			第三賽次 Round 3		
	Heats 組數	錄取人數		Heats 組數	錄取人數		Heats 組數	錄取人數	
		按名次	按成績		按名次	按成績		按名次	按成績
9-16	2	3	2						
17-24	3	2	2						
25-32	4	3	4	2	3	2			
33-40	5	2	6	2	3	2			
41-48	6	2	4	2	3	2			
49-56	7	2	2	2	3	2			
57-64	8	2	8	3	2	2			
65-72	9	3	5	4	3	4	2	4	
73-80	10	3	2	4	3	4	2	4	
81-88	11	3	7	5	3	1	2	4	
89-96	12	3	4	5	3	1	2	4	
97-104	13	3	9	6	2	4	2	4	
105-112	14	3	6	6	2	4	2	4	

1500 米

報名人數	第一賽次 Round 1			第二賽次 Round 2		
	Heats 組數	錄取人數		Heats 組數	錄取人數	
		按名次	按成績		按名次	按成績
16-24	2	4	4			
25-36	3	6	6	2	5	2
37-48	4	5	4	2	5	2
49-60	5	4	4	2	5	2
61-72	6	3	6	2	5	2

3000 米障礙賽、3000 米

報名人數	第一賽次 Round 1			第二賽次 Round 2		
	Heats 組數	錄取人數		Heats 組數	錄取人數	
		按名次	按成績		按名次	按成績
16-24	2	4	4			
25-36	3	6	6	2	5	2
37-48	4	5	4	2	5	2
49-60	5	4	4	2	5	2

5000 米

報名人數	第一賽次 Round 1			第二賽次 Round 2		
	Heats 組數	錄取人數		Heats 組數	錄取人數	
		按名次	按成績		按名次	按成績
20-38	2	5	5			
39-57	3	6	6	2	6	3
58-76	4	6	6	2	6	3
77-95	5	5	5	2	6	3

10000 米

報名人數	第一賽次 Round 1		
	Heats 組數	錄取人數	
		按名次	按成績
28-54	2	8	4
55-81	3	5	5
82-108	4	4	4

盡可能將每個國家的運動員及隊，在所有賽次都編在不同的分組。

註 1：當需要安排初賽時，提議盡量根據所有運動員的成績來編組，使最好成績的運動員能進入決賽。

註 2：世界田徑錦賽及奧運會可能使用另一個綿組表，將刊登在各有關比賽的技術規章 (Technical Regulations)。

3. 第一次賽次之後，應按下列程式挑選運動員進入後繼賽次的編排分組：(a) 100 米至包括 400 米在內的各項賽跑，以及 4x400 米及其以下的各項接力比賽，應根據運動員前一賽次的名次和成績，並按下列順序將 運動員排序錄取：
- 第一名時間最快者
 - 第一名時間次快者
 - 第一名時間第三快者，等。
 - 第二名時間最快者
 - 第二名時間次快者
 - 第二名時間第三快者，等。
 - (最後可按下列次序補取：)
 - 以時間成績錄取的最快者
 - 以時間成績錄取的次快者
 - 以時間成績錄取的第三快者，等。
- 然後按[之形分配方法](Zigzag Distribution)編組，例如三個組次應由下列的方法編排：
- A 組：1 6 7 12 13 18 19 24
B 組：2 5 8 11 14 17 20 23
C 組：3 4 9 10 15 16 21 22
- A、B、C 三組比賽的先後次序以抽籤排定。
- (b) 其他各專案應繼續按報名成績編組，只有在前面賽決中提高了成績的運動員才可進行調整。
- 第一圈的比賽，應採用相同方法編排，根據運動員在指定日期內所創造的有效成績來分組。
4. 100 米至包括 800 米在內的各項賽跑，以及 4x400 米及其以下的各項接力比賽，需要多輪比賽時，線道編配如下：
- (a) 第一輪比賽用抽籤方法；
 - (b) 在往後的輪次，先將運動員在前一輪次的成績按規則 166.3(a)包括 800 米或 166.3(b)排序；然後分兩次抽籤決定線道：
 - (c) 排序最高的四名(隊)在 3，4，5 或 6 線
 - (d) 排序最低的四名(隊)在 1，2，7 或 8 線
- 註 1：如不足 8 條跑線時，應調整上述線道編配辦法。*
- 註 2：在規則 1.1(d)至(h)比賽中，800 米賽跑可採用一人或二人佔用一條跑線，或全體運動員在弧線後一齊起跑*
- 註 3：在規則第 1.(a)、(b)及(c)的比賽，通常只在第一輪的比賽採用，除非因為有同名次的問題發生或總裁判已預料到在下一輪比賽某一組的運動員人數將超出規定人數。*
5. 運動員不得在已編定分組之外的其他分組出賽，但在總裁判認為恰當而作出更改之情形下則例外。

6. 在所有初賽之分組，每一組至少應錄取第一、二名晉級下一賽次，建議盡可能在每一組錄取三名。
- 除執行規則第 167 條的情況外，任何運動員可根據規則 166.2 條、特定的比賽規章或技術代表的決定以名次晉級下一賽次，當按時間錄取時，只能採用一種計時方法。
編組後，抽籤決定各組出賽順序。
7. 如有可能，任一賽次的最後一組和後繼賽次的第一組或決賽之間，最短的間隔時間為：
- 200 米及以下各專案-----45 分鐘
200 米以上至包括 1000 米各專案-----90 分鐘
1000 米以上各專案-----不在同一天舉行

單一賽決 (Single Rounds)

8. 在規則第 1.(a)、(b)及(c)的比賽，800 米以上的賽跑、4x400 米以上的接力比賽及只作一輪次的比賽，應以抽籤方法決定線道或起跑位置。
- 編者註釋：比賽主辦者可因應參賽人及時間，自行制定初賽分組、晉升下一賽次的方法及線道編排，請儘量跟從上列規則第 4 條。同一專案的最短間隔時間可參考上列規則第 7 條。

第 167 條 成績相等 (Ties)

成績相等的解決方法如下：

在任一賽次中，按時間錄取進入下一賽次時如遇運動員成績相等，終點攝影裁判長應考慮有關運動員的 1/1000 秒的實際時間。如果成績依然相等，則有關運動員均應安排進入下次賽次，如實際條件不允許，應抽籤決定進入下一賽次的人選。

決賽中出現第一名成績相等，有關總裁判有權按實際情況決定這些成績相等的運動員是否重新比賽；如決定不重賽，則名次並列。其他名次的運動員成績相等時，按並列處理。

第 168 條

跨欄跑 (Hurdle Races)

距離 (Distance) 標準比賽距離如下：

男子 (成年、青年) 及男子少年組：110 米欄、400 米欄

女子 (成年、青年) 及女子少年組：100 米欄、400 米欄

每分道應設有 10 個欄架，依下表規定調較及安放。

男子 (成年、青年) 及男子少年組跨樹專案

比賽距離	起點至第一欄距離	欄間距離	最後一欄至終點距離
110 米	13.72 米	9.14 米	14.02 米
400 米	45 米	35 米	40 米

女子 (成年、青年) 及女子少年組跨欄專案

比賽距離	起點至第一欄距離	欄間距離	最後一欄至終點距離
100 米	13 米	8.5 米	10.5 米
400 米	45 米	35 米	40 米

放置在跑道上的欄架底座的支架應指向運動員的跑來方向。放置欄架時，欄架的橫木接近運動員的跑來方向的邊緣，應與跑道上放欄標記接近運動員的跑來方向的邊緣重合。

- 結構 (Construction)** 欄架用金屬或其他適宜材料製成，頂端橫木採用木料或其他適宜材料。欄架包括兩底座的腳和由一條或數條橫加固的，用以支撐長方形框架的兩根立柱。立柱固定於底座的末端。在橫木頂端中央至少要施加相當於 3.6 千克的水平力才能使欄架翻倒，方為合格。欄架高度可按不同專案進行調整；欄架的佩重也應該按不同欄高予以調整，使各種高度的欄架需要至少施加 3.6 千克及最多 4 千克的力方可被推倒。
- 尺寸規格 (Dimensions) 欄架的標準高度應為：

距離	男子 (成年)	男子 (青年)	男子少年	女子 (成年、青年)	女子少年
110m	1.067m	0.990m	0.914m		
100m				0.840m	0.762m
400m	0.914m	0.914m	0.840m	0.762m	0.762m

註：因製造的差異，1.000 高的欄架亦可用在男子青年組 110 米欄比賽。

欄架寬度應為 1.18 米至 1.20 米

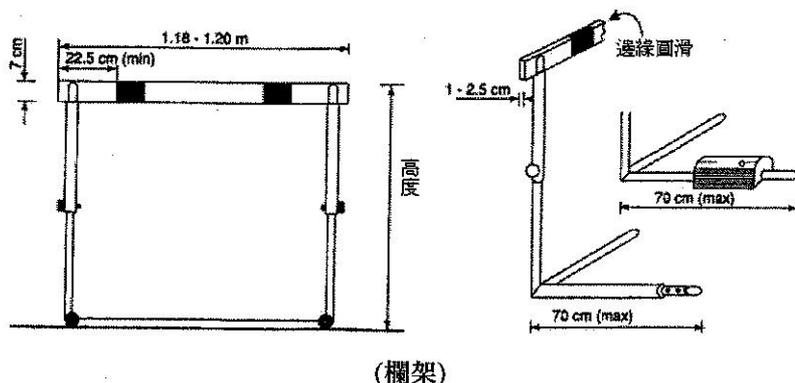
底座最長為 0.70 米

欄架總重量不得少於 10 千克

製作欄架時，欄高的允許誤差為正負 3 毫米。

- 欄頂橫木寬 7 釐米，厚度為 1 至 2.5 釐米，上緣應成圓形，在兩端固定於欄架。

4. 頂部橫木應漆成黑白相間的顏色或其他對比鮮明的顏色，兩端為淺色條紋，其寬度至少 22.5 釐米。



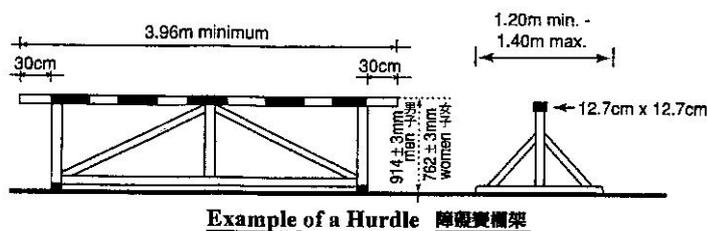
5. 所有跨欄專案均為分道跑，除規則 163.4 條外，運動員應自始至終在各自的分道內跑進。
6. 運動員如觸犯下列事項將被取消比賽資格：
- (a) 不跨過任何欄架；
 - (b) 在過欄瞬間其腳或腿在低於欄頂水平面繞過；
 - (c) 跨越不在其線道的欄架；或
 - (d) 總裁判認為有意地推倒任何欄架。
7. 除本條 7(d)款所述外，運動員碰倒欄架，不應取消比賽資格亦不妨礙承認其紀錄。
8. 創造世界紀錄時使用的欄架，必須完全符合本條規則的規定。

第 169 條

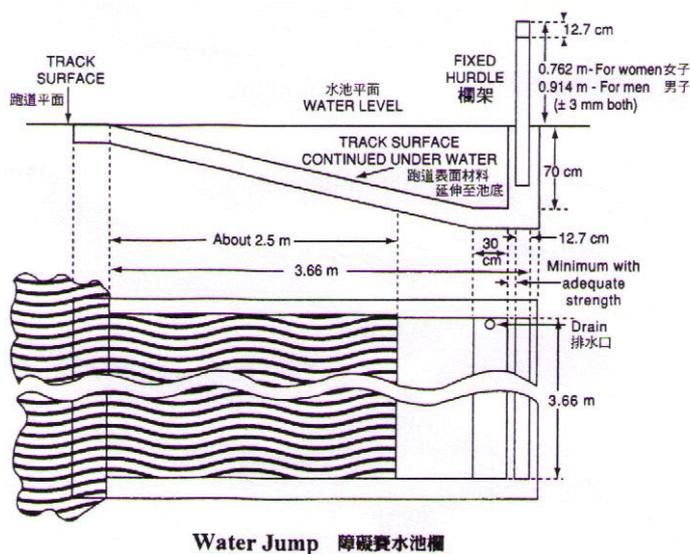
障礙賽跑 (Steeplechase Races)

1. 標準距離為 2000 米和 3000 米
2. 3000 米障礙賽必須越過 28 次欄架和 7 次水池；2000 米障礙賽必須越過 18 次欄架和 5 次水池。
3. 障礙賽跑當運動員第一次經過終點後，每整圈應設五個障礙，水池欄為其中第四個障礙，障礙應均勻分佈，各個障礙之間的距離約為一圈標準長度的五分之一。
註：在 2000 米專案，如果水池欄設在跑道內側，運動員要經過終點線兩次後方為每圈五個障礙
4. 在 3000 米障礙賽跑中，由起點至第一圈開始處不設障礙欄架，先把欄架移開，待運動員進入第一圈後，方把欄架放回。

5. 障礙賽欄架高度，男子應為 0.914 米，女子應為 0.762 米（兩者之誤差均為±3 毫米）；寬最少為 3.96 米。欄架和水池欄架的橫木的截面應為 12.7x12.7 釐米。設在水池的欄架寬度為 3.66 米（±2 釐米），欄架要穩固地安裝在地上，不能有水平方向的移動。頂部橫木應漆成黑白相間的顏色或其他對比鮮明的顏色，兩端為淺色條紋，其寬度至少 22.5 釐米。障礙賽欄架重量應為 80 千克至 100 千克。欄架每邊底座應為 1.20 米至 1.40 米（見附圖）。放置欄架時，應使頂端橫木的一端伸入到跑道內緣 30 釐米。
- 註：建議比賽中第一個障礙欄架寬度至少為 5 米。



6. 水池欄的長度（包括欄架）為 3.66 米（±2 釐米），水池寬度為 3.66 米（±2 釐米）。池底應鋪上墊子或塑膠物料，其厚度應能有效地被跑鞋或鞋釘抓住。比賽開始前，池水應與跑道地面齊平，最多相差 2 釐米。靠近欄架一側的池底深 70 釐米，池壁前為 30 釐米寬的水平池底，然後有規律地升高呈斜坡狀，直至遠端與跑道地面齊平。



7. 運動員必須越過或涉過水面，運動員如觸犯下列事項將被取消比賽資格：
- (a) 不跨過任何欄架；
 - (b) 踏上水池兩邊的任一邊；或
 - (c) 在過欄瞬間其腳或腿在低於欄頂水平面繞過；
- 只要遵守上述的規定，運動員可用任何方式跨越欄架。

第 170 條
接力賽跑 (Relay Races)

1. 應在跑道畫出 5 釐米寬的橫線以標明各段之間的距離及其起點線。
2. 每個接棒區的長度為 20 米，在中心線前後各 10 米；接棒區的開始和結束均從接棒區分界線接近跑進方向的邊緣算起。
3. 4X400 米第一接棒區（或 4X200 米第二接棒區）的中心線與 800 米起跑線相同。
4. 在起/終點線前後 10 米間為 4X400 米的第二及最後接棒區。
5. 進入後直道上(Back Straight)橫跨跑道的弧線，表示允許第二棒運動員（4x400 米）和第三棒運動員（4x200 米）可以離開各自的分道，切入內道。該弧線與規則第 163 條 5 中 800 米跑的搶道線相同。
編者註釋：該弧線即為搶道線，顏色為綠色
6. 4x100 米接力，如有可能也包括 4x200 米接力的賽跑全程為分道跑。
4x200 米（如全程不是分道跑）和 4x400 米接力賽跑，在第 1 圈和第 2 圈的第一彎道末端搶道線前為分道跑。
註：4x200 米和 4x400 米接力賽跑，若參賽隊不超過 4 隊，建議只有第 1 圈的第一彎道採用分道跑
7. 4x100 米和 4x200 米接力專案，第 2，3，4 棒運動員可從接棒區（參閱上述規則第 2 項）後面 10 米以內的地方起跑，應在每條分道上清楚標明此助跑線的位置。
8. 在 4x400 米接力的第一次交接棒應在各自的分道內完成，第二棒運動員不能在接棒區外起跑，只能在接棒區內起跑。同樣，第三、第四棒運動員也必須在接棒區內起跑。
每隊的第二棒運動員應在自己的分道跑進，直至過第一個彎道後的搶道線之接近邊緣，之後可離開自己的分道。
搶道線應為一條弧線，寬 5 釐米，橫跨道，在搶道兩端的跑道外側各插一面標誌旗，旗高至少 1.50 米，距最近的跑道線 30 釐米。
註 1：為了幫助運動員確認搶道線，可在各緊接搶道線與跑道線交界處之前的跑線上放置錐形物或棱柱體，面積為 5x5 釐米，最高 15 釐米，顏色與搶道線及跑道線應明顯不同。
註 2：4x200 米和 4x400 米接力賽跑，若參賽隊不超過 3 隊，建議只有第 1 圈的第一彎道採用分道跑。
9. 4x400 米接力的第三和第四棒的接棒運動員應在指定的裁判員的指揮下，按照各隊跑完 200 米時的先後順序，排列各隊的接棒位置（由內到外）。一旦傳棒運動員跑過 200 米處，接棒運動員應保持其排列順序，不應改變其在接力區起點處的位置。若任何運動員不遵守此規則，可導至該隊被取消比賽資格。
註：在 200 的比賽(如全程並非分道跑，第四棒的運動員應按照運動員出場名單的次序排列(由內向外))。
10. 在其他不分道跑的接力比賽，4x200 米及 4x400 米不分道跑的部份也適用，接棒運動員在同隊友即將到達時，只要不衝撞或阻擋其他運動員以致于妨礙其跑進，可移向跑道內側的位置。在 4x200 米及 4x400 米比賽，等候接棒的運動員必須按規則 170.9 條的辦法處理。

