

# 第一届上海健康医学院水上运动会

## 竞赛规程

### 一、主办单位

上海健康医学院体育运动委员会

### 二、承办单位

上海健康医学院体育教学部

### 三、比赛日期和地点

时间：2026年6月18日（周四）下午13:00

地点：上海健康医学院东苑码头

### 四、比赛分组

学生自由报名参赛，大专、本科、研究生不限，每人限报2项。

### 五、竞赛项目

#### （一）皮艇：

1. 男子双人皮划艇 200 米竞速赛
2. 女子双人皮划艇 200 米竞速赛

#### （二）桨板：

1. 男子桨板 200 米竞速赛
2. 女子桨板 200 米竞速赛

#### （三）平台舟：

男女混合平台舟 2.5km 竞速赛

## 六、报名、参赛注意事项:

1. 参赛选手必须为我校在籍学生, 身体健康, 有水上活动经验且无不适宜水上运动疾病。
2. 参赛选手务必掌握救生衣的正确穿着方法, 充分了解赛事风险并签署《参赛风险告知书》。

## 七、成绩及奖励

所有个人、双人项目成绩录取前八名, 颁发奖品和证书。项目参赛人(队)数不足8名(支), 减一录取

## 八、赛前辅导、训练时间安排

6月4日(周四)下午13:00-14:30, 14:30-16:00, 共二场

6月11日(周四)下午13:00-14:30, 14:30-16:00, 共二场

赛前训练预约方式、要求:

- (1) 每场训练一个半小时, 主办方在“参赛选手联络群”内发布预约信息。
- (2) 每个时间段最多同时下水10条皮艇、10条平台舟和20只桨板, 额满为止。
- (3) 训练时须服从安排, 正确穿着救生衣, 在指定区域内练习。
- (4) 预约请扫码进入参赛选手联络群。

## 九、重要提醒

1. 参赛报名截止日期: 2026年6月7日18:00。
2. 参赛选手必须正确穿着救生衣, 按要求佩戴参赛号码, 依照秩序册指定比赛时间, 提前30分钟到检录处检录并签署《比赛风险告知书》, 提前15分钟上艇(板), 否则视为弃权。
3. 桨板参赛队员须站姿划桨, 如落水, 队员再次上板后最多以跪姿或坐姿划三桨, 否则超出桨数按照5秒/桨给予罚时。
4. 组办方为每位参赛选手购买意外险, 参赛选手检录时须携带学生证或其他有效身份证明, 冒名顶替参赛取消比赛资格, 参赛风险自担。
5. 比赛过程中注意爱护桨、尾鳍等设备, 损坏器材原价赔偿。

6. 参赛选手请提前热身，做好防晒措施，带好饮用水和换洗衣服，着运动装，少带无关物品，不带手机等易脱落物品下水。

7. 参赛选手主动配合工作人员完成入场和退场时的签到。

## 十、报名方式

参赛报名通道



报名通道



参赛选手联络群

十一、规程解释权归上海健康医学院体育教学部

十二、赛事咨询电话：021-65650018

上海健康医学院体育运动委员会

二零二六年六月二日

体育运动委员会

