

九年級趣味競賽規則-瞞天過海

- 一、每班男生 8 人、女生 8 人，，4 人一組，共 4 組 16 人，組別排列為男生 4 人、女生 4 人，依照男、女、男、女穿插排列。
- 二、預備時有兩個呼拉圈，一呼拉圈置在第一組跳躍兩人的地上，另一則由 2 人手持呼拉圈兩側置於圈內另 2 人之腰部。聽到槍(哨)聲即比賽開始，手持呼拉圈兩側人繞過圈內 2 人之上半身，將呼拉圈放置圈內 2 人能跳到的距離地上，待 2 人皆跳入圈內再將另一呼拉圈從地上拿起，將呼拉圈放置到圈內 2 人能前進跳到的距離地上。重複進行動作。
- 三、進行至 4 人(含雙圈)皆通過交換線後，雙圈重疊進行交換組別，交給下一組之 4 人。同樣進行上述第二點之動作。
- 四、比賽時，圈內之人的腳碰觸圈外之地面，算違規，一次加 5 秒。
- 五、每一組須超過起終點線(交換線)才可交換，違規者，一次加 5 秒。
- 六、每班最後一組須穿上競賽組提供之號碼背心。
- 七、比賽場次及集合隊形如下：

第一場	901、902、903、904、905、906
第二場	907、908、909、910、911、912
第三場	913、914、915、916、917
第四場	918、919、920、921、922