11. 標誌物〈Check-Marks〉在全程分道跑或第一部份為分道跑的接力賽跑時，運動員可以使用膠布在自己分道內作一個標誌，其最大尺寸為 5x40 釐米，顏色應明顯區別於跑道上其他永久性標誌。在煤渣或草地跑道上，運動員可用釘鞋在自己分道的跑道上畫標記。在用上述兩種情況中，不得使用其他標誌物。
12. 接力棒為光滑的空心圓管，由整段的木材、金屬或其他適宜的堅固材料製成。長度為 28-30 釐米，周長為 12-13 釐米，重量至少 50 克。接力棒應塗成彩色，以便在比賽中明顯可見。
13. 運動員必須手持接力棒跑完全程。運動員不允許戴上手套或將某種物料塗在手部以能更好地持握接力棒。如發生掉棒，必須由掉棒運動員拾起；他可以離開自己的分道去拾棒，倘若採取這個做法，沒有因此而縮短比賽距離，而且沒有阻礙其他運動員，則掉棒不應導致為被取消比賽的後果。
14. 在所有接力賽跑中，必須在接棒區內傳遞接力棒。接力棒的傳遞開始於接力棒第一次觸及接棒運動員，當接棒運動員單獨手持接力棒的瞬間是為完成傳遞。運動員不允許戴上手套或將某種物料塗在手部以能更好地持握接力棒。僅以接力棒的位置決定是否在接棒區內完成接棒，而不取決於運動員的身體或四肢的位置。在接棒區外交接棒將被取消參賽資格。
15. 運動員在接棒前及/或交棒後，應留在各自分道或接力區，直至跑道或接力區暢通，以免阻擋其他運動員；規則第 163 條 3 及 4 不適用於該等運動員。運動員傳棒之後，凡跑離所在位置或跑出分道而故意阻礙其他接力隊員者，應取消該隊的比賽資格。
16. 凡通過推動跑出或採用其他方法受到幫助者，應取消其比賽資格。
17. 接力隊一旦開始比賽後，只允許該隊有兩人作為替補隊員參加後繼的比賽。替補隊員是已報名參加運動會的接力或其他專案比賽的運動員，運動員被替換後，不能再加入接力隊；若接力隊不遵此規則，將被取消比賽資格。
18. 接力隊的隊員和各棒運動員的順序，必須在每一輪比賽第一組開始召集前一小時申報；此後的換人只可基於傷病原因，必須得到組委會指派的醫療人員證實，同時必須在該隊的召集時間結束前辦妥。若接力隊不遵此規則，將被取消比賽資格。

第四節

田賽專案〈Field Events〉

第 180 條

通則〈General Conditions〉

在比賽場地進行賽前熱身〈Warn-up at the competition Area〉

1. 比賽開始前，運動員在比賽場地可有多次的練習試擲〈跳〉；在投擲專案中，練習應按抽籤決定的順序並由始至終處於裁判員的監督之下進行。
2. 一旦比賽開始，運動員不得使用下列與該項比賽有關事項作練習之用：
 - (a) 助跑道或助跑區；
 - (b) 器械；
 - (c) 投擲圈或扇形落地區，無論持器械與否。

標誌物〈Markers〉

3. 在所有田賽專案，如使用助跑道，可放置標誌物在兩旁，但在跳高專案，可放在助跑區上。為有助於助跑和起跳，運動員可放置一個或兩個標誌物〈由組委會批准或提供〉。如果不提供此類標誌物，運動員可以使用膠布，但禁用粉筆或其他任何擦不掉痕迹的類似物質。

比賽順序〈Competing Order〉

4. 運動員應按抽籤排定的順序參加比賽，如要舉行及格賽，決賽時應重新抽籤。〈請參閱下列第 5 項〉

試跳〈擲〉〈Trials〉

5. 在所有田賽專案，除跳高及撐竿跳外，運動員超過八人，應允許每人試跳〈擲〉三次，有效成績最好的前八名運動員可再試跳〈擲〉三次，如最後一個入選位置出現同名次情況，按下列第 20 項處理。當比賽人數只有八人或少於八人時，每人均可試跳〈擲〉六次。若有超過一位運動員在前三跳〈擲〉中沒有一次取得成功的成績，他們均可進入後三跳〈擲〉，但他們的試跳〈擲〉的次序必須比其他運動員為先，他們之間的先後次序與原本先前的次序相同

上述兩種情況中，第四次及第五次試跳跳〈擲〉的順序與他們的前三次跳〈擲〉的排名相反，最後一次試跳〈擲〉的順序與他們前五次試跳〈擲〉後的排名相反。

註 1：在規則 1.(d)至(h)的比賽，後三次試跳〈擲〉的順序與他們前三次試跳〈擲〉後的排名相反。

註 2：有關高度跳躍專案的試跳，請參閱規則第 181.2。

6. 除跳高及撐竿跳高之外，在任何一輪〈round〉比賽中，運動員不得有多於一次的試跳〈擲〉的記錄。
7. 在所有國際比賽，除世界田徑錦標賽〈室外比賽、青年比賽、室內比賽及少年比賽〉及世運會，監管該比賽的本土或國際組織可決定將田賽專案〈不包括跳高及撐竿跳〉的試跳或投擲的次數減少。

及格賽〈Qualifying Competition〉

8. 田賽專案中，如果參加人數較多而無法順利進行決賽時，可舉行及格賽。當要舉行及格賽時，所有參賽者必須參加，通過及格賽以取得決賽資格。及格賽的成績不能成為決賽的成績。
9. 將運動員分成兩組或多組進行及格賽時，除非場地設施能讓各組在相同條件下同時舉行，否則應在上一組比賽結束後立即讓下一組進行熱身。
10. 運動會超過 3 天，建議在高度跳躍專案的及格賽與決賽之間安排 1 天休息。
11. 及格條件，及格標準和進入比賽的人數是由被委任的技術代表決定，如未有委派技術代表，則由組委會決定。舉行規則第 1(a)、(b)、(c) 的運動會，應至少有 12 名運動員進入決賽。
12. 在及格賽中，除跳高和撐竿跳高專案以外，每名運動員最多有三次試跳〈擲〉機會，一旦達到及格標準，不得繼續參加及格賽。
13. 在跳高和撐竿跳及格賽中，只要運動員未因連續 3 次失敗而被淘汰，就應根據規則第 181.2 的規定繼續比賽，除非按規則 180.11 的規定已達到足夠人數，則可直至組委會制定的及格高度上最後一次試跳結束。
14. 如果沒有運動員或少於所需數量的運動員達到事先制定的標準，應根據運動員在及格賽的成績，補齊進入決賽的人數。在排定運動員的名次時，如果最後一個及格名次出現成績相等，應按下列第 20 項或規則第 181.8 處理。
15. 當跳高或撐竿跳高及格賽分兩組同時進行時，建議兩組在相同時間提升橫杆每一高度，還建議這兩組運動員的水平大致相等。

受阻〈Obstruction〉

16. 在田賽的某一次試跳〈擲〉中，由於任何原因運動員受阻，有關總裁判有權給予其一次補試機會。

延誤比賽時間〈Delay〉

17. 田賽運動員無故延誤試跳〈擲〉時，將不准參加該次試跳〈擲〉，並記錄該次為失敗。甚麼是無故延誤，得由總裁判按當時情況決定。

當一切準備就緒，有關裁判員應向運動員示意可開始試跳〈擲〉，該次試跳〈擲〉的時限亦從這一瞬間開始計算。如果運動員在此之後才決定不作試跳〈擲〉，而時限結束時，應判該次試跳〈擲〉失敗。

撐竿跳高時間從根據運動員預先要求將立柱調整好時算起。不允許為額外的調整增加時限。

如時限已到，而運動員已開始了試跳〈擲〉，應允許其進行該次跳〈擲〉。

一般不應超過下列時限：

仍在比賽中的 運動員專案	個人專案			全能專案		
	跳高	撐竿跳	其他	跳高	撐竿跳	其他
超過 3 人	1	1	1	1	1	1
2 或 3 人	1.5	2	1	1.5	2	1
1 人	3	5	---	2*	3*	---
連續試跳(擲)	2	3	2	2	3	2

*此試跳時間，當剩下一人，而之前一跳同是他本人才適用

註 1：應設有讓運動員可看到顯示剩餘時間的時鐘。同時裁判員在時限還剩 15 秒時，應舉黃旗或以其他方式示意。

註 2：在跳高及撐竿跳高比賽，中途不能更改限時，除非橫杆升至一新高度；但運動員需要連試跳時例外，無論有兩名或超過兩名運動員仍在比賽。

離開比賽場地〈Absence during Competition〉

18. 在田賽專案比賽中，運動員得到裁判員許可，及在一位裁判員的陪同下，可以離開該專案的比賽現場。

更改比賽場地〈Changing of Competition Area〉

19. 如果有關總裁判認為情況有需要，他有權更改比賽場地；但此類更改應在賽完一輪(Round)之後。

註：僅是風力或風向變化，均不足成為更改比賽場地的理由。

成績相等〈Ties〉

20. 在田賽專案中，除跳高及撐竿跳高外，如成績相等，應以其次優成績判定名次；如次優成績仍相等，並涉及第一名者，則令成績相等的運動員按原定比賽順序，進行新的一次試跳〈擲〉，直到決出名次為止。

註：高度的專案，請參規則第 181.8。

編者註釋：如不涉及第一名，其他名次並列。

成績〈Result〉

21. 每名運動員應以其最好一次試跳〈擲〉成績，包括因第一名成績相等而進行決名次賽的成績，作為其最後的決定成績。

A. 高度跳躍專案〈Vertical Jumps〉

第 181 條

通則〈General Conditions〉

1. 比賽開始前，裁判長應向運動員宣佈起跳高度和每輪結束後橫杆的提升高度，直至比賽中只剩下一名已獲勝的運動員或出現第一名成績相等時為止。

試跳〈Trials〉

2. 運動員可以在裁判長事先宣佈的橫杆升高計劃中的任何一個高度開始起跳，也可在以後任何一個高度決定是否試跳。只要運動員連續三次試跳失敗，不論每次的失敗發生在那一個高度或多個高度上，即失去繼續比賽的資格。因第一名成績相等而進行的決名次賽的試跳除外。

允許運動員在某一高度上第一次或第二次試跳失敗後，在其第二次或第三次試跳時請求免跳，並在後繼的高度上繼續試跳。

運動員在某一高度上請求免跳後，不准在該高度上恢復試跳，除非出現第一名成績相等的情況。

3. 即使其他運動員均已失敗，剩下的一名運動員仍有資格繼續試跳，直至其放棄繼續比賽的權利。

4. 除非比賽中只剩下一名運動員，並且他已獲得該專案比賽的冠軍，否則：

(a) 每輪的橫杆升高在跳高專案不得少於 2 釐米，在撐竿跳專案不少於 5 釐米。

(b) 橫杆升高的幅度不得增大。

此規則不適用於仍在比賽中的運動員同意將橫杆升高到世界紀錄的高度。當某運動員已在比賽中獲勝時，有關裁判員或總裁判應徵求該運動員的意見，由該運動員決定橫杆的提升高度。

註：此規定不適用於全能比賽專案。

在規則第 1 條 1(a)、(b)、(c) 的全能比賽中，每輪的橫杆升高在跳高專案為 3 釐米。在撐竿跳專案為 10 釐米。

丈量〈Measurements〉

5. 丈量應以釐米為單位，從橫杆上緣的最低點垂直丈量到地面。

6. 每次升高橫杆後，在試跳之前，均應丈量橫杆高度。涉及紀錄時，當橫杆放置在紀錄高度時，有關裁判員必須進行丈量，如果自上一次丈量紀錄高度後，橫杆又被觸及，在後繼的紀錄高度的試跳之前，裁判員必須再次丈量橫杆高度。

編者註釋：如橫杆兩端仍為舊款的四方形，裁判員應在比賽前清楚辨認橫杆的下面和前面，並加上標記，放置橫杆時，應使橫杆的各面始終朝向原來的方向。

橫杆〈Crossbar〉

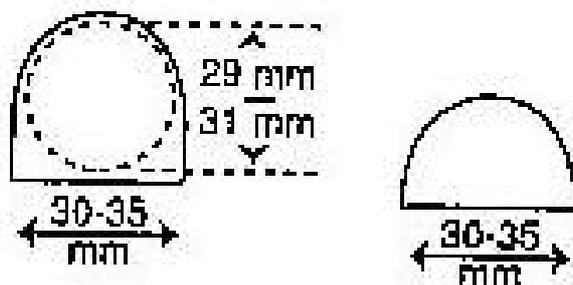
7. 橫杆應用玻璃纖維或其他適宜材料製成，除兩端外，橫杆的橫截面呈圓形。跳高的橫杆全長為 4 米（±2 釐米），最大重量 2 千克。撐竿跳的橫杆全長為 4.5 米（±2 釐米），最大重量 2.25 千克。橫杆圓形部份直徑 30 毫米（±1 毫米）。

橫杆應由三部份組成，圓杆和兩個末端。為便於放置在橫杆托上，橫杆兩末端應寬 30 至 35 毫米，長 15 至 20 釐米。

橫杆兩末端須為圓形或半圓形，並有一明顯的平面，以便橫杆能放置在橫杆托上。平面不能高於橫杆垂直切面的心，質地堅硬及平滑。

不得包裹橡膠或任何能增大與橫杆托之間摩擦力的物質。

橫杆的彈性檢查：放好橫杆後，在橫杆中央懸掛 3 千克重物，跳高橫杆最多 允許下垂 7 釐米，撐竿跳橫杆最多允許下垂 11 釐米。



Alternative ends for crossbar

(橫杆末端)

成績相等〈Ties〉

8. 成績相等時應採用下列方法解決：

(a) 在出現成績相等的高度中，試跳次數較少者名次列前。

(b) 如成績仍然相等，在包括最後跳過的高度在內的全賽中，試跳失敗次數較少者名次列前。

(c) 如成績仍然相等：

(1) 如涉及第一名時，在造成其成績相等失去了繼續試跳權利的最低失敗高度上，每人再試跳一次；如仍不能判定名次，則橫杆應提升或降低，跳高為 2 釐米，撐竿跳為 5 釐米。他們應在每個高度上只試跳一次，直到分出名次為止。有關運動員必須參加決定名次的試跳(見例 1)。

(2) 涉及其他名次時，成績相等的運動員名次並列。

註：上述規則(c)不適用於全能專案。

跳高--紀錄示範

比賽開始時，裁判長宣佈的升高計劃：

1.75m；1.80m；1.84m；1.88m；1.91m；1.94m；1.97m；1.99m……

運動員	跳躍高度							失敗次數	決名次跳			名次
	1.75m	1.80m	1.84m	1.88m	1.91m	1.94m	1.97m		1.94m	1.92m	1.94m	
A	0	XO	0	XO	X—	XX		2	X	0	X	2
B	—	XO	—	XO	—	—	XXX	2	X	0	0	1
C	—	0	XO	XO	—	XXX		2	X	X		3
D	—	XO	XO	XO	XXX			3				4

0=成功 X=失敗 —=免跳

A、B、C及D均跳過1.88米。

根據成績相等的規定，裁判員計算各運動員的失敗次數，包括最後過杆高度的失敗次數，例如在1.88m的高度。

D的失敗次數比其他三位運動員多，因此D是第四名。A、B、C的成績仍然相等，因涉及第一名，故須在1.94米的高度上進行一次決名次試跳，因A及C均在此高度失去繼續比賽資格，但各人均失敗，將橫杆降至1.92m進行另一次試跳，只得C失敗(C為第三名)，A及B須在1.94米進行第三次決名次試跳，只得B成功，故判B是第一名，A是第二名。

