

社團法人中華民國水上救生協會
國際救生總會救生競賽規則
ILS Competition Rulebook 2023
(Chinese Version)



Email: ctwlsails@gmail.com

2023年版

(2023年6月1日生效)

翻譯：許金德 姜茂勝

目錄

第3章 泳池項目.....	S3-2
1. 泳池項目競賽規則.....	S3-2
2. 出發.....	S3-2
3. 假人.....	S3-3
4. 賽次編排.....	S3-4
5. 計時與名次排序.....	S3-5
6. 技術裁判.....	S3-6
7. 障礙游泳 (200M和100M).....	S3-7
8. 帶假人 (50m).....	S3-8
9. 混合救生 (100m).....	S3-9
10. 穿蛙鞋帶假人 (100m).....	S3-10
11. 穿蛙鞋救援浮標拖假人 (100m).....	S3-11
12. 超級救生員 (200 m).....	S3-13
13. 混合救生員拖帶假人(100m).....	S3-15
14. 拋繩救生—12.5m.....	S3-17
15. 假人接力 (4x25m).....	S3-19
16. 障礙接力 (4x50m).....	S3-21
17. 混合接力 (4x50m).....	S3-22
18. 游泳池救生員接力 (4x50m).....	S3-23
19. 拖溺者接力(4x50m).....	S3-25
20. 游泳池救生比賽取消資格代碼.....	S3-27
21. 游泳池救生比賽項目取消資格代碼.....	S3-31

圖目錄

圖 1 障礙游泳 (200m和100m)	S3-7
圖 2 帶假人 (50m)	S3-8
圖 3 混合救生 (100m)	S3-9
圖 4 穿蛙鞋帶假人 (100m)	S3-10
圖 5 穿蛙鞋救援浮標拖假人 (100m)	S3-11
圖 6 超級救生員 (200m)	S3-13
圖 7 混合救生員拖帶假人(100m).....	S3-15
圖 8 拋繩救生—12.5m.....	S3-17
圖 9 假人接力 (4x25m)	S3-19
圖 10 障礙接力 (4x50m)	S3-21
圖 11 混合接力 (4x50m)	S3-22
圖 12 游泳池救生員接力 (4x50m)	S3-23
圖 13 拖溺者接力(4x50m)	S3-25



World Water Safety

國際救生總會

ILS 救生競賽規則

第3章

泳池項目



2023 版

(2023.06.01 生效)

第3章 泳池項目

泳池項目如下：

- 障礙游泳100m、200m
- 拖帶假人50m
- 混合救生100m
- 穿蛙鞋帶假人100m
- 穿蛙鞋救援浮標拖假人100m
- 超級救生員200m
- 混合救生員托帶假人100m
- 拋繩12.5m
- 假人接力4x25m
- 障礙游泳接力4x50m
- 混合接力4x50m
- 游泳池救生員男女混合接力4x50m
- 拖溺者接力4x50m

1. 泳池項目競賽規則

團隊經理與選手必須熟悉比賽賽程表、規則和泳池項目之流程。

- A. 不允許選手因遲到而沒有在檢錄區報到就參賽 (DQ3)。
- B. 選手或團隊若在開始比賽前缺席，將取消其參賽資格 (DQ4)。
- C. 只有選手和裁判允許站在指定的泳池邊區域，沒有比賽時選手和裁判必須離開指定的比賽區域。
- D. 除非特別規定，否則比賽中不可使用外加工推進器具，促進推進力（如：掌蹠、充氣臂圈）。
- E. 選手不允許在泳池項目，手上或腳上使用有黏性或具黏著性的材質（液體、固體或噴霧），應用於假人或救援浮標表面，以利抓住或協助選手離開泳池底部 (DQ7)。
- F. 總裁判長允許只要具預防、藥用、治療或運動機能目的，身體防護帶不獲得抓握或推進力的優勢，就可使用。
注意：以上含義通常是指身體上的膠帶（包括四肢，但不包括指尖）可以接受。不允許使用膠帶如下：在手指上綁膠帶（兩個或多個手指綁在一起），因為它們可能有助於游泳/或抓緊假人；在一根手指，如可助益假人/器材的抓握和假人攜帶。
- G. 選手不能蹬泳池底部，除非有特定的允許（如：障礙游泳、4x25m假人接力） (DQ8)。
- H. 以泳池內任何設備協助（水道繩、階梯、排水設備）皆不允許 (DQ17、24)。
- I. 選手在比賽中，干擾其他選手將被取消資格 (DQ2)。
- J. 在所有項目比賽，選手必須在指定的水道完成比賽，直到收到指令可離開泳池前，應待在水中 (DQ9)。選手須從泳池邊離開，不能從泳池端的計時板上岸。
- K. 選手必須在所有項目，戴俱樂部或國家隊的泳帽。海洋項目泳帽或橡膠或矽膠泳帽均可戴。
- L. 比賽結束的指令，不論是由裁判或電子計時器所發出皆不可抗議或申訴。
- M. 比賽開始的指令，不論是由裁判長、發令員或總裁判長（或總裁判長指定人員）所發出皆不可抗議或申訴。
- N. 由總裁判長由於設備的故障或干擾可允許重賽/重拋，視為正式成績。
- O. 找回掉落的蛙鞋：選手可以在比賽開始後，找回掉落的蛙鞋，並繼續比賽，只要不違反有關假人的規定，不會被取消資格（請參閱S3-3假人）。不允許選手參加另一場次比賽。

