

湖北省老年人体育协会 湖北省社会体育管理中心 文件

鄂老体〔2019〕33号

关于举办第二届湖北省“福寿康宁”老年人体育健身系列赛事（活动）——广场健身舞交流活动的通知

各市、州、省直管市、神农架林区文化和旅游（体育）局，老年体协，各产业行业、大型企事业老年体协，各有关单位：

为全面贯彻落实省政府《关于加快转变发展方式推进体育强省建设的意见》和《关于进一步加强新形势下湖北省老年人体育工作的意见》的精神，丰富老年人体育文化生活，提高健康水平和生活质量。根据2019年度工作计划，定于2019年11

月7日至10日在孝感市举办第二届湖北省“福寿康宁”老年人体育健身系列赛事（活动）——广场健身舞交流活动。现将竞赛规程印发给你们，请积极组队参加。

附件：1. 第二届湖北省“福寿康宁”老年人体育健身系列赛事（活动）——广场健身舞交流活动规程

2. 第二届湖北省“福寿康宁”老年人体育健身系列赛事（活动）——广场健身舞交流活动报名表

3. 第二届湖北省“福寿康宁”老年人体育健身系列赛事（活动）——广场健身舞交流活动(旗袍)报名表

4. 自愿参赛免责声明书



2019年9月16日

附件 1:

**第二届湖北省“福寿康宁”老年人体育健身系列赛事（活动）
——广场健身舞交流活动规程**

一、指导单位

湖北省体育局

二、主办单位

湖北省老年人体育协会

湖北省社会体育管理中心

三、承办单位

孝感市文化和旅游局

四、协办单位

待定

五、时间和地点

（一）时间：11 月 7 日-10 日

（二）地点：孝感

六、竞赛组别和项目

1、广场舞组： 规定曲目

自选曲目

2、旗袍秀组： 个人秀

团体秀

七、参加单位

以各市、州、省直管市、神农架林区老年体协，各产业、行业、大型企事业单位老年体协以及符合要求的社会团体为单位组队参赛。

八、参赛办法

（一）各单位可报广场舞队和旗袍队各一支。每队报领队1人、教练1人、运动员12-24人，男女不限，鼓励男队员参赛。领队和教练可兼队员（符合年龄要求）。

（二）参赛资格按《第二届湖北省“福寿康宁”老年人体育健身系列赛事（活动）竞赛规程总则》执行。

（三）年龄要求：

1、男运动员年龄为55—70周岁（1949年1月1日至1964年12月31日出生）

2、女运动员年龄为50—65周岁（1954年1月1日至1969年12月31日出生）

3、以第二代身份证原件为准， 报到时交大会组委会审核。

（四）参赛人员以本人自愿、亲属支持为原则，须经县级

以上医院检查适合此项目运动者，各代表队报到时须提供本人和亲属签字的《自愿参赛免责声明》，由大会组委会审核。

(五) 参赛人员均应购买意外伤害、突发急性病身故、附加意外医疗等保险，在报到时向组委会出示保单原件(或证明)。未能提供者，均不允许参加本次比赛。如出现任何意外情况，主承办单位不承担任何责任。

保险方案如下：

	意外伤害 保额	突发急性病身故 保额	附加意外 医疗保额	赔付比例	保险费
方案 1	10 万	10 万	1 万	医疗费用 100 元以上 100%赔付	27 元/人
方案 2	20 万	20 万	1 万	医疗费用 100 元以上 100%赔付	53 元/人

北京中体保险经纪有限公司服务人员联系方式：

姓名	手机	座机	邮箱
王强	15010527732	010-67162121-8013	shichangbu@ztbx.com
柴莉	15010528607	010-67162121-8026	shichangbu@ztbx.com
地址：北京市东城区天坛东路 50 号国家体育总局训练局院内			
邮编：100061 传真：010-67184566 总机：010-67162121			