外力影向〈Extraneous forces〉

9. 橫杆的跌落明顯與運動員無關〈例如被風吹跌〉

(a)運動員在沒有接觸到橫杆的情況下成功過杆，後來橫杆才跌落，該次試跳是成功的；或

(b)如橫杆的跌落由其他原因引起，應判重跳。

第182條

跳高〈High Jump〉

比賽〈Competition〉

1. 運動員必須用單腳起跳。

2. 如有下列情況之一者，則判為試跳失敗：

(a)試跳後，由於運動員的試跳動作，致使橫杆未能留在橫杆托上；或

(b)在越過橫杆之前，運動員身體的任何部位觸及橫杆之近緣垂直面後之地面或落地區。如果運動員在試跳中一隻腳觸及落地區，而裁判員認為其並未從中獲得利益，則不應判為試跳失敗。

註：方便規則之執行，應劃上一條5釐米寬的白線〈通常使用黏貼帶或其他類似物類連結兩立柱間的地面，並向兩旁伸延三米，線的近緣與兩立柱的近緣齊平。

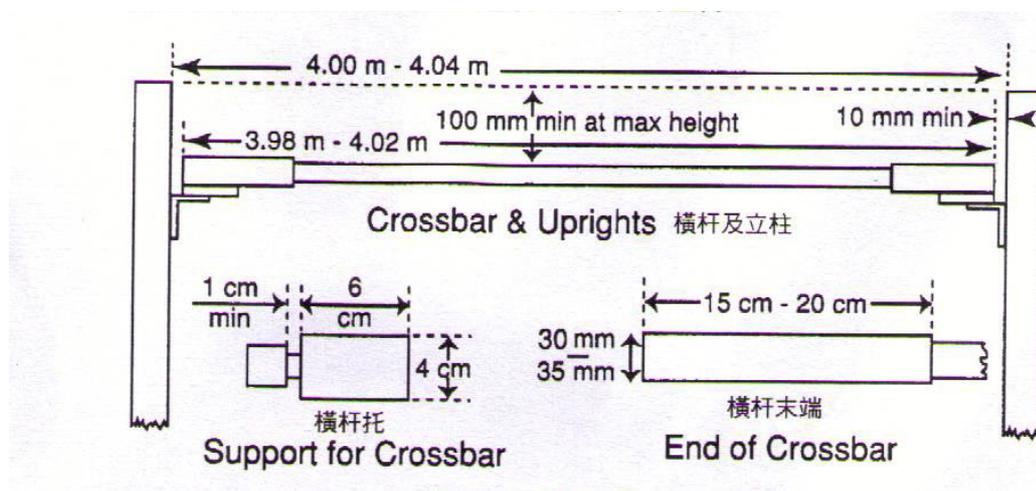
編者註釋：近緣〈nearer edge〉，即接近運動員跑進之邊緣。

助跑道及起跳區〈The Runway and Take-off Area〉

- 助跑道的長度不得短于 15 米。舉辦規則第 1 條 1(a)、(b)、(c) 的比賽，助跑道長度至少應為 20 米。條件允許時，至少應長 25 米。
- 助跑道和起跳區的取大總傾斜為 1:250，是沿著半圓區之半徑通過兩立柱間中點而量度，量度長度與規則 182.3 規定之最大長度相等。落地區應放置在使運動員上坡跑的位置。
- 起跳區應保持水平或任何傾斜必須符合規則 182.4 及[國際田聯田徑設施手冊]的規定。

器材(Apparatus)

- 跳高架〈Uprights〉任何堅固的跳高架和立柱均可使用。
跳高架應有能穩定放置橫杆的橫杆托。
跳高架應有足夠的高度，至少應超過橫杆實際提升高度 10 釐米。兩立柱之間的距離為 4.00 至 4.04 米。
- 在比賽過程中不得移動跳高架或立柱，除非有關總裁判認為該起跳區或落地區已變得不適宜比賽。
如需移動跳高架或立柱，應在試跳完一輪之後進行。
- 橫杆托(Supports for Crossbar)**橫杆托應水平放置，呈長方形，寬 4 釐米，長 6 釐米，與兩立柱牢地結合，在跳躍過程中不能有任何移動。橫杆托必須回定在立柱上。橫杆托必須朝向對面立柱，放在托上的橫杆被運動員觸碰時，應易於向前或向後掉落。
在橫杆托上不得包裹橡膠或其他能夠增大與橫杆之間摩擦力的任何類似物質，亦不得使用任何種類的彈簧。
從起跳區量至橫杆兩端下緣貼橫杆之高度必須相等。
- 橫杆兩端與立柱之間至少應有 1 釐米的空隙。



落地區〈The Landing Area〉

- 舉行規則 12.1 的比賽，落地區不得小於 6 米 x 4 米 x 0.7 米。
註：跳高比賽時，跳高架立柱與落地區之間至少應有 10 釐米的空隙，以免由於落地區的震動而觸及立柱，以致碰落橫杆。

第 183 條 撐竿跳高〈Pole Vault〉

比賽〈The Competition〉

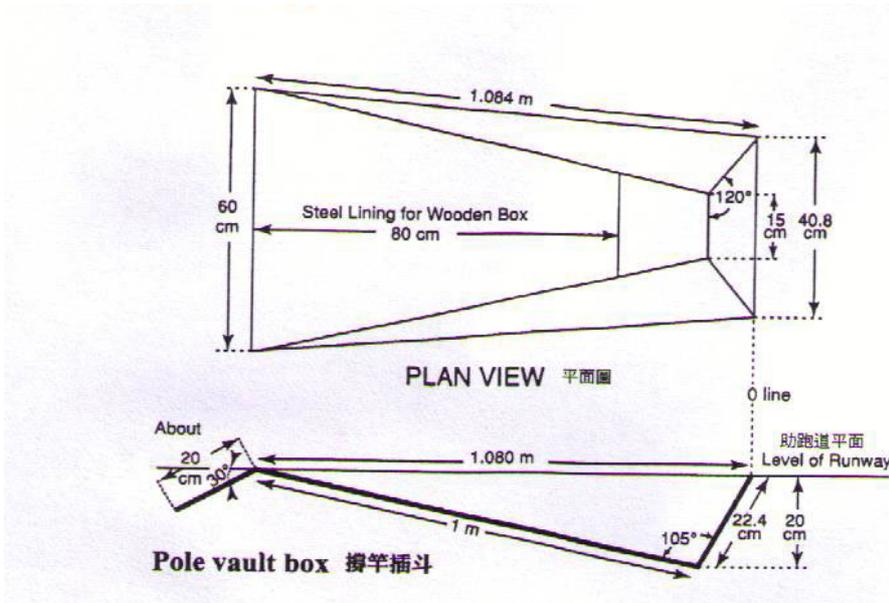
1. 運動員可要求將橫杆向落地區方向 80 釐米內任何一點移，該距離是從橫杆接近運動員邊緣丈量至插鬥末端。
運動員應在比賽開始前將其第一次試跳需採用的立柱或橫杆托移動距離通知有關裁判員及記錄下來。
此後，如果運動員要求改變立柱的移動距離，應在按其原要求調整好立柱位置之前及時通知有關裁判員。否則，應開始計算該運動員的試跳時間。
註：須畫一條 1 釐米寬顏色明顯的線，與助跑道的中線垂直，與插鬥前壁內緣的頂端齊平。此線亦應顯在落地區上並應儘量延伸到兩側立柱的外端。
編者註釋：方便規則執行，該白線同時要畫在跳高墊上〈通常使用黏貼帶〉。
2. 如果出現下列情況，應判為試跳失敗：
 - (a) 試跳後，由於運動員的試跳動作，致使橫杆未能留在橫杆托上；或
 - (b) 在越過橫杆之前，運動員的身體和所用撐竿的任何部位觸及插鬥前壁上緣垂直面以外的地面和落地區。
 - (c) 起跳離地後，將原來握在下方的手移握至上方的手以上或原來握在上方的手向上移握。
 - (d) 試跳時，運動員有意用手或手指把即將從橫杆托上掉下的橫杆放回。
註：運動員助跑時在任何位置跑出助跑道標誌線不算犯規。
3. 比賽中，允許運動員在雙手或撐竿上使用有利於抓握的物質。除開放性損傷〈open wound〉需要包紮以外，不得在雙手或手指上使用帶子。
4. 在跳躍動作中，撐竿被放手後，任何人包括運動員本身不能接觸撐竿，除非撐竿朝向遠離橫杆或撐竿跳高架的方向傾倒；如果有人接觸撐竿，而裁判長認為如果不接觸撐竿，將會碰落橫杆，應判此次試跳失敗。
5. 試跳時，撐竿折斷，不判為試跳失敗，應給予一次重跳。

助跑道〈The Runway〉

6. 助跑道長度至少應為 40 米，條件允許時，至少應長的 45 米。助跑道寬最多為 1.25 米，劃上 5 釐米的標誌線。
註：2004 年 1 月 1 日後建造的跑道，跑道的寬度必須為 1.22 米±0.01 米
7. 助跑道的左右傾斜度不得超過 1:100，跑進方向的總傾斜度不得超 1:1000。

器材〈Apparatus〉

8. 插鬥〈Box〉：撐竿跳高起跳時，撐竿必須插在插鬥內。應用適宜的堅固材料製作插鬥，上緣最好呈圓形，將插鬥埋入地下，上緣與地面齊平。插鬥底部的斜面長度為 1 米。底部的寬度自後向前逐漸變窄，後端為 60 釐米，前端為 15 釐米。插鬥的地面長度和前壁的深度，為插鬥底板與前壁構成的 105 度角所決定。底板自與地面齊平的後端向前傾斜到與前壁結合處，距地面的垂直深度為 20 釐米。插鬥的左右兩壁向外傾斜，在與前壁銜接處形成的角度約為 120 度。
如插鬥為木料製成，在底部應襯以 2.5 毫米厚的金屬板，其長度自後端量起為 80 釐米。



9. 撐竿跳高架 (Uprights) 任何堅固的撐竿跳高架和立柱均可使用。撐竿跳高架底座的金屬結構及立柱的下端必須用適宜材料製造的墊子包裹，以保護運動員及撐竿。

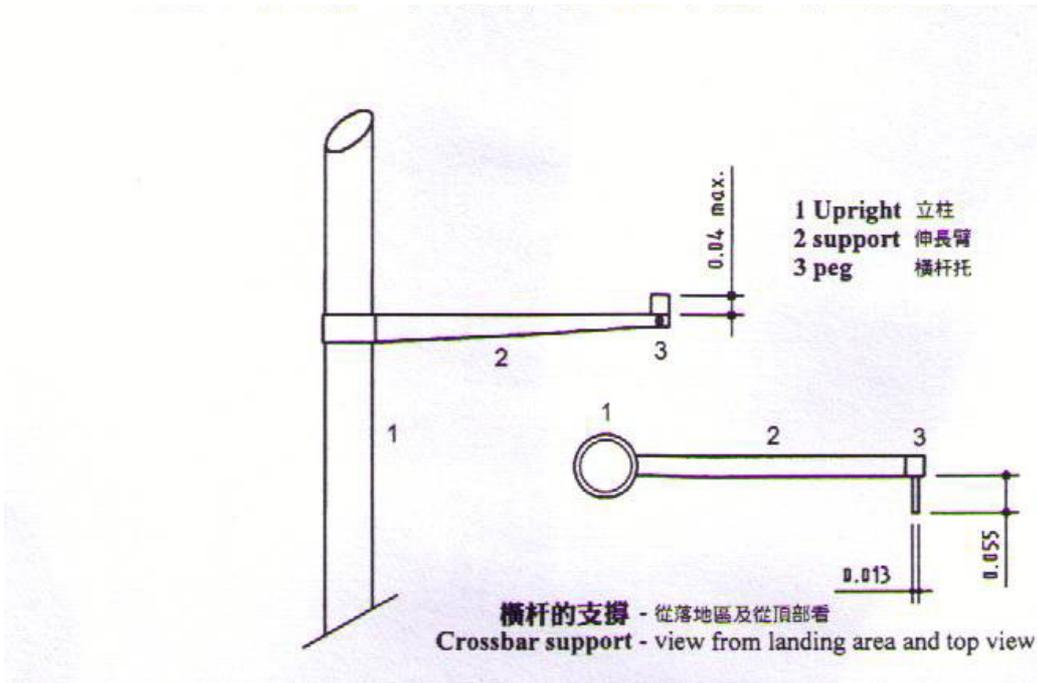
10. 橫杆托 (Supports for crossbar) 橫杆應放置在圓柱形的橫杆托上 (pegs)。當運動員或撐竿觸及橫杆時，橫杆易向落地區方向掉落。圓柱形橫杆托上不得有刻痕或缺口，橫杆托應粗細均勻，直徑不超過 13 釐米。

伸出立柱不超過 55 毫米。立柱應高於橫杆托 35-40 毫米。

橫杆托或延伸臂之間的距離為 4.30-4.37 米。

在橫杆托上不得包裹橡膠或任何能夠增大與橫杆之間摩擦力的物質，也不得使用任何種類的彈簧。

註：為了防止運動員落在立柱底座上受傷，可採用另一方法，將橫杆托置於長期固定在立柱的延伸臂上面，以增加兩個立柱之間的距離，而橫杆的長度不變。(見附圖)



撐竿 (Vaulting Poles)

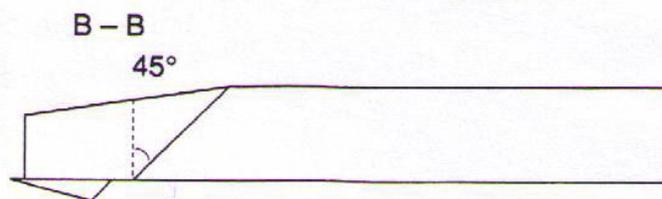
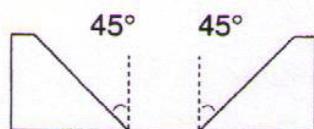
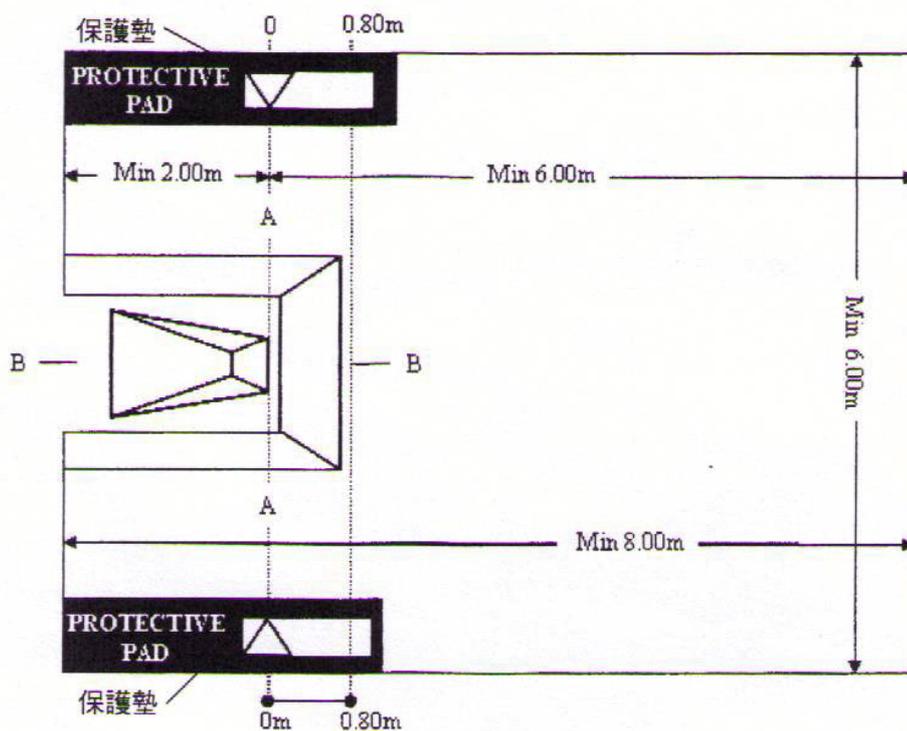
11. 運動員可使用自備撐竿。未經物主同意，不得使用他人撐竿。

撐竿可用一種或多種合成材料製成，長度及直徑不限，撐竿表面必須光滑，竿的握手處及下端可纏上多層保護性物料。

落地區 (The Landing Area)

12. 落地區面積不小於 5 米 (不包括前端) x 5 米，落地區邊緣距離插鬥應為 10-15 釐米，從插斗方向向外傾斜約為 45 度 (見附圖)。

舉行規則第 1 條 1(a)(b)及(f)的比賽，落地區不得小於長 6 米 (不包括前端) X 寬 6 米 X 高 0.8 米。前端必須長 2 米。



(撐竿跳高落地區)