2. 出發

- A. 每一項比賽出發前，裁判長或指定裁判應：
 - 確認所有裁判都就位。
 - 檢查選手、假人扶持員和溺者是否穿著正確且就位。
 - 檢查所有器材是否處於安全正確的位置。
 - 通知選手脫掉除泳衣外的所有衣物，並準備比賽。
- B. 當選手和裁判準備好正式出發時，裁判長應：
 - 發出長哨音，示意比賽正式開始。指示選手站上出發台，或者在「假人接力賽」入水。
 - 向發令員發出信號（選手由發令員控制）手臂伸直指向賽道。

- C. **注意：**儘管採取了上述程序，但如選手或團隊沒有參加比賽出發或穿著不適當，則選手/團隊/不得就以上幾點提出抗議或申訴。

注意 1：裁判長可使用「over the top」出發。

注意 2：請參閱拋繩項目的出發程序（S3-14）。

2.1 跳水出發流程

在世界錦標賽上，應使用一次性的出發規則。

- A. 在發出長哨音後，選手站上出發台。
B. 發令員發出「Take your marks」，選手即至少用一隻腳放在出發台的前面。當選手靜止時，發令員按出發音響。
C. 選手可以在跳台上，在泳池池邊上或在水中用一手與池壁/邊緣接觸。

2.2 水中出發流程

假人接力及拋繩項目都從水中出發，參考個人項目描述的詳細流程：

2.3 取消資格

- A. 選手在出發信號前出發，一律取消比賽資格（DQ10）。
選手如果在出發信號前“開始向前出發的動作”將被取消資格。動作本身不取消資格，預期出發信號且開始出發的動作，會取消資格(DQ10)
裁判長、發令員和總裁判長用他們的判斷力，決定是一位選手-或超過一位選手做出開始的動作。通常，選手提早出發動作，是因為另一位選手造成的，那樣的動作不會取消資格。
B. 若選手在出發信號後被取消資格，比賽將繼續，選手將在比賽結束後取消比賽資格（DQ10）。
C. 出發信號未發出前，選手若被判取消比賽資格，其他選手應召回重新出發（DQ10）。
D. 召回選手之信號應與出發信號相同，但須一直重複並放下違犯規止泳繩。或者，若總裁判長或指定裁判認為出發不公平，他們應在出發哨音後連續吹哨。
E. 在100m穿蛙鞋帶假人項目中，召回的信號只要有可能就應使用水中信號。
F. 若比賽時裁判誤發信號導致選手犯規，選手之違規將不被計算在內。

注意 1：總裁判長、裁判長和發令員的職責是確保比賽的公平進行。如總裁判長、裁判長和發令員，出於任何原因判定出發不公平，包括技術或器材故障，應召回選手，比賽重新開始。

注意 2：總裁判長、裁判長和發令員的出發決定，均不得提出抗議或申訴。

3. 假人

3.1 選手帶假人出水面

- A. 選手帶假人出水面時可以蹬泳池底部。
B. 選手必須：
 - 和假人一起出水面。
 - 當假人的頭頂通過5 m線（帶假人、混合救援生、超級救生員）或10 m線（穿蛙鞋帶假人）時，以正確的姿勢帶假人。
 - 出水後不得再次沒入水中。

注意 1：選手必須在指定的5/10 m線之前至少用一隻手握住假人，出水面。選手不能在超過5/10 m線後潛泳，並且在比賽過程中必須與假人露出水面。

注意 2：當假人頭頂部通過5/10 m線時，才適用帶假人的判定標準。

注意 3：在判定帶假人時，將選手和假人視為一個單位/實體。判定的重點是選手的動作，他們的攜帶技巧和假人的位置。水流蓋過假人不是判定標準。

注意 4：「表面」是指靜止水池表面的水平面。

3.2 帶假人

已修改帶假人攜帶規則，以改進對比賽的公正判定。帶假人時抓或握假人喉嚨（頸部）、嘴巴、鼻子或眼睛，或是以手環繞喉嚨（頸部）都不取消資格。

- A. 在攜帶假人的項目中，假人（視為溺者）被假定為無呼吸。水蓋過臉部不是判定標準。
B. 選手必須至少用一隻手，始終與假人接觸來帶假人。
C. 假人不能用「推的」（推假人定義為假人的頭部位於選手的頭部之前）。

- D. 選手戴假人時，假人頭部必須朝向拖帶的方向，即假人底部不得朝拖帶的方向。
- E. 不可以抓假人的密封蓋子。
- F. 選手和假人被視為是一體，其中之一必須露出水面。

注意 1：「水面」是指靜水池表面的水平面。

注意 2：如選手和假人都在「水面以下」，則取消資格。

注意 3：如選手和假人在最後一個動作/觸池壁時都位於水面以下，不取消資格。

- G. 僅當假人的頭頂超過5 m或10 m線時，才採用假人的判定標準。
 - H. 在5 m出發區和假人接力區以及救生員接力賽的接力區，不以帶假人標準判定。但是，選手需要在任何時候（包括在假人交接時）始終與假人保持至少一隻手的接觸。
- 注意：**與所有項目一樣，標準的「帶假人」標準（在本章中定義）適用於「假人接力」和「救生員接力」項目的最後一棒選手。

3.3 拖假人

- A. 在拖帶假人的比賽，假設假人（作為溺者）有呼吸。拖帶之前，選手應在10m的拾取區域內正確固定假人。「正確」是指救援浮標扣上O形環固定在假人腋下。
注意：當固定假人時，如果泳池的最深度可讓選手站立，不取消資格。
- B. 選手可返回10m的轉換區，重新固定假人，只要假人的頭部未通過10m線。
- C. 選手可用仰式、側泳及任何姿勢拖帶假人。
- D. 超過10m的拾取區，選手應正確固定拖帶假人，且假人面部露出水面。

