

元朗區體育節 2022

香港中小學花式跳繩公開賽-香港駕駛學院盃

比賽時間表

日期：2022 年 10 月 23 日(星期日)

時間：下午 12 時 45 分至 6 時 (頒獎典禮設於下午 5 時 30 分)

地點：元朗區體育會賽馬會大樓 1 樓綜合館

項目	時間	比賽項目
場地開放	12:00nn	/
比賽召集	12:30pm	第一項比賽
比賽 *詳細比賽時間請留意 「出場序」	12:45pm-15:15pm	<u>單人項目：</u> 30 秒單車步 30 秒二重跳 3 分鐘單車步*乙/甲組 1 分鐘單車步*丙組
	15:20pm-16:10pm	<u>雙人項目：</u> 2 人指定同步花式*甲組 2x30 秒單側迴旋跳(二重)*乙組 2x30 秒單側迴旋跳(單車)*丙組
	16:10pm-17:20pm	<u>團體項目：</u> 4x30 秒個人速度接力 2x30 秒雙腳及單車步 4 人交互繩速度
頒獎典禮及表演	5:30pm-6:00pm	頒獎典禮只頒發全場總成績，其餘項目獎項請前往「獎牌領取處」 頒獎典禮期間，「獎牌領取處」不會頒發(i)4x30 秒個人速度接力及(ii)2x30 秒雙腳及單車步 4 人交互繩速度獎項，需待儀式完結後方可領取。