B. 速度跳躍專案〈Horizontal Jumps〉

第 184 條

通則〈General Conditions〉

丈量〈Measurements〉

1. 在所有速度跳躍專案中，丈量距離時應以 0.01 米為最少量度單位，不足 1 釐米不計。

助跑道〈Runway〉

2. 助跑道長度至少應為 40 米，寬度最多 1.25 米，應用 5 釐米寬的白線標出助跑道。最長為 45 米，由跑道末端丈量至起跳板。

註：2004 年 1 月 1 日後建造的跑道，跑道的寬度必須為 1.22 米±0.01 米

3. 助跑道的左右最大傾斜度不超過 1:100，在跑進方向的總傾斜度不得超過 1:1000。

風速測定〈Wind Measurement〉

4. 風速應從運動員經過助跑道旁的計算標記時開始測定 5 秒鐘。跳遠的計算標記放置在距離起跳板 40 米的地方，三級跳遠的計算標記放置在距離起跳板 35 米的地方。倘運動員的助跑不足 40 米或 35 米時，應從他助跑開始起測定風速。
5. 風速儀應置於離起跳板 20 米處。風速儀的高度為 1.22 米，離開助跑道邊緣不得超過 2 米。
6. 應按照規則第 163 條 10 讀取風速儀的成績。

編者註釋：個人專案，當風速超過每秒+2.0 米時，紀錄不會被承認。

第 185 條

跳遠〈Long Jump〉

比賽〈The Competition〉

1. 如有下列情況，則判為試跳失敗：

- (a) 在未做起跳的助跑中或在跳躍中，運動員以身體任何部位觸及起跳線以後地面；或
- (b) 從起跳板左右兩端之外起跳，不論在起跳線的延長線之前或之後起跳；或
- (c) 觸及起跳線及落地區之間的地面；或
- (d) 在助跑或跳躍中採用任何空翻姿勢；或
- (e) 在落地過程中觸及落地區以外地面，而落地區外觸地點較落地區內最近觸地點更靠近起跳線；或
- (f) 當離開著地區時，首先觸及著地區外地面至起跳線的距離較在著地區沙上留下的最近著地點為近。

註 1：運動員助跑時在任何位置跑出跑道標誌線，不判失敗。

註 2：根據上述 1(b) 規定，在起跳線前起跳，部份足部或鞋子接觸起跳板任何一側的地面，不判失敗。

註 3：在落地過程中身體任何部份觸及落地以外地面，不判失敗，除非最先觸地點在落地區外或觸犯上述 1(e) 的規定。

註 4：當運動員已按正確方法離開落地區，然後從落地區向後走出落地區，不判失敗。

2. 除上述 1(b) 的規定外，運動員在起跳板前起跳應為有效。

3. 丈量成績時，應從運動員身體任何部份或四肢觸地的最近點量至起跳線或起跳線的延長線，丈量線應與起跳線或其延長線垂直。

起跳板〈The Take-off Board〉

4. 起跳板是起跳的標誌，應埋入地下，表面與助跑道及落地區表面齊平。起跳板靠近落地區的邊緣稱為起跳線。緊靠起跳線前應放置一塊橡皮泥顯示板，以便於裁判員進行判斷。
5. 起跳板至落地區遠端的距離至少應為 10 米。
6. 起跳板至落地區近端的距離為 1-3 米。
7. **結構〈Construction〉** 起跳板應為長方形，用木料或其他適宜的堅硬材料製成，長(1.22 米±0.01 米)，寬 20 釐米(±2 毫米)，厚 10 釐米，塗成白色。

8. **橡皮泥顯示板〈Plasticine Indicator Board〉** 應用木料或其他適宜的材料製成，質地堅硬，長 1.22 米±0.01 米，寬 10 釐米(±2 毫米)，顏色與起跳皮不同，如有可能，橡皮泥應用第三種不同的顏色。安放在緊靠起跳板前的凹槽或框架，其高度超出起跳板 7 毫米(±1 毫米)。顯示板邊緣應向助跑道方向傾斜 45 度，在傾斜面上覆蓋 1 毫米厚的橡皮泥，也可以切去邊角，填充橡皮泥使之傾斜 45 度。(見附圖)

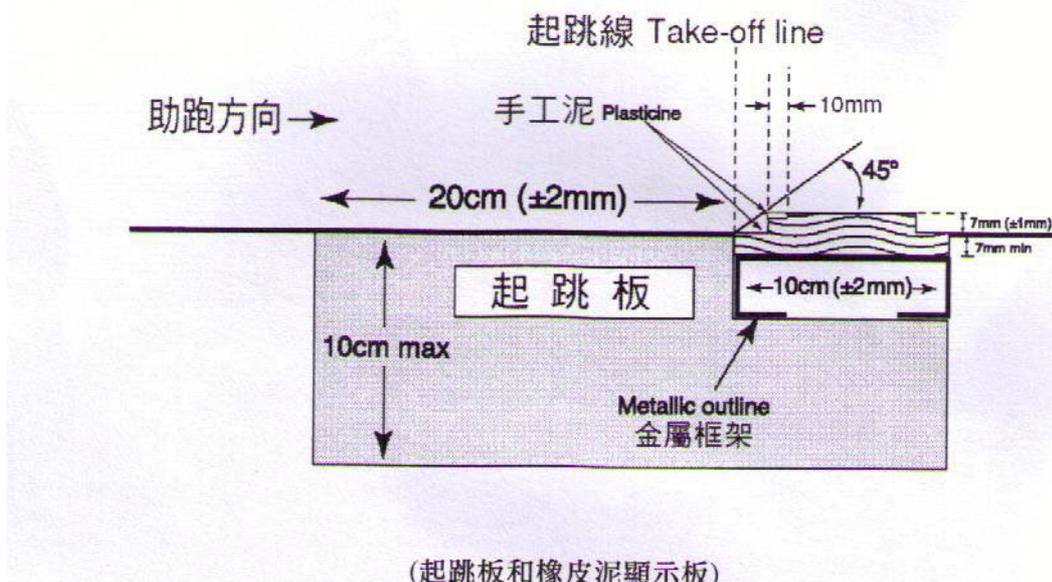
整塊顯示板上方前緣大約 10 毫米處亦應鋪上橡皮泥。

當顯示板被安放在凹槽時，全部裝置必須牢固，足以承受運動員起跳腳的全部力量。

橡皮泥下面的顯示板的材料，應使運動員的鞋釘能抓得牢而不滑。

橡皮泥層可用輾子或其他刮具抹平，以消除運動員的足跡。

註：如有後備的橡皮泥板則更為方便，在平整足跡時不致延誤比賽。



落地區〈The Landing Area〉

9. 落地區寬度最小 2.75 米，最大 3 米。如有可能，助跑道應對準落地區中央，使助跑道中心線延長時與落地區的中心線重合。

註：當落地區中心線與助跑道的中心線不重合時，應在落地區內佈置一條或兩條帶子，以達到上述目的〈見附圖〉

10. 落地區內應填最少深度 30 釐米鬆軟及濕潤的沙，沙面應與起跳板齊平。



第 186 條 三級跳遠〈Triple Jump〉

下列規定外,跳遠的規則適用於三級跳遠:

比賽〈The Competition〉

1. 三級跳遠的三跳順序是一次單足跳、一次跨步跳和一次跳躍。
2. 單足跳時應用起跳腿落地，跨步跳時用另一條腿〈擺動腿〉落地，然後完成跳躍動作。
 運動員在跳躍中擺動腿觸地不應視為試跳失敗。

起跳板〈Take-off Board〉

3. 起跳板至落地區遠端的距離不得少於 21 米。
4. 在國際比賽中，建議起跳板至落地區近端的距離，男子不少於 13 米，女子不少於 11 米。
 在其他比賽中，此距離應與比賽水平相適應。
5. 為了便於運動員完成跨步跳和跳躍，在起跳板和落地區之間至少應有 1.22 米±0.01 米寬的堅實、勻質的地面。

註：2004 年 1 月 1 日後建造的跑道，跑道的寬度必須為 1.22 米±0.01 米

C. 投擲專案〈Throwing Events〉

第 187 條

通則〈General Conditions〉

正式比賽器械〈Official Implements〉

1. 國際比賽使用的各種器械必須符合國際田聯規定的規格。只能使用持有國際田聯最新頒發的有證書的器械。各組別使用的器械重量如下列表格所示：

器械	女子 少年/青年/成年	男子 少年	男子 青年	男子 成年
鉛球	4.000kg	5.000kg	6.000kg	7.260kg
鐵餅	1.000kg	1.500kg	1.750kg	2.000kg
鏈球	4.000kg	5.000kg	6.000kg	7.260kg
標槍	600gr	700gr	800gr	800gr

註：器械標準申請表格可向國際田聯索取或下載

2. 除下列所示，所有比賽器械由組委會供應；技術代表可根據各比賽之技術規則准許運動員使用自己的或由供應商供應的器械，但該等器械必須是國際田聯認可的，同時在賽前由組委會檢驗及上標記，並准許所有運動員使用，如該等器已在組委會供應名單內，將不會獲得批准。
3. 在比賽中，不能將比賽器械加以修改。

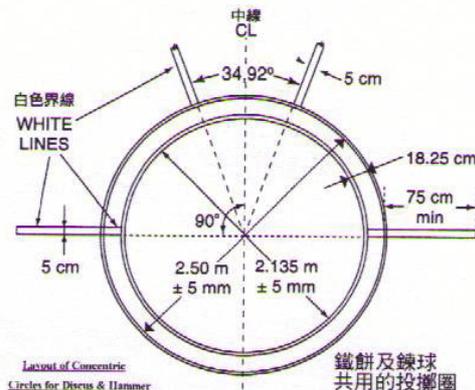
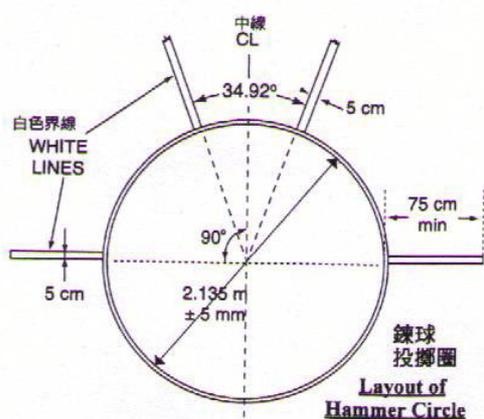
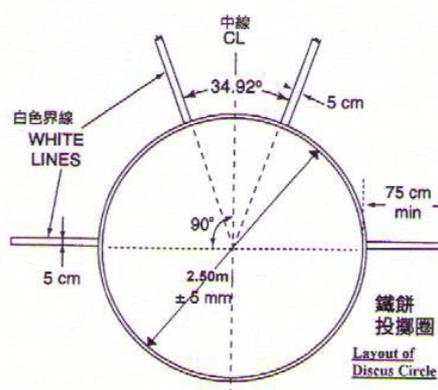
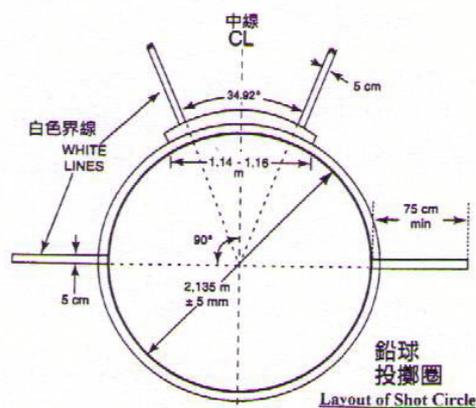
個人保護裝置〈Personal Safeguards〉

4. (a) 不允許使用任何裝置對投擲時的運動員進行幫助，例如使用帶子將兩個或更多的手指綁在一起或將重物(Weights)附在身。除非開放性傷口〈open cut or wound〉需要包紮外，在手上使用繃帶或膠布是不允許的。在鏈球專案，運動員可用膠布對個別手指進行包紮，但應在該項比賽開始前給該專案主裁判察看。
- (b) 不允許使用手套。但在鏈球專案，允許使用保護雙手的手套，手套的手掌和手背部必須光滑。手套除拇指外其他手指尖必須打開。
- (c) 爲了能更好地持握器械，運動員可使用某種適宜物質，但僅限於雙手；但在鏈球專案，可額外用於手套上；在鉛球專案，可額外用於頸上。
- (d) 爲防止脊柱受傷，運動員可系一條皮帶或其他適宜材料製成的帶子。
- (e) 在鉛球專案，運動員可在手腕處纏繞繃帶以免受傷。
- (f) 在標槍專案，運動員可使用護肘。
- (g) 運動員可使用其他保護裝置，例如，護膝，但必須得到國際田聯基於醫療原因而准許在比賽中使用。

投擲圈〈Throwing Circle〉

5. 投擲圈應用鐵、鋼或其他適宜材料製成，其上緣應與圈外地面齊平。地面應用混凝土、聚合物、瀝青、木材或其他合適材料圍繞投擲圈。投擲圈內地面應用混凝土、瀝青或其他堅固硬而不滑的材料修建。圈內地面應保持水平，低於鐵圈上緣 14-26 毫米。在鉛球專案，可使用符合上述規定的活動投擲圈。

- 鉛球及鏈球的投擲圈內緣直徑應為 2.135 米(±5 毫米)，鐵餅的投擲圈內緣直徑應為 2.50 米(±5 毫米)。
鐵圈邊緣至少厚 6 毫米，塗成白色。
可在鐵餅圈內投擲鏈球，但須在鐵餅圈內安放一個鏈球投擲圈，使圓圈直徑從 2.5 米減為 2.135 米。
- 從金屬圈頂兩側向外各畫一條寬 5 釐米、長至少為 75 釐米的白線，此線可以畫出，也可用木料或其他適宜材料製成。白線後緣的延長線應能通過圓心，並與落地區中心線垂直。
- 不允許運動員向國內或鞋底噴灑任何物質。



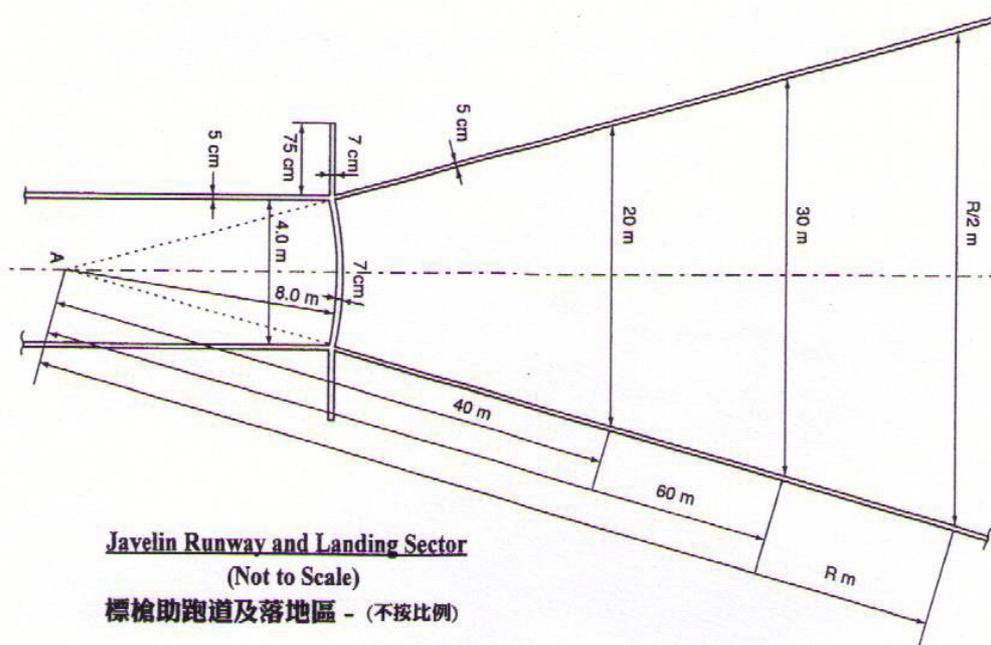
投擲標槍助跑道 (Javelin Runway)

- 助跑道長度至少應為 30 米，至多為 36.5 米，條件許可時，應不短於 33.5 米。應為寬 5 釐米的兩條平行線標出助跑道。投擲弧半徑為 8 米，運動員應在投擲弧後面完成試擲。投擲弧可以畫出，也可用木料或金屬製成，弧寬 7 釐米，塗成白色，與地面齊平。投擲弧兩端向外畫出一條白線，線寬 7 釐米，長 75 釐米，與助跑道標誌線垂直。助跑道左右傾斜度最大為 1:100，在投擲方向的總傾斜度不得超過 1:1000。
註：運動員在距離投擲弧 36.5 米之後開始助跑，將被判一次失敗。

扇型落地區 (Landing Sector)

