

徑賽規則要點

- 1、400 公尺以下（包括 400 公尺在內）各項目均用蹲踞式起跑，但不用起跑架；發令裁判之口令為：「各就位」、「預備」，當各位選手均以「預備」穩定靜止就緒，即會鳴槍。
- 2、超過 400 公尺的賽跑，發令口令在「各就位」後，且當所有的運動員已經準備好時，即會鳴槍。在起跑時，運動員不可單手或雙手觸地。
- 3、在發令裁判發完口令後，選手應立即作完動作，不得拖延。如不在適當時間內完成預備動作，則以起跑犯規論。
- 4、任何起跑犯規之選手將被警告。每賽次只允許起跑犯規一次，任何選手在該賽次如再起跑犯規，將被取消比賽資格。
- 5、發令裁判發現起跑不公時，會接續鳴放第二槍叫回所有選手。
- 6、100 公尺、200 公尺皆為分道跑，不可超出該分配之道次，違者以犯規論。
- 7、400 公尺以上的項目，在起跑後 150 公尺前須分道跑，在快到司令台的彎道進入直道的搶道標幟後，參賽同學可離開自己的跑道向內道切入。
- 8、選手名次決定以其軀幹（不包括頭、頸和四肢）之任何部分到達終點之垂直面的先後為準。

注意事項：比賽必須穿著學校運動服或班服及平底運動鞋方可下場比賽，且不得穿釘鞋（塑膠釘鞋、卸釘釘鞋）或赤足下場。