注意：假人拖帶規則已修正。以前要求在5m內固定假人，已修改為10m內。

- E. 在假人的頭部過10m線時，救援浮標的繩子應完全延展。
- F. 如救援浮標和假人分開，選手將失去參賽資格。如救援浮標從假人的一隻手臂下方滑落，則選手不得取消比賽資格。只要救援浮標在10m處「正確固定」且假人的臉部露出水面。
- G. 如救援浮標的繩子被纏住，則選手將被取消比賽資格。
- H. 如假人在救援浮標中旋轉，只要假人的臉仍在水面上，選手就不會取消資格。此外假人不需頭朝前，只要在10m線處正確將其固定，且假人的臉露出水面。

注意：假人拖帶規則已修正，如假人在救援浮標中旋轉，只要假人的臉仍在水面上，選手就不會取消資格。

3.4 假人扶持員

- A. 穿蛙鞋拖帶假人與超級救生員和混合救生員拖帶假人比賽時，參賽隊伍應有一位假人扶持員。在裁判長同意之下，非隊友可當假人扶持員，但此扶持員需有註冊參加其他比賽。
- B. 假人扶持員應穿戴該參賽隊泳帽。
- C. 交接時，假人扶持員應至少一手扶假人假人應面對池邊，在指定水道內成自然垂直漂浮姿勢。
- D. 假人扶持員在選手觸壁後，可以放開假人。但在選手接觸假人並以浮標固定時，必須立刻放開假人。
- E. 假人扶持員應確保假人和引起的水中動作，不妨礙比賽中的其他選手(否則取消資格)。
- F. 假人扶持員在比賽中不能故意入水。
- G. 遵守所有裁判的指令。

4. 賽次編排

- A. 穿蛙鞋拖帶假人與超級救生員比賽時，參賽隊伍應有一位假人扶持員。在裁判長同意之下，非隊友可當假人扶持員，但此扶持員需有註冊參加其他比賽。
- B. 假人扶持員應穿戴該參賽隊泳帽。
- C. 交接時，假人扶持員應至少一手扶假人假人應面對池邊，在指定水道內成垂直漂浮姿勢。
- D. 假人扶持員應確保假人和引起的水中動作，不妨礙比賽中的其他選手(否則取消資格)。
- E. 假人扶持員在比賽中不能故意入水。
- F. 遵守所有裁判的指令。

4.1 預賽的種子選手

當項目有預賽和決賽（根據收到的報名隊伍），選手將以下方法依次排列：

- A. 若只有一組預賽：
應以決賽方式編配，並於決賽時間內舉行。
- B. 若有兩組預賽：
將成績最快的選手安排於第二組，次快者安排於第一組，依此類推。
- C. 若三組預賽：
最快者排於第三組，次快者排於第二組，第三快者排於第一組，第四快者排於第三組，第五快者排

- 於第二組，第六快者排於第一組，第七快者排於第三組，依此類推。
- D. 四組預賽以上：
最快者排於第三組，次快者排於第二組，第三快者排於第一組，第四快者排於第三組，第五快者排於第二組，第六快者排於第一組，第七快者排於第三組，依此類推。
- E. 例外：
後三組應依上述 (c) 規定編配。後三組之前一組，應為後三組編成以外之次快選手組成；在後四組之前一組，應為後四組編成以外之次快選手組成，依此類推。各組預賽水道分配，以填報成績從快到慢之順序依照方式排定。

4.2 計時決賽之編排

當項目採計時決賽，選手依成績用以下方式編排：

- A. 若一組預賽
速度最快之選手編排在最後一組比賽，水道編排根據第3章4.3節，第二快的選手編排在最後第二組，以此類推，所有選手依據成績來編排水道。
- B. 若兩組預賽或兩組以上
水道之編配原則（以站立於出發端，面向比賽泳池右端為第1水道，水道數若為奇數，最快者或隊伍在8道泳池編配於第4水道。次優選手編配於最快選手水道的左方，其餘則按其填報成績順序，一右一左交互編排。如選手成績相同，則應以前述之抽籤模式編配水道。

4.3 水道分配

水道之編配原則（以站立於出發端，面向比賽泳池右端為第1水道，水道數若為奇數，最快者或隊伍在8道泳池編配於第4水道。次優選手編配於最快選手水道的左方，其餘則按其填報成績順序，一右一左交互編排。如選手成績相同，則應以前述之抽籤模式編配水道。

4.4 決賽水道編排

泳池項目水道編排如下：

- A. 根據預賽的時間，前8名選手排在A組決賽，9-16名的選手則編排在B組決賽。
- B. 同一項目中來自相同或不同預賽的選手，其成績記錄至百分之一秒相同，不論是在8道游泳池比賽中並列第8名或第16名，應另加賽一次，由優勝者進入複賽或決賽。加賽應在所有相關選手全部游完預賽或複賽1小時後舉行（除非選手同意1小時內）。如成績再次相同，則再加賽一場。
- C. 在A或B決賽中棄權或未出發（DNS）的選手或團隊將不獲得積分。
- D. 如一個或多個選手或團隊棄權A決賽，則應由B決賽選手遞補，其他選手（最多四個）應從編組中向前推。B決賽不得再重編組。