- 應用煤渣或草地或其他適宜材料鋪設落地區，器械落地時應能留下痕迹。
- 落地區在投擲方向上的向下傾斜度不得超過 1:1000。

12. (a)除標槍投擲專案，應用寬 5 釐米的白線標出落地區，其延長線應通過投擲圈圓心，圓心角為 34.92 度。
 註：可用下列方法精確設置 34.92 度扇形落地區，在離投擲圈圓心 20 米處，兩條落地區角度線相距 12 米 (20x0.60)，即每離開圓心 1 米，落地區角度線的橫距增加 60 釐米。
 (b)在標槍投擲專案，用 5 釐米寬的白線將落地區標出，如果白線內緣延長，將通過投擲弧內緣與助跑道平行線內緣的交點，並相交於投擲弧所對圓心 (見附圖)。扇形區所對圓心角為大約 29 度。



試擲 (Trials)

13. 在鉛球，鐵餅及鏈球專案，器械應從投擲圈內擲出，標槍應從助跑道擲出。在使用投擲圈的專案，運動員必須在投擲圈內從靜止姿勢開始進行試擲。允許運動員觸及鐵圈的內側。在鉛球專案，更允許觸及抵趾板的內側 (抵趾板規格請參閱規則第 188.2)。
14. 運動員在試擲中，如作出下列事項，將被判犯規：
 (a)推鉛球或擲標槍出手不符合規定。
 (b)進入投擲圈開始試擲，身體任何部份觸及鐵圈的上緣或圈外的地面。
 (c)在鉛球專案，身體任何部份觸及抵趾板的上緣。
 (d)在標槍專案，身體任何部份觸及投擲弧或助跑道的界線、或助跑道以外地面。
 註：投擲後，鐵餅或煉球之任何部份打中護籠，如果沒有觸犯其他規則，不判投擲失敗。
15. 如果在試擲中未違反上述有關的規定，運動員可中止已開始的試擲，可將器械放在投擲圈/助跑道內或投擲圈/助跑道外，可以離開投擲圈/助跑道。當離開投擲圈/助跑道時，須按照下列規則第 17 項的規定，方可返回投擲圈/助跑道重新開始試擲。
 註：本款中允許的所有行動應包括在規則第 180 條 7 中規定的一次試擲的時限之內。
16. 若鉛球、鐵餅、鏈球的球體或標槍的槍尖最先觸地點接觸到落地區的角度線或線外地面，該試擲將判失敗。

17. 運動員在器械落地後方可離開投擲圈或助跑道。
在使用投擲圈的專案，當離開投擲圈時，首先觸及的鐵圈上緣或圈外地面，必須完全在圈外白線的後面，白線後緣的延長線應通過投擲圈圓心。
在標槍專案，離開助跑道時，首先觸及的助跑道兩側平行線或線外地面必須完全在投擲弧及兩端延長線的後面。
18. 每次投擲後，應將器械運回投擲圈或助跑道旁，不許擲回。

丈量〈Measurements〉

19. 所有投擲專案，丈量距離時應以 0.01 米為最少量度單位，不足 1 釐米不計。
20. 每次有效試擲後，應立即丈量成績：
- (a) 從鉛球、鐵餅或鏈球的球體落地痕迹的最近點取直線量至投擲圈內緣，丈量線應通過投擲圈圓心。
 - (b) 在標槍專案，從槍尖的最先觸地點取直線量至投擲弧內緣，丈量線應通過圓心。
- 編者註釋：丈量鉛球時，不需移開抵趾板〈抵趾板應牢固地安裝於地面〉，量尺從抵趾板上跨過。

標誌物〈Markers〉

21. 可用顯眼的旗幟或標誌物標出每名運動員的最好成績，放量標誌物時，應沿落地區角度線方向放置在角度線外側。
可用顯眼的旗幟或標誌物標出最新的世界紀錄，如有需要，也可標出最新的洲際或國家紀錄。

第 188 條

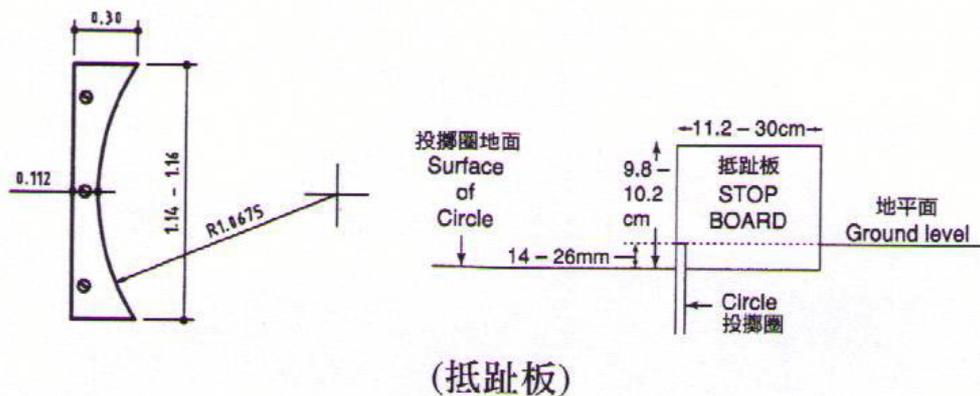
推鉛球〈Putting the Shot〉

比賽〈The Competition〉

1. 應用單手從肩部將鉛球推出。當運動員進入圈內開始試擲時，鉛球應抵住或靠近頸部或下額〈The shot shall touch or be in close proximity to the neck or the chin〉，在推球過程中持球手不得降到此部位以下，不得將鉛球置於肩軸線後方。

抵趾板〈The Stop Board〉

2. **結構〈Construction〉** 抵趾板應用木料或其他適宜材料製成，漆成白色，其形狀應為弧形，以便使其內緣與鐵圈內緣重合，應將抵趾板安裝在兩條落地區角度線之間的正中位置，並牢固地安裝於地面。
3. **尺寸規格〈Measurements〉** 抵趾板寬度為 11.2~30 釐米，長 1.15 米〈±1 釐米〉，高出圈內地面 10 釐米〈±2 毫米〉。



(抵趾板)

鉛球〈The shot〉

4. **結構〈Construction〉** 鉛球應用固體的鐵、銅或其他硬度不低於銅的金屬製成，或由此類金屬製成外殼，中心灌以鉛或其他金屬。鉛球的外形必須為球形，表面不粗糙及光滑。光滑表面即表面平均高度少於 $1.6\ \mu\text{m}$ ，或少於粗糙係數 N7。

5. 鉛球應符合下列規格：

鉛球	女子少年/青年/成年	男子少年	男子青年	男子成年
允許比賽和承認紀錄的最小重量	4.000kg	5.000kg	6.000kg	7.260kg
向製造廠家提議的重量範圍	4.005kg	5.005kg	6.005kg	7.265kg
	4.025kg	5.025kg	6.025kg	7.285kg
最小直徑	95mm	100mm	105mm	110mm
最大直徑	110mm	120mm	125mm	130mm

第 189 條

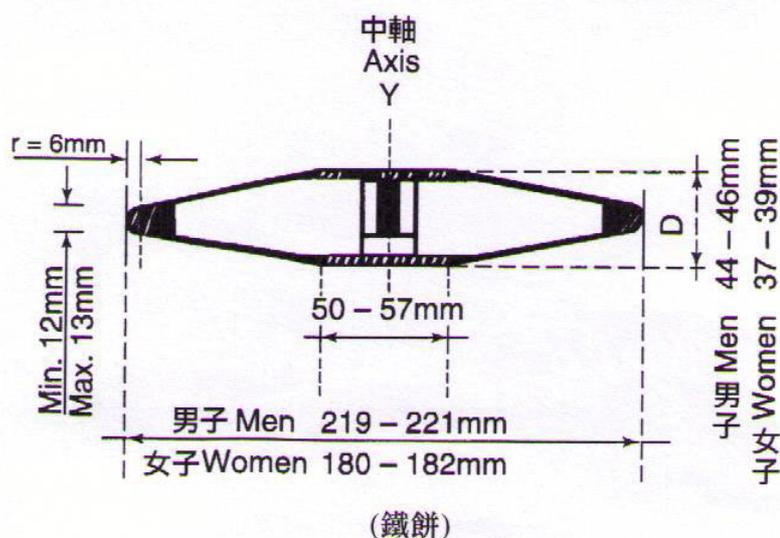
擲鐵餅〈Throwing the Discus〉

鐵餅〈The Discus〉

1. **結構〈Construction〉** 鐵餅的餅體可為實心或空心結構，應用木料或其他適宜的材料製成，周圍鑲以金屬圈，金屬圈邊緣應呈圓形。外緣橫斷面應為標準圓形，半徑約為 6 毫米。鐵餅兩面中央可鑲有與餅體齊平的圖片。也可不裝金屬圓片，但相應部位應呈平面。鐵餅的大小和總重量應符合規定。

鐵餅的兩面必須相同，製造時不得帶有凹陷、凸起或尖沿。從金屬圈邊緣彎曲處至餅心的邊緣，鐵餅表面應呈直線傾斜，餅心的半徑為 25-28.5 毫米。應按下列規格設計鐵餅剖面：從鐵圈彎曲處開始至鐵餅最大厚度 D 處，鐵餅的厚度應均勻增加，在距鐵餅中軸軸心 Y 點 25-28.5 毫米處達到鐵餅的最大厚度。從此點至 Y 點的厚度應該相同。鐵餅的兩面必須一致，鐵餅在繞 Y 軸旋轉時必須對稱。

鐵餅包括整個鐵圈和結點處在內應該光滑，鐵餅各處應均勻一致。



2. 鐵餅應符合下列規格

鐵餅		女子少年/ 青年/成年	男子少年	男子青年	男子成年
允許比賽和承認紀錄的最小重量		1.000kg	1.500kg	1.750kg	2.000kg
向製造廠家提議的重量範圍		1.005kg 1.025kg	1.505kg 1.525kg	1.755kg 1.775kg	2.005kg 1.025kg
鐵餅的直徑	最小最大	180mm	200mm	210mm	219mm
		182mm	202mm	212mm	221mm
餅心的直徑	最小最大	50mm	50mm	50mm	50mm
		57mm	57mm	57mm	57mm
餅心的厚度	最小最大	37mm	38mm	41mm	44mm
		39mm	40mm	43mm	46mm
金屬圈的厚度 (距邊緣 6mm 處)	最小最大	12mm	12mm	12mm	12mm
		13mm	13mm	13mm	13mm

第 190 條

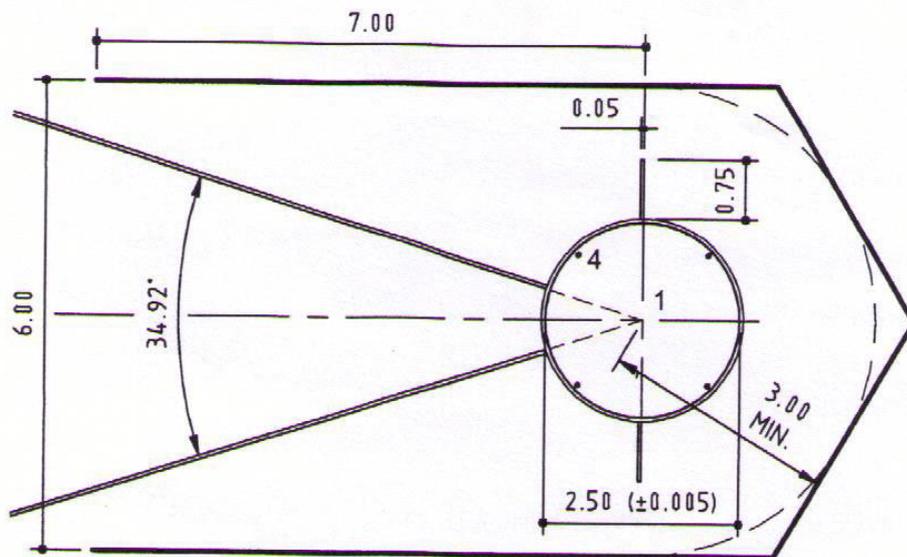
鐵餅護籠 (Discus Cage)

1. 必須從擋網或護籠內將鐵餅擲出，以確保觀眾、工作人員和運動員的安全。本條款中規定的護籠適用於比賽場上有其他專案同時舉行或在比賽場外有觀眾。在訓練場地可以不使用這種護籠，結構更為簡單的裝置即可滿足需要。向國家田徑協會或國際田聯總部諮詢將得到合理的建議。

註：規則第 192 條中擲鏈球的專用護籠也可用於擲鐵餅。既可安裝一個直徑分別為 2.135 米和 2.5 米的同心圓，也可將護籠延長，在鏈球投擲圈前安裝一個鐵餅投擲圈。

2. 在設計、製造、維護鐵餅護籠時，必須使其能夠阻擋以 25 米/秒的速度運行、重量為 2 千克的鐵餅。這種設備必須在擋住鐵餅時，沒有彈出護籠的危險，使鐵餅既不能向運動員反彈，也不會從網頂上飛出。凡符合本條款所有要求的護籠，不論設計和結構如何均可採用。
3. 護籠的俯視圖應為 U 字形。如圖所示。進籠閉口的寬度為 6 米，位於投擲圈圈心前方 7 米處，6 米寬的開口兩邊應為網的內緣；擋網高度或掛網最低處至地面之距離至少 4 米。護籠的設計與結構應能防止鐵餅從護籠連接處、擋網或網下方沖出。
註 1：投擲圈後方如何安放擋網及掛網並不重要，但掛網離投擲圈之圓心距離至少要有 3 米。
註 2：與傳統設計的護籠相比較，新設計的護籠只要能提供相同的保護力，不增加危險角度，也可得到國際田聯的批准。
註 3：接近跑道的一邊擋板可加長或/及加高，好使在舉行投擲鐵餅時，給予在鄰近舉行徑賽運動員更多保護。
4. 製作擋網可採用適宜的天然材料或合成纖維，也可使用低碳鋼絲或高抗張力鋼絲。繩索網眼的最大尺寸為 44 毫米，鋼絲眼的最大尺寸為 50 毫米。
註：有關擋網及掛網的規格及安全檢查步驟已記載在《國際田聯田徑設施手冊》中。
5. 在同一場比賽中，運動員使用左手或右手從護籠中擲出鐵餅的最大危險屬形區均為 69 度，因此護籠的位置和方向對於安全使用極為重要。

鐵餅保護籠平面圖 (尺寸單位為米)
 Plan of Discus Cage only (Dimensions in m)



第 191 條
擲鏈球〈Throwing the Hammer〉

比賽〈The Competition〉

1. 運動員在準備進行預擺或旋轉前的開始姿勢，允許將鏈球球體放在投擲圈內或圈外的地面。
2. 鏈球球體觸及投擲圈內或投擲圈外的地面，或鐵圈上緣不應判為犯規；運動員在未有觸犯其他規則前，可停止動作及再次開始投擲。
3. 如鏈球在試擲時或在空中斷脫，只要試擲符合規則，不應判為一次試擲失敗，如果運動員因此失去平衡而犯規，應給予一次重擲。

鏈球〈The Hammer〉

4. **結構〈Construction〉** 鏈球由球體、鏈子和把手三部分組成。
5. **球體〈Head〉** 應用固體的鐵或硬度不低於銅的其他金屬製成鏈球球體，或用此類金屬製成外殼，中心灌鉛或其他固體材料。男子鏈球的球體直徑最小為 110 毫米，女子鏈球的球體直徑最小為 95 毫米。鏈球球體外形應為完整的球形。如果使用填充物，應使其不能移動，球體重心至中心的距離不應大於 6 毫米。
6. **鏈子〈Wire〉** 應以直而有彈性、不易折斷的單根鋼絲製成。鋼絲直徑不小於 3 毫米，投擲時鏈子應無明顯延長，鋼絲的一端或兩端可彎成環狀以便連接。
7. **把手〈Handle〉** 把手可為單圈或雙圈結構，但必須質地堅硬及沒有任何種類的鉸鏈連接；投擲時不得有顯著延長。把手與鏈子的連接必須做到把手在鏈環中轉動時，鏈球的總長度不得增加。握把可為弧形或平直形，最大寬度為 130 毫米，內緣最大長度為 110 毫米。最小抗拉強度應為 8kN(800kgf)；把手外邊可為平直或微彎形狀。

註：把手的抗拉度是根據國際田聯的校驗手冊(IAAF Calibration Handbook)的步驟而決定。

8. **鏈子與球體的連接〈Connections of wire〉** 鋼鏈應借助於轉動軸承與球體連接，轉動軸承可為滑動軸承或滾珠軸承。把手與鏈子的連接應為環狀連接，不得使用轉動軸承。把手與鏈子連接，不得使用轉動軸承。
9. 鏈球應符合列規格：