九、竞赛办法

（一）规定曲目要求：所有广场舞队都必须完成 2019 年推广曲目《不忘初心》，由大赛组委会统一播放音乐。

（二）自选曲目分组：所有参赛队必须参加自选曲目比赛，由竞赛组根据自选音乐速度分三个组别进行比赛。

仙鹤组：音乐慢速（68 拍/分以下）抒情、优美；

动作舒展、延伸感强，如仙鹤般优雅。

天鹅组：音乐中速（68—100 拍/分）轻松、稳定；

动作有力、节奏感强，如天鹅般自如。

喜鹊组：音乐快速（110—150 拍/分）欢快、喜悦；

动作轻快、跳跃感强，如喜鹊般活泼。

（三）音乐时间要求：

1、自选曲目音乐风格不限、时间在 4 分 30 秒以内。由参赛队在指定时交上交音乐（mp3 格式）。

2、旗袍个人秀：各队推荐 3 人在规定音乐苏晴的《旗袍》伴奏下完成展示，时间在 3 分 30 秒以内。

3、旗袍团体秀：要求统一身着旗袍参赛，走秀、歌舞等形式不限，伴奏音乐自备，在 4 分 30 秒以内。

（四）评分办法：

1、成套动作采用 10 分制评分：根据现场裁判员评判，去

掉一个最高分和最低分，其余裁判员的平均分加或减去裁判长加、减分后的得分，为最后得分，精确到 0.001 分。

2、广场舞评分依据：

一致性：全体队员成套动作的整齐度；

准确性：全体队员成套动作的力度，准确度；

协调性：全体队员成套动作与音乐合拍、上下肢协调程度；

流畅性：全体队员进、退场和队形编排的流畅、清晰程度；

观赏性：全体队员的表现力和感染力。

3、旗袍秀评分依据：

体形步态：体型身材匀称、步态走、停、转、亮相等娴熟自如；

仪表体态：体态轻盈、动作协调、妆容大方、优雅得体的状态；

造型展示：动静与画面及造型的协调、服饰搭配的效果；

综合素质：整体表现与服装和音乐风格的吻合度。

（五）、裁判长加、减分

1、上场男队员加分，每 1 人加 0.02 分，最多加 0.1 分，无男队员不扣分。

2、凡出现托举（被托举的人双脚离地）、滚翻、翻腾等危险动作每项减 0.1 分；

3、服装、发饰、道具脱落每项减 0.05 分，最多减 0.15 分；

4、上场人数不足 12 或超过 24 的每少或多 1 人减 0.02 分，最多减 0.1 分；

5、佩戴与比赛无关的私人物品扣 0.1 分（近视眼镜，取不下来的手镯、戒指除外）；

6、参赛选手比赛中途上、下场扣 0.1 分；

7、规定自选曲目音乐未使用规定版本扣 0.5 分；自选音乐超时扣 0.1 分

（六）编排规则：

1、成套动作编排要突出安全性、健身性和观赏性、力求团队整齐干净完成全套动作。

2、在规定和自选动作编排中，所有队员可以多次交替停拍。停拍时间不得超过 1X8 拍，（停拍：是指身体上下肢完全静止不动）

3、规定曲目《不忘初心》结构是：前奏 26、A32、B32、间奏 44 和结尾 17 拍，舞序是：AABBTABB，其中前奏、第 2 个 A 和 B 以及间奏、结尾可自由编排，其余段落不得改变动作；成套动作队形变化不得少于 5 次。