5. 計時與名次排序

自動計時裝置使用於泳池項目，以記錄每一選手時間及決定排名。

5.1 自動計時裝置

- A. 任何安裝的設備不應影響選手出發及轉身，自動計時裝置應由發令員操作，且時間應顯示清楚及易讀。
- B. 自動計時設備所紀錄的時間，判別水道選手名次，所有時間以1/100秒計時。
- C. 自動計時設備所紀錄的排名及時間優先於裁判和計時員的計時成績，若自動計時設備故障，則採用計時員的計時成績。
- D. 除電子計時設備外，每水道至少應有兩位計時員計時。
- E. 如果電動設備失效，和/或選手的觸壁沒有在支援設備(按鈕或塞子)上顯示，適用以下使用手動計時：
- 三個計時裁判，二個計時相同，將視為正式時間。如果三個計時不同，中間的計時視為正式時間。如果一個碼錶失效，其他二個的平均，將成為選手的正式時間。
 - 有二個計時，記到相同時間，這成為正式時間。如果二個計時不同，二個平均時間成為正式時間。如果一個計時失敗，剩下那一個成為選手的正式時間。
 - 如果手動計時名次的排序和終點裁判的排序不一致，以終點裁判為準。
 - 指派給選手們的計時裁判數目要相同。例如，有二個選手，他們被電動計時正確紀錄的時間，就是正式時間。另外，如果沒有電動計時的正確紀錄時間，不同計時碼錶的總和，除以碼錶數目，就是選手的正式時間。

5.2 手動計時和執行

- A. ILS認可的救生比賽無自動計時器時，每水道應至少有三位計時員計時，另有兩位備用計時員，比

賽中隨時要替補碼錶無法開始或停止的計時裁判，或是因故無法計時者。

- B. 碼錶啟動於出發時，於選手碰觸終點池壁時（以計時人員看到為準）計時結束。
- C. 若3個計時錶中有2個時間相同，則以相同之2個碼錶時間為正式記錄。若3個計時錶中時間互異，則以中間者為正式記錄。若計時中有其一碼錶故障，則採取另外兩個時間之平均。
- D. 如手動計時與終點裁判記錄不符時，採用終點裁判名次順序。

6. 技術裁判

- A. 技術裁判應確保所有比賽項目公平競爭且遵守ILS比賽規則及程序。
- B. 要評估選手的技術是否遵守特定項目規則。
- C. 技術裁判應位於水道視野最好之位置以利判定。

7. 障礙游泳 (200m和100m)

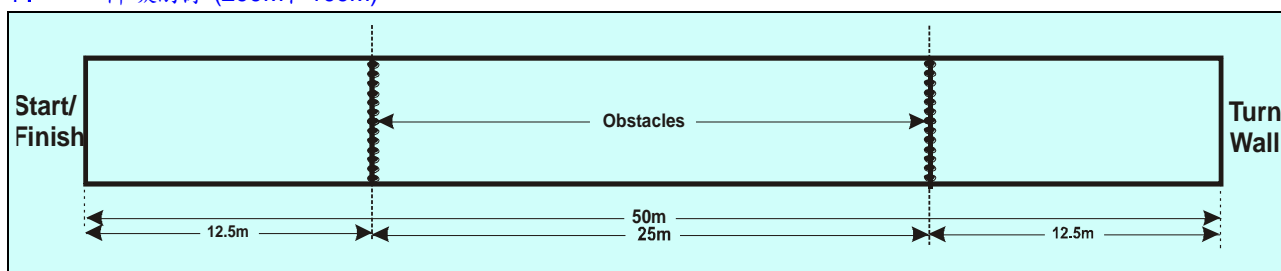


圖 1 障礙游泳 (200m和100m)

7.1 項目描述 - 200m障礙游泳

聞出發音響時，選手跳入水中，游200m潛過8次障礙網，碰觸終點池壁。

- A. 選手跳入水中後，潛過第一障礙網前，通過每一障礙網後，和每一次轉身後均要出水面。
- B. 選手通過每一障礙網後，可蹬踩池底出水面。「出水面」意指選手頭部露出水面。
- C. 選手游進或衝撞障礙網不算犯規。

7.2 項目描述 - 100m障礙游泳

聞出發音響時，選手跳入水中，游100m潛過4次障礙網，碰觸終點池壁。

- A. 選手跳入水中後，潛過第一障礙網前，通過每一障礙網後，和每一次轉身後均要出水面。
- B. 選手通過每一障礙網後，可蹬踩池底出水面。「出水面」意指選手頭部露出水面。
- C. 選手游進或衝撞障礙網不算犯規。

7.3 器材

障礙網：參閱第8章。

障礙網應與水道繩垂直固定，第一個障礙網距起點12.5m，第二障礙網位於對岸12.5m前，兩障礙網中間隔25m。

7.4 取消資格

除第2章和S3-1到S3-2章節的概要是犯規外，以下行為將會被取消資格：

- A. 越過障礙網而沒有立即由上方或下方返回，然後再次潛過障礙網 (DQ11)。
- B. 跳水出發或轉身，潛過障礙網前未浮出水面 (DQ12)。
- C. 在兩個障礙物之間未浮出水面 (DQ13)。
- D. 藉泳池設備的協助 (如：水道繩、台階、排水管) — 不包括泳池池底 (DQ17)。
- E. 在轉身時未碰觸池壁 (DQ14)。
- F. 未碰觸終點池壁 (DQ15)。

8. 帶假人 (50m)

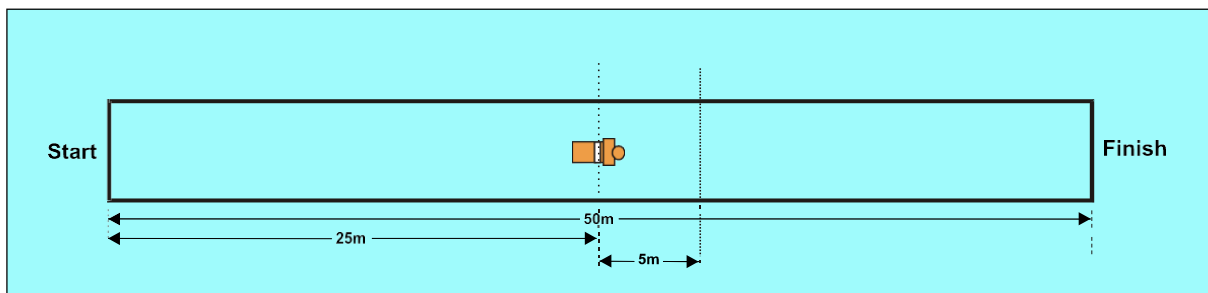


圖 2 帶假人 (50m)