鏈球		女子少年/青年/成年	男子少年	男子青年	男子成年
允許比賽和承認紀錄的最小重量		4.000kg	5.000kg	6.000kg	7.260kg
向製造廠家提議的重量範圍		4.005kg 4.025kg	5.005kg 5.025kg	6.005kg 6.025kg	7.265kg 7.285kg
鏈球全長 〈從把手內緣量起〉	最短	1160mm	1165mm	1175mm	1175mm
	最長	1195mm	1200mm	1215mm	1215mm
球體直徑	最小	95mm	100mm	105mm	110mm
	最大	110mm	120mm	125mm	130mm

球體重心〈Centre of gravity of head〉

球體重心至球體中心距離不得大於 6 毫米，將去掉把手和鏈子的球體放在一個水平的、直徑為 12 毫米的圓形口刃上，球體必須保持平衡。



第 192 條

鏈球護籠〈Hammer Cage〉

1. 必須從擋網或護籠內將鏈球擲出，以確保觀眾、工作人員和運動員的安全。本條款中規定的護籠適用於比賽場上有其他專案同時舉行或在比賽場外有觀眾。在訓練場地可以不使用此種護籠，結構更為簡單的設備即可滿足需要。如向國家田徑協會或國際田聯總部諮詢可以得到合理的建議。
2. 在設計、製造、維護鏈球護籠時，應使其能夠阻擋重量為 7.26 千克，以 32 米/秒的最大速度運行的鏈球。這種裝置在擋住鏈球時，不應有運動員反彈或從網頂飛出的危險。凡符合本條款的要求，各種設計和結構的護籠均可使用。
3. 護籠的俯視圖應為 U 字形。如圖所示。護籠閉口寬度應為 6 米，位於投擲圈圓心前方 7 米處。6 米寬的開口兩邊應為活動擋網門軸內緣；後方擋網高度或掛網最低處至地面之距離至少應為 7 米；前方擋網 2.8 米至門軸之高度至少 10 米。
護籠的設計與結構應能防止鏈球從護籠連接處、擋網或擋網下方沖出。
註：投擲圈後方如何安放擋網及掛網並不重要，但掛網離投擲圈之圓心距離至少要有 3.5 米。
4. 護籠前端應放置兩塊活動擋網，寬 2 米，高至少應為 10 米，每次只能使用其中一塊。
註 1：左側活動擋網適用於右手投擲者，右側活動擋網適用於左手投擲者。鑒於左手和右手投擲者同場比賽時需要更換兩側擋網，因此以最短的時間和最小的人力進行更換極為重要。
註 2：圖中表明左右兩活動擋網，但比賽時只可關閉其中一塊。
註 3：操作時，活動擋網必須嚴格處於圖中所示的位置。因此，設計活動擋網時必須帶有將活動擋網固定在轉動位置上的裝置。
註 4：活動擋網的結構和操作方式取決於護籠的整體設計，可為滑動形式，或與一水平軸或垂直軸鉸接，或可以拆卸。操作活動擋網的唯一堅固性要求是擋網能夠完全擋住鏈球的衝擊，不得有在固定擋網和活動擋網之間沖出的任何危險。
註 5：與傳統設計的護籠相比較，新設計的護籠只要能提供相同的保護能力，不增加危險角度，也可得到國際田聯的批准。
5. 製作擋網可採用合適的天然材料或合成纖維，也可採用低碳鋼絲或高抗張力鋼絲。繩索

網眼最大尺寸為 44 毫米、鋼絲網眼最大尺寸為 50 毫米。

註：有關擋網及掛網的規格及安全檢查步驟已記載在[國際田聯田徑設施手冊]中。

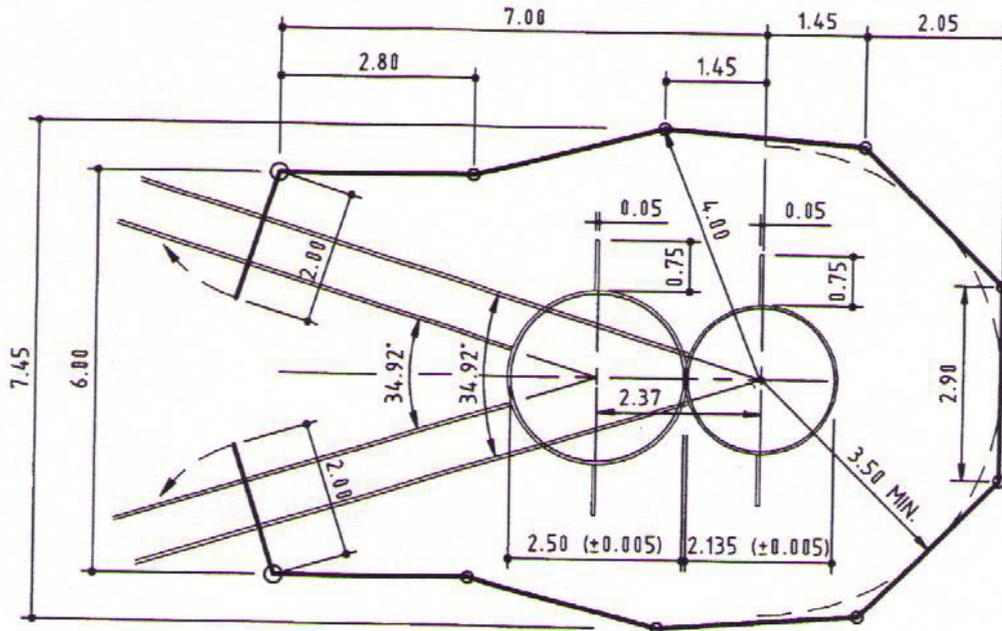
6. 如要使用同一護籠投擲鐵餅，有兩種安放設備的方法可供選擇。最簡單的方法是安裝直徑分別為 2.135 米和 2.5 米的同心鐵圈，使擲鏈球和擲鐵餅使用同一個圈內地面。鏈球護籠亦可進行擲鐵餅，只要打開活動擋網，不要阻礙護籠開口。

另一種方法是在同一個護籠內將鏈球圈和鐵餅圈分開設置。兩個投擲圈必須縱向排列在投擲區中軸線上。鐵餅投擲圈圓心在鏈球投擲圈圓心前面 2.37 米處，如使用這種護籠，兩隻活動擋網可作擲鐵餅之用。

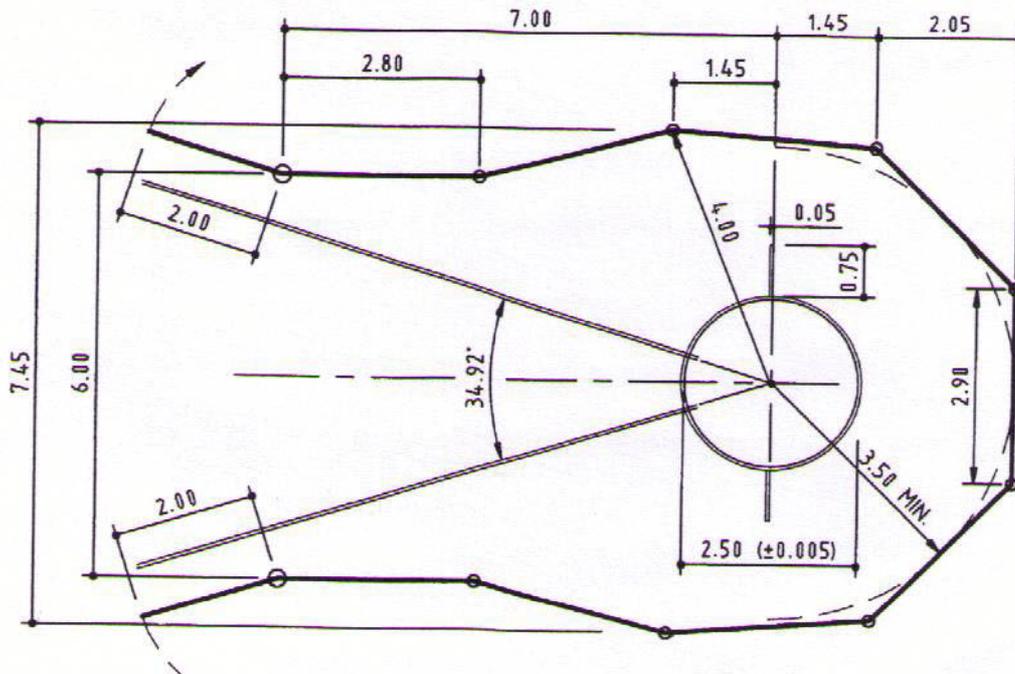
註：投擲圈後方如何安放擋網及掛網並不重要，但掛網離投擲圈同心圓之圓心至少有 3.5 米，或離開鐵餅投擲圈 3.0 米，如果使用兩個分開的投擲圈。請參考規則第 192.4(e)。

7. 用左手和右手投擲的運動員同場比賽時，從護籠內投擲的最大危險扇形區均為 53 度左右。因此，護籠的位置和方向對於安全使用極為重要。

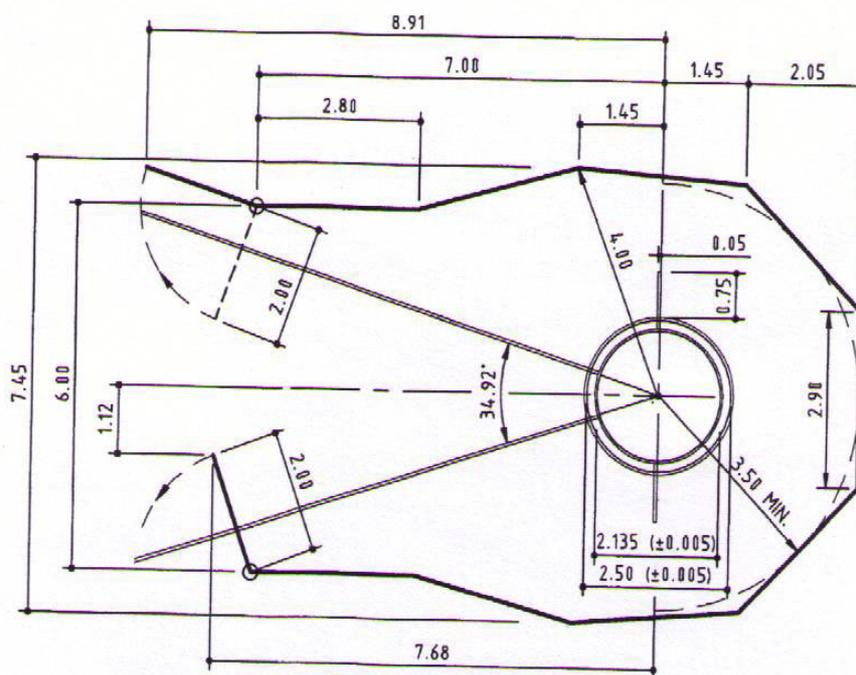
鍊球及鐵餅不同投擲圈的保護籠 (尺寸單位為米)
Cage for Hammer and Discus with separate circles
 (Dimensions in m)



鍊球及鐵餅共用保護籠在鐵餅比賽時的設定 (尺寸單位為米)
Cage for Hammer and Discus in discus configuration
 (Dimensions in m)



鍊球及鐵餅為同心圓投擲圈的保護籠 (尺寸單位為米)
Cage for Hammer and Discus with concentric circles
(Dimensions in m)



第 193 條

擲標槍〈Throwing the Javelin〉

比賽〈The Competition〉

- (a) 擲標槍時應握在把手處，從肩部上方或投擲臂的上方擲出，不得拋用〈slung or hurled〉。不得採用非傳統姿勢進行投擲。
(b) 只有標槍的金屬槍尖先於標槍的其他部位觸地，試擲方為有效。
(c) 運動員試擲時，在標槍出手以前，身體不得完全轉向背對投擲弧。
- 如果在試擲時或在空中飛行時標槍折斷，只要試擲符合規則，不應判試擲失敗。如運動員因此失去平衡而犯規，也不應判作試擲失敗，應給予一次重擲。

標槍〈The Javelin〉

- 結構〈Construction〉** 標槍由三部份組成，槍頭、槍身、纏繩把手。槍身可中空或實心及應完全由金屬或其他適宜的類似物質製成的一個整體，並裝有尖形金屬槍頭。標槍槍身表面不得有小窩、凸起、溝槽、突脊、空洞、粗糙，槍尾必須自始至終平滑和均勻一致。
槍頭應完全用金屬製成，可焊接一個加固的合金槍尖，整個槍頭表面要平滑〈參考規則第 188.4〉和均勻一致。
- 把手應包繞標槍重心，其直徑不得超過槍身直徑 8 毫米。把手表面應為規則的不光滑型，但不得有任何種類的繩頭、結節或呈鋸齒形。把手的厚度應均勻。

5. 標槍所有部位橫斷面應為規則的圓形〈見註 1〉。槍身最大直徑應在緊靠把手前端的地方。槍身中央部位，包括把手下面的部份，應為圓柱形或向槍尾方向稍微變小。但把手前後兩端槍身直徑減小不得超過 0.25 毫米。從把手處起，標槍應有規則地向兩端逐漸變小。從把手至標槍前後兩端點的縱剖面應為直線或略有凸起〈見註 2〉，除了在槍頭與槍身的結合部位和把手前後兩端以外，槍身任何部份的直徑均不得有突然改變。在槍頭後端與槍身的結合部位，槍身直徑的減小不得超過 2.5 毫米，在槍尖後面 300 毫米以內，槍身縱剖面的變化也不得大於這個數位。

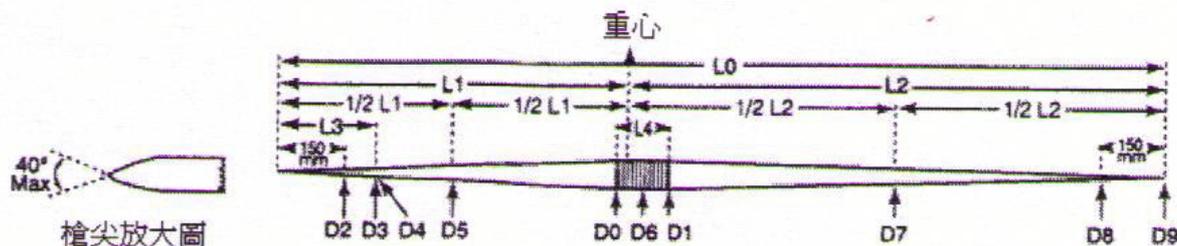
註 1：標槍橫斷面應呈圓形，在任一部位的最大誤差為 2%。兩個直徑的平均值必須符合圓形標槍的規格。

註 2：使用一把長至少 500 毫米的金屬直規和兩把厚度分別為 0.20 毫米和 1.25 毫米的塞尺，可以迅速簡便地檢查標槍縱剖面的形狀。對於縱剖面有稍稍凸起的部份，將直規緊貼這一小段，直視可有輕微晃動。對於縱剖面的直線部份，直規緊貼這一部份時，直規與標槍貼緊的部份，必須塞不進 0.20 毫米的塞尺。在緊靠槍頭與槍身結合處的後面這一部位，上述方法不適用，此處必須塞不進 1.25 毫米的塞尺。

6. 標槍應符合以下規格：

標槍		女子少年/青年/成年	男子少年	男子青年/成年
允許比賽和承認紀錄的最小重量		600gm	700gm	800gm
向製造廠家提議的重量範圍		605gm	705gm	805gm
		625gm	725gm	825gm
標槍全長	最短	2.20m	2.30m	2.60m
	最長	2.30m	2.40m	2.70m
金屬槍頭長度	最短	250mm	250mm	250mm
	最長	330mm	330mm	330mm
槍尖至重心距離	最短	0.80m	0.86m	0.90m
	最長	0.92m	1.00m	1.06m
槍身最粗處直徑	最小	20mm	23mm	25mm
	最大	25mm	28mm	30mm
把手寬度	最小	140mm	150mm	150mm
	最大	150mm	160mm	160mm

7. 標槍不得有可移動部份或投擲時可以改變其重心或投擲性能的裝置。
8. 槍尖張角不得大於 40 度。距槍尖 150 毫米處，槍頭直徑不得大於槍身最大直徑的 80%。在重心至槍尖的中點處，槍身直徑不得大於槍身最大直徑的 90%。
9. 在標槍重心至槍尾末端中點處，槍身直徑不得小於槍身最大直徑的 90%。在距槍尾末端 150 毫米處，槍身直徑不得小於槍身最大直徑的 40%。槍尾末端直徑不小於 3.5 毫米。