4、可灵活使用轻便的轻器械或道具，不能使用大型道具如布标、横幅、牌匾等。可以在进、退场时集体呼振奋精神的口号。

5、服装上即可选择运动装也可根据曲目选择舞台装，自选（团体旗袍）和规定（个人旗袍）可服装相同。

十、录取名次与奖励

（一）各组别分设团体优胜奖、优秀奖（比例为：60%优胜奖、40%优秀奖），分别颁发牌匾。

（二）各项目分设优胜奖、优秀奖（比例为：60%优胜奖、40%优秀奖），分别颁发证书。

（三）设体育道德风尚奖，颁发给服从大会统一领导、遵守纪律、恪守职业道德、弘扬长者风范、团结友爱、互相帮助的参赛队。

（四）设优秀裁判员、优秀运动员、优秀教练员，分别颁发证书。

（五）对违反参赛资格、违反体育道德和赛风纪律的运动队、裁判员，一经查实，将依据有关规定，视情节轻重给予处罚。

十一、报名和报到

（一）报名

赛前 20 天将电脑打印并加盖各单位公章的《报名表》扫描件、电子版报名表发送至指定电子邮件。

1、湖北省社会体育管理中心联系方式

联系人：商红

联系电话：18163320919

电子邮箱：3201286908@qq.com

2、湖北省老年人体育协会联系方式

联系人：张书宁

联系电话：15972070631

电子邮件：3353056661@qq.com

（二）报到

1、报到时，各代表队须出示：

（1）队员身份证原件（出示）；

（2）报名表原件（提交）；

（3）自愿参赛免责声明（提交）；

（4）身份证复印件（提交）；

（5）保险单复印件（提交）。

2、报到时间、地点：

(1) 报到时间：11 月 7 日 14: 00-18: 00

(2) 报到地点：

孝感东方夏威夷酒店

地址：孝感市城站路与体育路交汇处

联系人：潘界群 联系电话：13508638692

(三) 交通指引：

1、汽车至孝感长途汽车站。

2、火车至孝感火车站或孝感东站

长途汽车站、孝感火车站、孝感东站打车到酒店 8 块。

【特别提醒】孝感北站在远郊区，不建议乘坐到孝感北站的火车。

(四) 技术会议

11 月 7 日 19: 30 在孝感东方夏威夷酒店 13 楼会议室召开广场健身舞技术会议

十二、经费

(一) 本次交流活动无报名费。

(二) 食、宿、交通费用自理。

(三) 赛事期间为方便安全管理，食、宿、交通由大会统一安排：食、宿：170 元/人/天，不足部分由大会补贴。报到

时缴纳，提前离会不退食宿费。

（四）提前报到、推迟离会及超编人员请提前与组委会联系。

十三、裁判长和裁判员

正、副裁判长由主办单位指派。辅助裁判员由承办单位提名，报主办单位审核后，按需要，选派担任执裁工作。

十四、设仲裁委员会，其职责按《仲裁委员会条例》和《第二届湖北省“福寿康宁”老年人体育健身系列赛事（活动）竞赛规程总则》规定执行。

十五、本规程由湖北省老年人体育协会负责解释。未尽事宜，另行通知，详见公众号。



附件 2:

第二届湖北省“福寿康宁”老年人体育健身系列赛事（活动）

——广场健身舞交流活动报名表

参加单位（章）： 联系人： 联系电话：

身 份	姓 名	性 别	民 族	身份证号码	备 注
领 队					
教 练					
队 员					

注：1、自选曲目音乐为_____。

2、表格要求电脑打印，手写无效，加盖单位公章。

2019 年 月 日

附件 3:

第二届湖北省“福寿康宁”老年人体育健身系列赛事（活动）

——广场健身舞交流活动（旗袍）报名表

参加单位（章）： 联系人： 联系电话：

身 份	姓 名	性 别	民 族	身份证号码	个人	团体
领 队						
教 练						
队 员						

注：1、团体音乐为_____。

2、表格要求电脑打印，手写无效，加盖单位公章。

2019 年 月 日

附件 4:

自愿参赛免责声明

我自愿报名参加第二届湖北省“福寿康宁”老年人体育健身系列赛事（活动）——广场健身舞交流活动并签署本责任书。对以下内容，我已认真阅读、全面理解且予以确认并承担相应的法律责任：

一、我愿意遵守本次活动的所有规则规定；如果本人在参赛过程中发现或注意到任何风险和潜在风险，本人将立刻终止参赛或报告交流活动组委会。

二、我充分了解本次交流活动期间的训练或展示有潜在的危险，以及可能由此而导致的受伤或事故，我会竭尽所能，以对自己安全负责的态度参赛。

三、我完全了解自己的身体状况，确认自己的健康状况良好；没有任何身体不适或疾病（包括先天性心脏病、风湿性心脏病、高血压、脑血管疾病、心肌炎、其他心脏病、冠状动脉病、严重心律不齐、血糖过高或过低的糖尿病、以及其它不适合运动的疾病），因此我郑重声明，可以正常参加本次交流活动。

四、我同意接受主办方在交流活动期间提供的现场急救性质的医务治疗，但在医院救治等发生的相关费用由本人负担。

本人签名：

直系亲属签名：

2019 年 月 日