8.1 項目描述

出發聲響時，選手跳水游25m自由式後潛入水底，在5m拾取區內將假人帶出水面，接著帶假人直到碰觸終點。

選手可藉蹬池底帶假人浮出水面。

選手觸終點池壁，比賽即結束。

8.2 器材

- A. 假人：參閱第8章。假人在項目中應裝滿水及密封，選手必須使用主辦單位提供的假人。
- B. 放置假人：假人應位於水深1.8m至3m之間，水深超過3m池內，假人應擺置一平台（或其他支撐器材）上，以達所要求的深度。
- C. 假人應平躺且頭朝上及終點方向，在25m上應放一橫線，該線應位於假人胸前。
- D. 假人出於水面：選手需在假人頭頂超過5m線前以正確方式拖帶假人。

8.3 取消資格

除第2章和S3-1到S3-3章節的概要是犯規外，以下行為將會被取消資格：

- A. 潛入水中帶假人之前未露出水面 (DQ16)。
- B. 藉泳池設備的協助（如：水道繩、台階、排水管）— 不包括泳池池底 (DQ17)。
- C. 在假人頭部通過5m線之前，選手未以正確的姿勢帶假人 (DQ18)。
- D. 以3.3假人 (DQ19) 中所述的錯誤技術帶假人。
- E. 在碰觸終點池壁之前放開假人 (DQ21)。
- F. 未碰觸終點池壁 (DQ15)。

9. 混合救生 (100m)

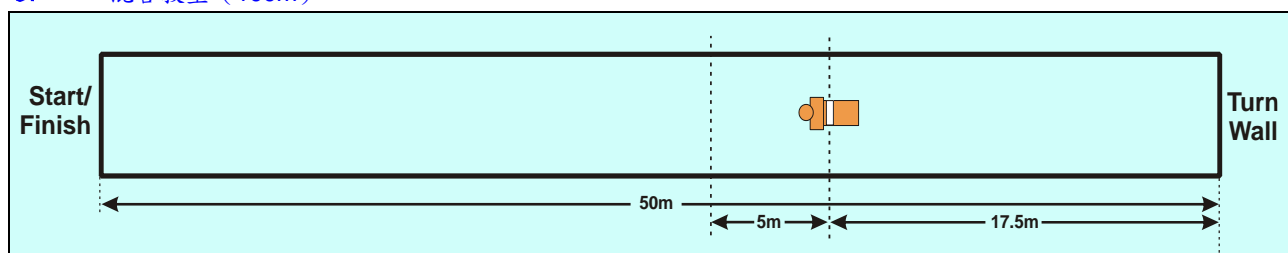


圖 3 混合救生 (100m)

9.1 項目描述—100 m混合救生

出發聲響起時，選手跳水游50m自由式後轉身，潛泳至17.5m放置假人的位置。

選手需在5m拾取區內將假人拖出水面，接著帶假人直到碰觸終點池壁。

選手在轉身前可換氣，但轉身後潛泳至假人前，不可換氣，直到帶假人出水面。

選手帶假人出水面時可蹬池底。

9.2 器材

- A. 假人：參閱第8章—設備與器材標準及檢查程序。假人在比賽中應裝滿水及密封，選手必須使用主辦單位提供的假人。
- B. 假人位置：
 - 假人應位於水深1.8m至3m之間，水深超過3m池內，假人應擺置一平台（或其他支撐器材）上，以達所要求的深度。
 - 假人應平躺且頭向上朝終點，假人胸部位置在17.5m橫線。
- C. 帶假人出水面：選手需在假人頭頂超過5m線前，以正確方式拖帶假人。

9.3 取消資格

除第2章和S3-1到S3-3章節的概要是犯規外，以下行為將會被消資格：

- A. 轉身後和帶起假人前露出水面（DQ22）。
- B. 帶假人出水時藉泳池設備的幫助（如：水道繩、台階、排水管）—不包括泳池底部（DQ17）。
- C. 在假人頭部超過5m線前，未以正確的姿勢帶假人（DQ18）。
- D. 使用S 3.3假人所述的錯誤拖帶假人技術。（DQ19）
- E. 在碰觸終點池壁前放開假人（DQ21）。
- F. 未碰觸終點池壁（DQ15）。

10. 穿蛙鞋帶假人 (100m)

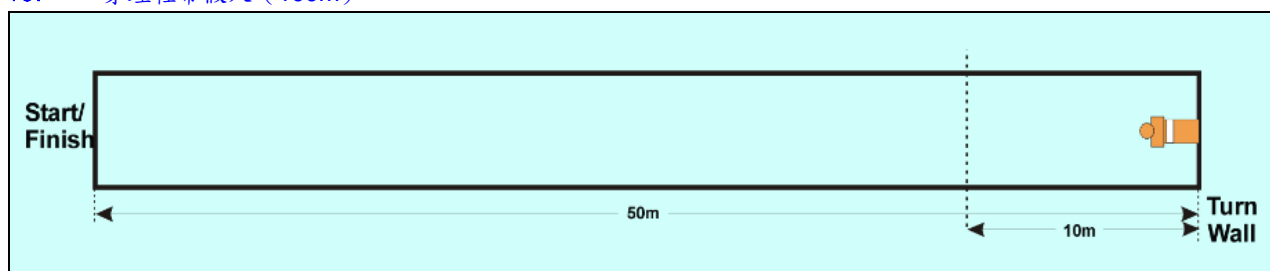


圖 4 穿蛙鞋帶假人 (100m)