國際比賽用標槍〈International Javelin〉											
長度〈單位：釐米〉						直徑〈單位：釐米〉					
		男子		女子				男子		女子	
圖例	說明	最長	最短	最長	最短	圖例	說明	最大	最小	最大	最小
L0	全長	2700	2600	2300	2200	D0	把手前翻	30	25	25	20
L1	槍尖至重心	1060	900	920	800	D1	把手後端	---	D0-0.2 5	---	D0-0.2 5
1/2 L1	L1的一半	530	450	460	400	D2	槍尖後150釐米	0.8D0	---	0.8D0	---
L2	槍尾至重心	1800	1540	1500	1280	D3	槍頭後端	---	---	---	---
1/2 L2	L2的一半	900	770	750	640	D4	槍頭後的槍身	---	D3-2.5	---	D3-2.5
L3	槍頭	330	250	330	250	D5	槍尖至重心的一半	0.9D0	---	0.9D0	---
L4	把手	160	150	150	140	D6	把手	D0+8	---	D0+8	---
						D7	槍尾至重心的一半	---	0.9D0	---	0.9D0
						D8	槍尾前150釐米	---	0.4D0	---	0.9D0
						D9	槍尾	---	3.5	---	3.5

第五節 全能專案比賽〈Combined Events Competition〉

第 200 條

全能專案比賽〈Combined Events Competition〉

男子五項和十項全能〈Men-Pentathlon and Decathlon〉

1. 男子五項全能包括五個單項，應在同一天按下列順序進行：跳遠、標槍、200 米、鐵餅和 1500 米。
2. 男子十項全能包括十個單項，在連續兩天內按下列順序進行：
第一天：100 米、跳遠、鉛球、跳高、400 米；
第二天：110 米欄、鐵餅、撐竿跳高、標槍、1500 米。

女子七項全能和十項全能〈Women-Heptathlon and Decathlon〉

3. 女子七項全能包括七個單項，在連續兩天內按下列順序進行：
第一天：100 米欄、跳高、鉛球、200 米；
第二天：跳遠、標槍、800 米。
4. 女子十項全能包括十個單項，應在連續兩天內按下列順序進行：
第一天：100 米、鐵餅、撐竿跳高、標槍、400 米；
第二天：100 米欄、跳遠、鉛球、跳高、1500 米。

男子少年八項全能〈Boys-Octathlon〉

5. 男子少年八項全能包括八個單項，在連續兩天內按下列順序進行：
第一天：100 米、跳遠、鉛球、400 米；
第二天：110 米欄、跳高、標槍、1000 米。

女子少年七項全能〈Girls-Heptathlon〉

6. 女子少年七項全能包括七個單項，在連續兩天內按下列順序進行：
第一天：100 米欄、跳高、鉛球、200 米；
第二天：跳遠、標槍、800 米。

總則〈General〉

7. 在可能情況下，全能專案總裁判有權決定給予每名運動員在上一項比賽結束之後至下一項比賽開始之前至少應有 30 分鐘休息時間。如有可能，在第一天的最後一項結束和第二天第一項開始之間至少應有 10 小時休息時間。
8. 除最後一項比賽外，全能比賽之每一專案之分組須由技術代表或全能專案總裁判分配，如有可能，應將之前各專案成績相若的運動員編在同一組比賽，每組最好 5 人或 5 人以上，但不得少於 3 人。
如因賽程表編排未能達至上述分組辦法，應將已完成上一項比賽的運動員編在下一專案同一組。
全能比賽最後一項的分組，應將倒數第二項比賽後積分領先的運動員編在一組，除此之外，其他每個單項比賽的分組，應根據前一專案取得繼續比賽資格的運動員抽籤排定。
如技術代表或全能比賽總裁判認為原來分組不合理，有權對任何一組重新編排。

9. 國際田聯有關單項的比賽規則均適用於全能各項目的比賽，但以下情況例外：
 - (a) 跳遠及各個投擲專案，每名運動員只能試跳（擲）三次。
 - (b) 如不使用全自動計時裝置，須由三名計時員獨立計取每名運動員的時間。
 - (c) 在任何賽跑及跨欄的單項比賽中，凡起跑二次犯規，則取消其比賽資格。
10. 全能各單項比賽只能始終使用一種計時方法。承認紀錄時，應使用全自動電子計時成績，而不管這種計時成績對該專案的其他運動員是否有用。
11. 在任何一個單項比賽中，如果某運動員未能參加起跑或試跳（擲），則不能參加後繼專案的比賽，按放棄比賽處理，不能計算總成績。
凡決定退出全能比賽的運動員，應將其決定立即通知全能總裁判。
12. 每一個單項比賽後，應根據國際田聯現行評分表向全體運動員宣佈該單項得分和各項的積分。總積分最多者獲勝。
13. 如果總分相等，則以得分較高的單項數量多者為優勝。如仍然成績相等，則以任何一個單項得分最高者為優勝；如仍不能解決，以第二個單項得分高者為勝，餘類推。其他同分名次亦依此方法解決。

第六節 室內比賽〈Indoor Competition〉（略去）

第七節 競走專案〈Race Walking〉

第 230 條

競走 (Race Walking)

競走的定義 (Definition of Race Walking)

1. 競走是運動員與地面保持接觸，連續向前邁進的過程，沒有(人眼)可見的騰空。前腿從觸地瞬間至垂直部份應該伸直(即膝關節不得彎曲)。

裁判 (Judging)

2. (a) 如果事先未任命競走裁判長，應在指派的競走裁判員中選出 1 人為裁判長。
- (b) 所有競走裁判員應獨立行使其工作職責，以眼睛觀察為依據進行裁決。
- (c) 在規則 1.(a)的比賽中，所有裁判員必須為國際田聯的國際競步裁判員。在規則 1.(b) 及 1.(c)的比賽中，裁判員必須為國際競步裁判員或地區競步裁判員。
- (d) 在道路舉行的比賽中，包括裁判長在內的裁判員人數，通常最少為 6 名，最多為 9 名。
- (e) 在運動場舉行的比賽中，包括裁判長在內的裁判員人數，通常為 6 名。
- (f) 在規則第 1.(a)的比賽中，每一國家最多只有一位裁判執法。

裁判長 (Chief Judge)

3. (a) 在規則 1.(a)、1.(b)、1.(c)及 1.(d)條的比賽中，裁判長有權對從場外賽道進入運動場後至終點間的犯規參賽者，或者完全在運動場內舉行或完全在公路舉行的比賽之最後 100 米內犯規的參賽者取消資格，不論該參賽者先前曾否接獲紅牌(Red Cards)，只要明顯違反上述第一段的規定，便可執行罰則。運動員在這情況下被取消資格，可繼續完成餘下路程的比賽。
- (b) 裁判長的職責是監督裁判員，只在規則 1.(a)、1.(b)、1.(c)及 1.(d)條的比賽，及在上述(a)段特殊情況下才行使裁判員權力。
- (c) 在規則 1.(a)、1.(b)、及 1.(c)比賽中，可指派一名工作人員管理嚴重警告顯示板及一名協助裁判長的記錄員。

警告 (Caution)

4. 競走時，運動員的動作有違反上述第一段競走定義的跡象時，應向該運動員出示黃牌警告，黃牌兩面均印有相關犯規圖案。裁判員無權對某一運動員相同的犯規予以第 2 次警告。對一名運動員警告後，該裁判員應在賽後報告裁判長。

嚴重警告 (Red Cards)

5. 在比賽的任何階段，裁判員看到某一運動員的行進方式不符合上述第一段競走定義，表現出可見的騰空或膝關節彎曲時，應通知裁判長髮出紅牌。

取消資格 (Disqualification)

6. (a) 當某運動員受到三名不同裁判員的紅牌警告時，將被取消比賽資格，由裁判長或裁判長助理出示紅牌通知該運動員，如未有發出紅牌通知，不能以此理由推翻取消參賽者資格的決定。
- (b) 在國際田聯直接管轄的或經國際田聯批准舉辦的比賽中，無論出現何種情況，都不應有同一國籍的兩名裁判員具有判罰取消運動員比賽資格的權力。
- (c) 場地競走時，運動員被取消比賽資格後應立即離開跑道。公路競走時，運動員被取消比

賽資格後應立即取下其佩帶的號碼，並離開比賽路線。任何被取消比賽資格的運動員若不離開跑道或賽道，根據規則 22.1(f)及 145.2，將會有進一步的紀律處分。

(d)應在比賽場內及鄰近終點的地方設置一塊或多塊顯示紅牌警告的公告牌，以通知運動員受到紅牌警告的次數，犯牌圖案亦應在公告牌上顯示。

(e)在規則 1.(a)的比賽中，裁判員必須佩備有傳輸功能的手提電腦，將紅牌警告的次數資料傳送至記錄員及公告牌。

出發 (The Start)

7. 比賽以鳴槍為出發訊號及使用 400 米以上的起跑口令及步驟(規則 162.3)。如果比賽人數較多，應在出發前 5 分鐘進行預告，必要時可增加預告次數。

安全及醫務檢查 (Safety and Medical)

8. (a) 公路競走的組織者應保證運動員的安全。凡舉行規則 1.(a)、1.(b)及 1.(c)的比賽，在條件許可的地方，主辦者要保證在比賽使用的公路關閉交通，禁止任何方向的機動車輛進行。

(b) 舉辦規則 1.(a)、1.(b)及 1.(c)的比賽，競走的開始及結束應安排在白天。

(c)比賽中，由大會組委會指派的佩帶有明顯標誌的醫務人員進行現場醫務檢查，不應被看作是對運動員的幫助。

(d) 比賽中，如醫務代表或指派的正式醫務人員命令某運動員退出比賽，該運動員應立即遵從。這些醫務人員應佩戴明顯標誌、例如佩帶袖標或穿著背心或其他易於被識別的服裝。

飲水/海綿和飲品站 (Drinking/Sponging and Refreshments Station)

9. (a) 所有比賽的起點及終點應備有飲水和其他適當飲品。

(b) 10 公里及以下的競走專案，根據天氣情況，可以在適當間隔設置飲水/海綿站 (drinking and sponging station)。

(c) 10 公里以上的競走比賽，每圈設置一個飲品站(refreshment stations)。此外，應根據天氣情況在兩個飲料站中間設置一個或多個只供應水的飲水/海綿站。

(d) 飲品可由大會提供或由運動員自備，各備飲料放在運動員指定的飲品站。放置飲品要便於運動員拿取或由經批准的人員遞到運動員手中

(e) 運動員在飲品站以外的其他地方拿取飲品，可被總裁判取消比賽資格。

(f)在規則 1.(a)、1.(b)及 1.(c)的比賽，一個國家最多可派兩名職員站在飲品桌子後面。當運動員拿取飲品時，無論出現何種情況，都不得有職員在運動員旁邊伴跑。

路線 (Road Course)

10. (a) 舉行規則 1.(a)、1.(b)及 1.(c)的比賽，環形路線長度每圈最多為 2.5 公里，最少 2 公里。起點及終點均設在運動場內的比賽，環形路線要盡最靠近運動場。

(b) 應根據規則 240.3 的規定量度公路競走的路線。

比賽操守 (Race Conduct)

11. 在 20 公里或以上的專案比賽中，運動員得到裁判員的允許並在一名裁判員的監督下，可以離開公路或跑道，但不得因此而縮短比賽距離。

12 裁判認同裁判員、檢察員或其他人的報告，謂某運動員離開原定路線，以致縮短了比賽路程，該運動員將被取消資格。

第八節 公路賽跑〈Road Races〉

第 240 條

公路賽跑 (Road Races)

1. 男、女子標準比賽距離為 10 公里、15 公里、20 公里、半程馬拉松、25 公里、30 公里、馬拉松(42.195 公里)、100 公里和公路接力賽跑。
註 1：建議公路接力賽跑的距離與馬拉松相同。理想路線為一條 5 公里的環形路線，各段距離別為 5 公里，10 公里，5 公里，10 公里，5 公里及 7.195 公里。青年組的距離為半程馬拉松，各段距離分別為 5 公里，5 公里，5 公里及 6.098 公里
註 2：建議公路賽跑在四月或五月，或九月至十二月舉行。
2. 此類賽跑應在現成的公路上進行。但是，若因交通繁忙或類似情況不宜比賽，路線可設在路旁的單車徑或行人道上，並加以適當的標誌，但不能在草地或類似之柔軟地面舉行。起點和終點可設在田徑場內。
註：建議按標準距離舉行的公路賽跑，起點及終點之間的直線距離不應超過比賽距離的 50%。
3. 起跑線及終點線均以一條 5 釐米寬的白線標示。丈量公路賽跑專案的比賽距離，應在比賽的公路上，沿著運動員所能跑過的最短路線進行丈量。
在規則第 1 條 1(a)的比賽，可能的話也應包括(b)和(c)的比賽，丈量線應用易於區別的顏色標誌出，不應與其他標記混淆。
路線長度不得短於該專案的正式距離。在規則第 1 條(a)、(b)和(c)的運動會中和經國際田聯直接批准的比賽中，丈量的誤差不得超過 0.1%(馬拉松為 42 米)，該路線的長度在賽前應經一名國際田聯批准的路線丈量員鑒定合格。
註 1：建議採用「滾輪測量法」(Calibrated Bicycle Method)進行丈量。
註 2：為防止在以後再丈量時發生路線長度不足的問題，建議設計路線時，加入一個「防止路線縮短的係數」，使用「滾輪測量法」時，該係數應為 0.1%，這意味著每一公里的路線要有 1001 米的「丈量長度」。
註 3：如計劃在比賽當天使用臨時性設備，例如錐形體、柵欄等來標明部份路線的界限，則此類設備放置的位置，必須最遲在丈量時確定下來，並且在丈量報告中列明。
註 4：建議在舉行標準距離的公路賽跑時，起點及終點間的海拔高度下降不超過千分之一，即每公里下不超過 1 米。
4. 如總裁判認同裁判員、檢察員或其他人的報告，謂某運動員離開原定路線，以致縮短了比賽路程，該運動員將被取消資格。
5. 應以公里為單位，向運動員顯示賽程的距離。
6. 舉行公路接力賽跑，應在所跑公路上劃出 5 釐米寬的橫線作為每段距離的標記和起點。在各段起點之前後各 10 米處，各劃上一條相同的線作為接棒區的標誌。必須在接棒區內完成所有交接動作。

出發 (The Start)

7. 以鳴槍為出發訊號及使用 400 米以上的起跑口令及步驟(規則 162.3)。如果比賽人數較多，應在出發前 5 分鐘進行預告，必要時可增加預告次數。

安全及醫務檢查 (Safety and Medical)

8. (a) 公路競走的組織者應保證運動員的安全。凡舉行規則第 1 條 1(a)、1(b)、1(c)的比賽，在條件許可的地方，主辦者要保證在比賽使的公路關閉交通，禁止任何方向的機動車輛通行。
 - (b)在競走比賽中，由大會組委會指派的佩帶有明顯標誌的醫務人員進行現場醫務檢查，不應被看作是對運動員的幫助。
 - (c)在比賽中，如大會組委會指派的正式醫務人員命令某運動員退出比賽，該運動員應立即執行。這些醫務人員應佩戴明顯標誌，例如佩帶袖標或穿著背心或其他易於被識別的服裝。

飲水及海綿和飲品站 (Drinking/Sponging and Refreshment Station)

9. (a) 各項賽跑的起點和終點應備有飲水和其他適當飲品。
 - (b)10 公里和 10 公里以下各專案應根據氣候情況，以大約 2-3 公里的間距離設置飲水/海綿站。
 - (c)10 公里以上專案應從起點開漿大約以 5 公里的間隔距離設飲品站。此外，應在兩個飲品站中間設置只供水的飲水/海綿站，並可根據天氣情況多設置一些。

飲品可由大會提供或由運動員自備，自備飲品應放在運動員指定的飲品站。飲品放置要便於運動員拿取或由經批准的人員遞交給運動員。

運動員在飲品站以外的地方拿取飲品，可導致被取消比賽資格。由運動員提供的飲品，自該運動員或其代表交給大會時起，應由組委會派員監管。
10. 在公路賽跑比賽中，運動員得許可並在一名判員的監督下，可以離開公路或跑道，但不得因此而縮短比賽距離。

第九節 越野賽跑 (Cross-Country Races)

第 250 條

越野賽跑 (Cross-Country Races)

總則 (General)

1. 雖然我們知道世界各地舉行越野賽跑的環境差別很大，因此不可能對此項運動作出世界性既統一嚴格規定，我們必須接受賽事有不同程度的成敗差別，關鍵往往在於場地的天然環境及路線設計者的能力。下列規則可用作指引，幫助各國發展越野賽跑。詳細的組織比賽資料，請參閱國際田聯的長跑比賽手冊。

季節 (Season)

2. 越野賽跑通常應在田徑賽季結束後的冬季進行。

比賽場地 (The Venue)

3. (a) 比賽必須在曠野或林地上舉行，儘量被草地覆蓋，有天然障礙物，使設計者能設計出一個有挑戰性及有趣的比賽路線。

(b) 必須有足夠地方容納賽道及其它所需設施。

路線設計 (Designing the Course)