10.1 項目描述

出發聲響起時，選手穿蛙鞋跳水游50m，在轉身池壁10m內帶假人出水面，接著拖帶假人直到碰觸終點池壁。選手不需碰觸轉身池壁。

選手接觸假人前，不需要出水面。

選手不必觸轉身池壁。

選手可蹬池底帶假人出水面。

10.2 器材

- A. **假人**：參閱第8章—設備與器材標準及檢查程序。假人在項目中應裝滿水及密封，選手必須使用主辦單位提供的假人。
- B. **放置假人**：假人應位於水深1.8m至3m之間，水深超過3m池內，假人應擺置一平台（或其他支撐器材）上，以達所要求的深度。
假人應平躺接觸池底，身體底部接觸泳池牆面，且頭朝終點位置。
泳池的設計沒有呈90度垂直的池壁時，假人必須盡可能貼牆，但從水平面測量不能大於30公分。
- C. **帶假人出水面**：選手需在假人頭頂超過10m線前以正確方式拖帶假人。
- D. **找回掉落的蛙鞋**：比賽時，選手掉落蛙鞋可找回重新穿戴，只要沒違反拖帶假人規則（參閱3.3章節—假人），但選手不准參加另一組預賽。

10.3 取消資格

除了第2章和S3-1到S3-3章節的概要是犯規外，以下行為將會被取消資格：

- A. 帶假人出水時藉泳池設備的幫助（如：水道繩、台階、排水管）—不包括泳池底部（DQ17）。
- E. 假人頭部通過10 m線前，未以正確姿勢拖帶（DQ23）。
- F. 使用錯誤拖帶技術，如3.3假人中所描述（DQ19）。
- G. 在碰觸終點池壁前放開假人（DQ21）。
- H. 未碰觸終點池壁（DQ15）。

11. 穿蛙鞋救援浮標拖假人 (100m)

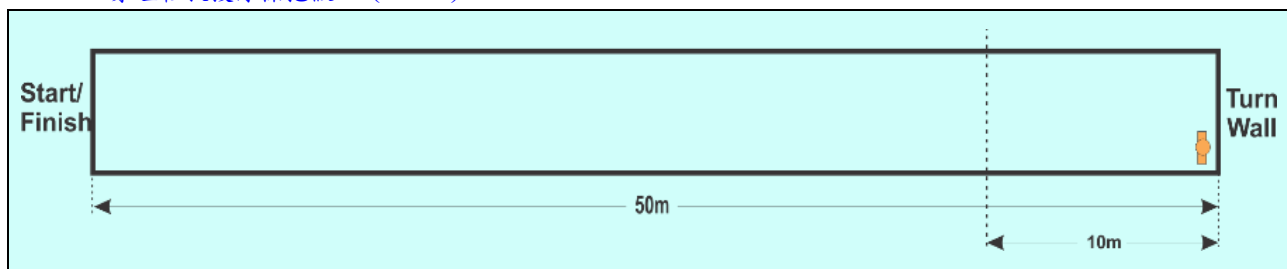


圖 5 穿蛙鞋救援浮標拖假人 (100m)

11.1 項目描述

出發聲響起時，選手跳入水中，穿蛙鞋背救援浮標游50m，轉身後於10m拾取區內，將救援浮標以正確方式固定假人手臂下，往終點方向拖帶。當選手碰觸終點即完成比賽。

選手觸轉身池壁前不必出水面。

11.2 器材

- A. 假人、蛙鞋、救援浮標：參閱第8章。假人應裝水至胸前橫線以上露出水面，選手必須使用主辦單位提供的假人和救援浮標。
- B. 放置假人：選手的一位隊友協助擔任假人扶持員。交接時，扶持員至少以一隻手，使假人以自然垂直漂浮姿勢，面向轉身池壁，在身配的水道內的任何位置。扶持員在選手觸壁後可以放開假人。但在選手以浮標固定假人時，扶持員必須立刻放開假人。扶持員不可以將假人推向選手或終點。扶持員不可以故意晉入水中。經總裁判長同意，非隊友可以擔任扶持員，但必須在比賽中有註冊。扶持員必須戴比賽泳帽。參賽隊伍應有一位假人扶持員。在裁判同意之下，非隊友可當假人扶持員。但此扶持員需有註冊參與其他比賽。假人扶持員應穿戴同隊泳帽。
- C. 背救援浮標出發：出發時，選手可將救援浮標與浮球繩置於該水道內任何位置，但須確認救援浮標與繩子在安全及正確位置上，救援浮標需維持未扣上，直到扣住假人。
- D. 背救援浮標：救援浮標需正確地背上，不論單肩或雙肩斜背，由選手自行決定。若出發時有確實背救援浮標，在選手接近假人或拖帶時，背帶從選手的肩膀或手肘掉下將不會被取消資格。
- E. 固定假人：在碰觸轉身池牆後，選手在10m拾取區內應正確將救援浮標環繞假人雙臂下，並扣上O型環，假人頭部未超過10m線前，選手可返回拾取區內重新扣上假人。注意：在觸轉身池壁前，非故意接觸假人不取消資格。
- F. 拖假人：選手需拖假人而非帶假人。如泳池比賽一般狀況的詳細說明。救援浮標必須扣住假人，假人頭部在10m線時，救援浮球繩子必須完全伸展。
- G. 如救援浮標與假人分離，選手將被取消資格。若在拖帶假人時救援浮標滑落，導致假人只有固定到一隻手臂，如原本就有「正確固定」，且假人面部朝上，選手不會被取消資格。
- H. 選手如故意將繩子環繞假人而縮短繩子，將被取消資格。
- I. 如假人在救援浮標中旋轉，只要假人的臉仍在水面上，選手就不會取消資格。
- J. 找回脫落的蛙鞋：只要不違反假人的規定（請參閱S3-3假人），選手可在比賽開始後，找回脫落的蛙鞋，而不取消資格，但選手不准參加另一組預賽。
- K. 救援浮標缺陷：如救援浮標、繩子、和/或背帶有缺陷。總裁判長可允許選手參加另一組預賽，但前提是該救援浮標由主辦單位提供。

11.3 取消資格

除第2章和S3-1到S3-4章節的概要外，以下行為將會被取消資格：

- A. 藉泳池的設備（水道繩、台階、排水設備），將救援浮標固定於假人身上（DQ24）。
- B. 選手在碰觸轉身池壁前扣上救援浮標（DQ30）。
- C. 假人扶持員在選手碰到轉身池壁後，沒有立即放開假人（DQ27）。
- D. 假人扶持員將假人推向選手或終點方向（DQ28）。
- E. 假人扶持員以不正確動作錯誤扶持假人，或在選手碰池壁後仍未放開假人（DQ25）。
- F. 假人扶持員在比賽中故意入水，干擾其他選手表現或判決（DQ29）。
- G. 在50m處，選手未碰觸池壁前就接觸假人（DQ26）。

- H. 以錯誤方式將救援浮標扣住假人（例：未扣在假人雙臂下及未扣上O型環）（DQ31）。
- I. 沒有在10m拾取區內，用救援浮標扣住假人，以假人頭頂來判斷（Q32）。
- J. 在假人頭頂超過10m線時，救援浮標繩子未完全伸展（DQ34）。
- K. 超過10m線後，未以繩子完全伸展後的救援浮標拖假人（DQ35）。
- L. 拖假人時，假人臉在水面下（DQ20）。
- M. 以推或帶而非拖的方式帶假人（DQ33）。
- N. 在救援浮標以正確方式固定於假人身上後，救援浮標與假人分開（DQ36）。
- O. 碰觸終點時救援浮標及假人不在適當的位置（DQ37）。
- P. 未碰觸終點池壁（DQ15）。

12. 超級救生員 (200 m)

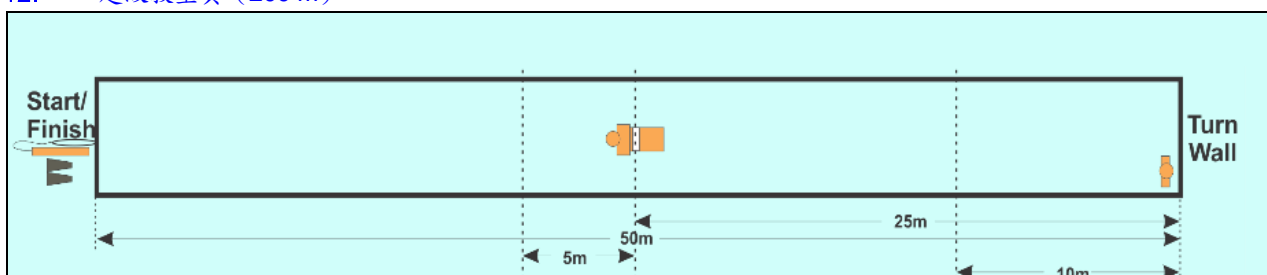


圖 6 超級救生員 (200m)

12.1 項目描述

出發聲響起時，選手以跳入水中，游75m後潛入池底，在5m拾取區內將假人帶出水面並帶至轉身池壁，在觸壁後放開假人。選手在水中穿戴蛙鞋背救援浮標，游50m碰觸池壁後，在10m拾取區內，選手應正確固定救援浮標於假人雙臂下拖帶至終點。