4. 錦標賽及國際比賽，如有可能亦應包括其他比賽：

(a) 應設計成環形賽道 (Loop Course)，每圈長度在 1750 公里及 2000 公里之間，可加上一個小環形賽道 (Small Loop) 以補足不同專案所需的距離，但必須在比賽初段使用。提議大環形賽道每一圈最少有十公尺的上升坡度。

(b) 可採用天然障礙物，但應避免很高的障礙物、深坑、危險的上下坡、密茂矮林等；總之，應避免一切給比賽帶來困難而違背比賽宗旨的障礙物。不宜設置人工障礙，如因不能避免而仍須採用，則應仿真曠野中的自然障礙物。若參加比賽人數較多，在起跑後的 1500 米內不應有狹窄地段或其他障礙物，以免造成阻滯。

(c) 應避免或儘量減少橫過公路或細石路面，當不能避免時，該等路面應鋪上草、泥土或席。

(d) 除在起點及終點外，不能有太長的直道，一個天然起伏，灣道順滑及有小直道的場地，是最理想的。

路線 (The Course)

5. (a) 路線的兩旁應用帶子作出明顯的標記，提議在整個路線一邊設有一米寬的走廊，在週邊加設柵欄，只准大會職員及傳媒進入 (重要的錦標賽時才採用)。人多聚集的地方要加固柵欄，特別在起點 (包括運動員熱身區域及召集處) 及終點 (包括接待區)，只可持有特別證件的人仕才可進出。

(b) 大眾人士只可在比賽初段在指定的地方，在大會職員指揮下橫越賽道。

(c) 除起點及終點的範圍外，賽道及障礙物區應有五米寬。

比賽距離 (Distance)

6. 國際田聯世界越野賽團體錦標賽的距離大約為：

男子組長距離……12 公里 女子組長距離……8 公里

男子組短距離……4 公里 女子組短距離……4 公里

男子青年組……8 公里 女子青年組……6 公里

建議其他國際和國家比賽也採用類似的比賽距離。

出發 (Start)

7. 以鳴槍為出發訊號及使用 400 米以上的起跑口令及步驟(規則 162.3)。在國際比賽中，應在出發前 5 分鐘、3 分鐘及 1 分鐘進行預告。出發時，應為各隊提供起跑位置，同隊隊員應在起點排成單行。

飲水/海綿和飲品站 (Drinking/Sponging and Refreshment Stations)

8. 起點和終點應備有飲水和其他適當飲品。在所有比賽中，如天氣情況需要，應在每圈設置飲水/海綿站。

山地越野跑(Mountain Races)

9. 山地越野跑的主要路段應遠離公路在山野舉行，其中包括一定數量的上坡(主要是上坡)或上坡/下坡跑(起點及終點應在同一高度)。

建議國際比賽的大致距離和上坡總量如下：

組別	主要為上坡跑		起點及終點設在同一高度	
	比賽距離	上坡距離	比賽距離	上坡距離
成年男子	12 公里	1200 米	12 公里	700 米
成年女子	7 公里	550 米	7 公里	400 米
青年男子	7 公里	550 米	7 公里	400 米

跑經歷青公路的長度不得超過全程的 20%。

比賽路線可設計成一個環形。

第十節 世界紀錄〈World Records〉

第 260 條

世界紀錄 (World Records)

通則 (General Conditions)

1. 紀錄必須在正式的比賽創造，比賽應經國際田聯之會員妥善籌劃，宣傳及監督，同時必須遵照國際田聯之規則進行。
2. 創造紀錄之運動員必須取得參加依國際田聯規則舉辦之比賽之參賽資格，同時必須在一名國際田聯會員之監管下舉行。
3. 運動員或運動隊創造世界紀錄時，應由創紀錄所在國的國際田聯會員立即收集一切必要的資料上報國際田聯審批。不得延遲。未經國際田聯批准，任何成績都不能被承認為世界紀錄。
會員國應立即通知國際田聯有申報成績的意圖。
4. 必須填寫國際田聯的正式申請表，並在 30 天內用航空郵件寄往國際田聯總部。表格可向國際田聯索取。如申請涉及外國運動員或外國隊，須將表格副本同在且一時期內寄交其國家協會。
5. 創紀錄所在國家協會應隨正式申請表附上下列物品：
 - 大會印製的秩序冊；
 - 該項的全部比賽成績；
 - 終點攝影照片(參考規則 260.22(c))。
6. 每名破世界紀錄的運動員，必須在該項比賽結束時，根據現行國際田聯規則送請藥物檢查。如果打破接力賽紀錄，全體隊員均須接受檢查。
測試樣本必須送交由國際奧會認可之實驗室(WADA)檢測，測試結果連同國際田聯需要的資料一起呈交國際田聯以作審批。如檢驗結果呈陽性或未有進行測試，則國際田聯將不審批該成績。
7. 如一名運動員承認在創造某項世界紀錄前的某時曾使用了禁用物質或技術，或從當時一種禁用物質或技術中獲得了利益，國際田聯將考慮藥物檢查委員會的建議，取消該運動員的此項世界紀錄。
8. 國際田聯承認的世界紀錄有以下列幾種：
 - 世界紀錄
 - 世界青年紀錄
 - 世界室內紀錄
9. 個人專案必須至少有三人參賽，接力專案必須至少有兩隊參加，參賽者必須在該專案全心全意地比賽。
10. 紀錄必須超過或平等該項國際田聯承認的最新世界紀錄，如紀錄平等，將與原來之紀錄享有相同地位。
11. 在分組賽或及格賽、成績相等決名次賽，根據規則 125.5 舉行之重賽及全能的單項比賽中所創造的紀錄均可申報。在全能比賽中，無論運動員是否完成全部比賽，均不影響申報紀錄。
12. 國際田聯會長和秘書長有權聯名承認世界紀錄。如果對是否承認紀錄時產生疑問時，應提交國際田聯理事會決定。
13. 世界紀錄被批准後，國際田聯將通知申請該紀錄的會員，該運動員所屬國家的管轄機構和有關地區協會。

14. 國際田聯將給世界紀錄創造者頒發由國際田聯設計的正式世界紀錄紀念牌(World Record Plaque)。
15. 如未批准，國際田聯將說明原因。
16. 當有新紀錄被確認，國際田聯即將世界田徑紀錄名單更新，國際田聯將按規則 261、262 及 263 列出有關運動員或接力隊的最優異運動成績。
17. 國際田聯每年 1 月 1 日應公佈世界紀錄名單。

特定情況 (Specific Conditions)

18. 除道路賽外：
 - (a) 世界紀錄必須是在符合規則 140 規定的有屋頂的或沒有屋頂的田徑設施所創造的，所使用的徑賽跑道和田賽助跑道應鋪設在堅實的地面上。
 - (b) 承認 200 米或以上任何距離的紀錄時，創紀錄所用跑道的周長不得超過 402.3 米(440 碼)，而且必須是在此周長的某一部分起跑。此限制不包括水池位於 400 米跑道以外的障礙跑。
 - (c) 創紀錄所用的跑道的外則分道的半徑不得超過 50 米。除非彎道由兩個不同半徑劃出，用較大半徑構成的弧長，在 180 度道的彎道中不得超過 60 度。
 - (d) 運動員在男、女混合比賽所創成績，不予承認。
19. 室外田徑紀錄必須在符合規則 160 的跑道上創造。
20. 申報世界青年紀錄者，除非該運動員的出生日期事先得到國際田聯的確認，否則第一次申報之運動員，必須附以其護照、出生證或證明其出生日期的類似正式文件的副本。
21. 申請世界室內紀錄者：
 - (a) 紀錄必須在場館內創造，且必須符合規則 211 及 213。
 - (b) 200 米或以上的專案，橢圓形跑道長度不能多於 201.2 米或 220 碼。
22. 申請賽跑及競走專案的紀錄者，必須遵從下列計時規則：
 - (a) 跑及競走的紀錄必須由正式計時員或一台經批准的全自動電子計時器計時方予承認(見規則 165)。
 - (b) 400 米及 400 米以下的徑賽，只有一台經批准符合規則 165 規定的全自動電子計時器，方予接受。
 - (c) 創造徑賽紀錄時，有關終點攝影的照片或終點攝像計時系統的列印圖片必須送至國際田聯。
 - (d) 200 米及以下各項的紀錄，必須申報按規則 163.8、163.9 及 163.10 所測的有關風速資料。如果在跑進方向上測定的順風平均風速超過 2 米/秒，所創紀錄不予承認。
 - (e) 運動員在分道跑中踏上或跨越各自分道彎道內側的分道線，所創紀錄不予承認。
 - (f) 在必須使用起跑器及蹲踞式起跑的徑賽中，如有可能應提供起跑的反應時間。
23. 申請多重路程比賽紀錄者：
 - (a) 一項賽跑必須只限定一個跑的距離。
 - (b) 但是，可以把規定時間的計程比賽和規定距離的計時比賽結合起來。(例如 1 小時賽和 20000 米跑，見規則 164.4)。
 - (c) 允許同一運動員在同一次跑和競走中創造多項紀錄。
 - (d) 允許幾名運動員在同一次跑或競走中創造不同的紀錄。
 - (e) 但是，運動員未完成規定的全程距離，不得取其中一段較短距離的成績作為紀錄。
24. 申請世界接力比賽紀錄者：
 - (a) 接力賽跑紀錄，必須為同一會國公民組成的隊所創造。有關取得公民權的途徑見規則第 5 條。
 - (b) 未單獨獲得國際田聯會藉的殖民地，根據本規則，應視為其母國一部份。
 - (c) 在接力賽跑中第一棒運動員的成績不能申報紀錄。

25. 申請世界競走紀錄者：
至少應有三名國際田聯競走裁判員或地區競走裁判員在比賽中執行裁判工作並在申請紀錄表上簽名。
26. 申請世界田賽紀錄者：
(a) 田賽各項紀錄必須由三名田徑裁判員使用經過校驗的鋼卷尺或棍尺或經批准的科學丈量儀器的進行丈量，該儀器的精確應被一位合格測量員予以確認。
(b) 在跳遠和三級跳遠，必須報按規則 184.4、184.5 及 184.6 所測定的有關風速資料。如果在跳躍方向上測定的順風平均風速超過 2 米/秒，所創紀錄不予承認。
(c) 在田賽專案的一次比賽中，可承認多個成績為世界紀錄，被承認的每個紀錄應是平或超過當時已有的世界最好成績。
27. 申請世界全能專案紀錄者：
承認全能專案的紀錄，每一個單項必須符合申報各單項紀錄的條件，但在需要測量風速的專案，只須符合下列其中一項要求便可：
(a) 單項的風速不超過每秒+4 米。
(b) 不均風速不超過每秒+2 米(平均風速是以各單項風速總和除以單項數目)。
28. 申請世界公路賽紀錄者：
(a) 根據規則 117 路線的長度必須經過一名國際田聯或國際馬拉松及公路比賽協會批准的甲級或乙級路線丈量員丈量。
(b) 起點與終點間的直線距離，不得超過比賽路線長度的 50%。
(c) 起點與終點間的落差不得超過平均 1 比 1 千，即每公里一米。
(d) 檢定比賽路線的丈量員或是另一位持有該路線的完整丈量資料和路線圖的「甲」級或「乙」級丈量員、須乘坐在前導車(lead vehicle)內，以確保比賽路線與先前丈量之路線相同。
(e) 比賽路線必須(在比賽前兩周，比賽當或比賽後儘快於許可情況下)由另一位非原先的甲級或乙級丈量員鑒定合格。
(f) 於公路賽跑中所創出的間段距離世界紀錄，必須符合規則 260 的要求，並按計時規則計時。間段距離的長度必須于丈量路線時丈量及標記。
(g) 公路接力賽跑的分段距離須分別為 5 公里、10 公里、5 公里、10 公里、5 公里、7.195 公里。
29. 申請世界公路競走紀錄者：
(a) 根據規則 117，路線的長度必須經過一名國際田聯或國際馬拉松及公路比賽協會批准的甲級或乙級路線丈量員丈量。
(b) 競走環行路線圈的長度不應少於 2 公里及多於 2.5 公里。起點及終點應盡可能設置在運動場內。
(c) 檢定比賽路線的丈量員或是另一位「甲」級或「乙」級丈量員、持有該路線的完整丈量資料和路線圖，他必須確保比賽路線與先前丈量之路線相同。
(d) 比賽路線必須(在比賽前兩周，比賽當日或比賽後儘快於許可情況下)由另一位非原先的甲級或乙級丈量員在現場鑒定合格。

註：建議國家和地區協會採用類似規則來承認他們各自的紀錄。

第 261 條
承認為世界紀錄的專案
(Events for which World Records are recognized)

男子 (Men)

只准使用全自動電子計時的專案：

100 米、200 米、400 米、110 米欄、400 米欄、4x100 米接力。

全自動電子計時或手計時均可的專案：

800 米、1000 米、1500 米、1 英里、2000 米、3000 米、5000 米、10000 米、20000 米、1 小時、25000 米、30000 米、3000 米障礙。

接力專案：4x200 米、4x400 米、4x800 米、4x1500 米。

公路賽跑專案：10 公里、15 公里、20 公里、半馬拉松、25 公里、30 公里、馬拉松、100 公里、公路賽跑接力(只限馬拉松路程)。

場地競走專案：20000 米、30000 米、50000 米。

公路競走專案：20 公里、50 公里。

跳躍專案：跳高、撐竿跳高、跳遠、三級跳遠。

投擲專案：鉛球、鐵餅、鏈球、標槍。

全能專案：十項全能。

女子 (Women)

只准使用全自動電子計時的專案：

100 米、200 米、400 米、100 米欄、400 米欄、4x100 米接力。

全自動電子計時或手計時均可的專案：

800 米、1000 米、1500 米、1 英里、2000 米、3000 米、5000 米、10000 米、20000 米、1 小時、25000 米、30000 米、3000 米障礙。

接力專案：4x200 米、4x400 米、4x800 米。

公路賽跑專案：10 公里、15 公里、20 公里、半馬拉松、25 公里、30 公里、馬拉松、100 公里、公路賽跑接力(只限馬拉松路程)。

場地競走專案：10000 米、20000 米。

公路競走專案：20 公里。

跳躍專案：跳高、撐竿跳高、跳遠、三級跳遠。

投擲專案：鉛球、鐵餅、鏈球、標槍。

全能專案：七項全能、*十項全能。(*積分超過 8000 分方確認。)

註：由轉發器(Transponder)計時系統測定的時間，不接受為公路賽的紀錄。

第 262 條
承認為世界青年紀錄的專案
(Events for which World Junior Records are recognized)

男子青年 (Junior Men)

只准使用全自動電子計時的專案：

100 米、200 米、400 米、110 米欄、400 米欄、4x100 米接力。

全自動電子計時或手計時均可的專案：

800 米、1000 米、1500 米、1 英里、3000 米、5000 米、10000 米、3000 米障礙、4x400 米接力。

場地競走專案：10000 米。

公路競走專案：10 公里。

跳躍專案：跳高、撐竿跳高、跳遠、三級跳遠。

投擲專案：鉛球、鐵餅、鏈球、標槍。

全能專案：十項全能。

女子青年 (Junior Women)

只准使用全自動電子計時的專案：

100 米、200 米、400 米、100 米欄、400 米欄、4x100 米接力。

全自動電子計時或手計時均可的專案：

800 米、1000 米、1500 米、1 英里、3000 米、5000 米、10000 米、3000 米障礙、4x400 米接力。

場地競走專案：10000 米。

公路競走專案：10 公里。

跳躍專案：跳高、撐竿跳高、跳遠、三級跳遠。

投擲專案：鉛球、鐵餅、鏈球、標槍。

全能專案：七項全能、*十項全能。(*積分超過 7300 分方確認。)

註：由轉發器(Transponder System)計時系統測定的時間，不能被接受為公路賽專案的紀錄。

第 263 條

承認為世界室內田徑紀錄的專案

(Events for which World Indoor Records are recognized)

男子 (Men)

只准使用全自動電子計時的專案：

50 米、60 米、200 米、400 米、50 米欄、60 米欄。

全自動電子計時或手計時均可的專案：

800 米、1000 米、1500 米、1 英里、3000 米、5000 米。

接力專案：4x200 米、4x400 米、4x800 米。

場地競走專案；50000 米。

跳躍專案：跳高、撐竿跳高、跳遠、三級跳遠。

投擲專案：鉛球。

全能專案：七項全能。

女子 (Women)

只准使用全自動電子計時的專案：

50 米、60 米、200 米、400 米、50 米欄、60 米欄。

全自動電子計時或手計時均可的專案：

800 米、1000 米、1500 米、1 英里、3000 米、5000 米。

接力專案：4x200 米、4x400 米、4x800 米。

場地競走專案；30000 米。

跳躍專案：跳高、撐竿跳高、跳遠、三級跳遠。

投擲專案：鉛球。

全能專案：五項全能。

-- 完 --