當選手碰到終點池壁即完成比賽。

12.2 器材

- A. **假人、蛙鞋、救援浮標**：參閱第8章。選手必須使用主辦單位提供的假人和救援浮標。第一個假人用帶的，在比賽中必須完全裝滿水且密封。第二個假人用拖的，要裝水並密封，假人的橫斷線以上浮出水平面。
- B. **放置蛙鞋及救援浮標**：開始前，選手應將蛙鞋與救援浮標放置泳池邊上—非出發跳台—在他們分配的水道內。
- C. **帶假人的擺放**：假人應位於水深1.8m至3m之間，水深超過3m池內，假人應擺置一平台（或其他支撐器材）上，以達所要求的深度。
假人應平躺且頭朝終點，假人胸前橫線在25m處。
- D. **帶第一個假人出水面**：選手可蹬池底帶假人浮出水面。
在假人頭頂超過5公尺線前，選手必須以正確姿勢帶假人。
- E. **穿戴救援浮標及蛙鞋**：選手碰觸轉身池壁後，就可放開第一個假人。同時在水中穿戴蛙鞋與救援浮標再游50m。
- F. **背帶救援浮標**：救援浮標需正確地背上，不論單肩或雙肩斜背，由選手自行決定。若出發時有確實背救援浮標，在選手接近假人或拖帶時，背帶從選手的肩膀或手肘掉下將不會被取消資格。
救援浮標在扣住假人前不得扣上。
- G. **拖假人的擺放**：一位選手的隊友協助當假人扶持員，交接時扶持員至少以一隻手扶假人垂直擺放，假人面對轉身池壁，以自然的飄浮姿勢在分配的水道內。假人扶持員在選手觸壁後可以放開假人，但是在選手觸假人要扣上救援浮標時，必須立刻放開假人。
在裁判長同意下，非隊友可以當扶持員，只要他們在比賽內有註冊報名，假人扶持員必須應穿戴比賽巾。
扶持員不可以將假人推向選手或終點池壁。
扶持員在比賽中不可以故意下水。
- H. **固定假人**：在碰觸轉身池壁後，選手在10m拾取區內，應正確將救援浮標環繞在假人雙臂下，並扣上O型環，假人頭部未超過10m線前，選手可返回拾取區內重新扣上假人。
注意：在觸轉身池壁前，非故意的接觸假人，不舉銷資格。
- I. 選手需拖假人如泳池比賽一般狀況的詳細說明。救援浮標必須扣住假人，假人頭部在10m線時，救援浮標繩子必須完全伸展。
- J. 如救援浮標與假人分離，選手將被取消資格。若在拖帶假人時救援浮標滑落，導致假人只有固定到一隻手臂，如原本就有「正確固定」，且假人面部朝上，選手不會被取消資格。
- K. 選手如故意將繩子環繞假人被認為要縮短繩子，將被取消資格。
- L. 如假人在救援浮標中旋轉，只要假人的臉仍然在水面之上，選手就不會取消資格。只要假人在10公尺線處，有正確地固定，而且假人臉部保持在水面上，拖假人不需要頭朝前。
- M. **找回脫落的蛙鞋**：只要不違反假人的規定（請參閱3.3假人），選手可在比賽開始後，找回脫落的蛙鞋，而不取消資格。但選手不准參加另一組預賽。
- N. **救援浮標缺陷**：如救援浮標、繩子、和/或背帶有缺陷。總裁判長可允許選手參加另一組預賽，但前提是該救援浮標由主辦單位提供。

12.3 取消資格

除第2章的一般規則和3.1到3.3章節的概要是犯規外，以下行為將會被取消資格：

- A. 帶假人出水時，藉泳池設備的幫助（如：水道繩、台階、排水管）—不包括泳池底部（DQ17）。
- B. 在假人頭頂超過5 m拾取區前，未以正確姿勢帶假人（DQ18）。
- C. 使用錯誤拖帶技術，如3.3假人中所描述（DQ19）。
- D. 在接觸終點池壁前放開假人（DQ21）。
- E. 利用泳池設備協助（如將救援浮標固定假人時，利用消波繩、台階）（DQ24）。
- F. 選手在碰觸轉身池壁前，扣上救援浮標（DQ30）。
- G. 假人扶持員在選手碰到轉身池壁後，沒有立即放開假人（DQ27）。
- H. 假人扶持員將假人推向選手或終點方向（DQ28）。
- I. 假人扶持員以不正確動作錯誤扶持假人，或在選手碰池壁後仍未放開假人（DQ25）。
- J. 假人扶持員在比賽中故意入水，干擾其他選手表現或判決（DQ29）。
- K. 在150m處，選手未碰觸池壁前就接觸假人（DQ26）。
- L. 以錯誤方式將救援浮標扣住假人（例：未扣在假人雙臂下及未扣上○型）（DQ31）。
- M. 沒在10m拾取區內，用救援浮標扣住假人，以假人頭頂來判定（Q32）。
- N. 在假人頭頂超過10m線時，救援浮標繩子未完全伸展（DQ34）。
- O. 超過10m線後，未以繩子完全伸展後的救援浮標拖假人（DQ35）。
- P. 拖假人時，假人臉部在水面下（DQ20）。
- Q. 以推或帶而非拖的方式帶假人（DQ33）。
- R. 在救援浮標以正確方式固定於假人身上後，救援浮標與假人分開（DQ36）。
- S. 碰觸終點時救援浮標未扣住假人（DQ37）。
- T. 未碰觸終點池壁（DQ15）。

13. 混合救生員拖帶假人(100公尺)

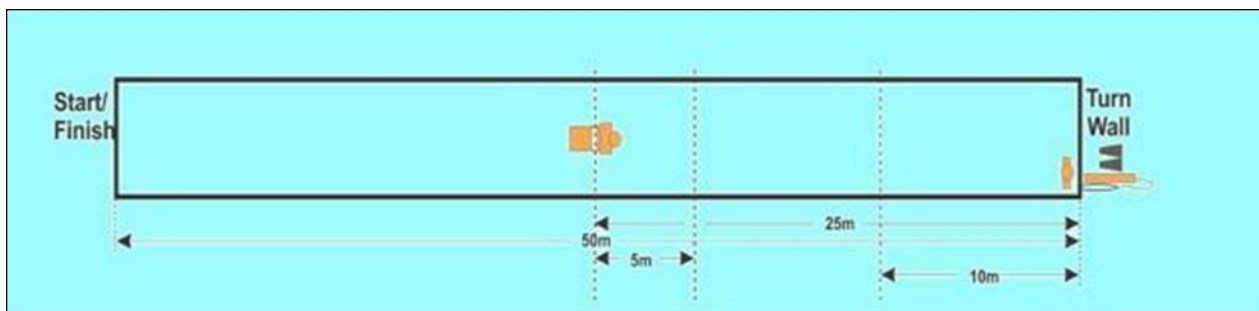


圖 7 混合救生員拖帶假人(100公尺)

13.1 項目敘述

在一聲信號響起時跳水出發，選手以自由式游25公尺，然後下潛帶起水下的假人。選手在跳水出發後，帶起第一個假人前必須浮出水面。選手在5公尺拾起區內帶假人出水面。帶到轉身池壁。選手帶假人出水面時，可以蹬池底。接觸池壁後選手放掉假人。

選手在水中穿上蛙鞋，戴上救援浮標，在10公尺拾起區內，選手以救援浮標固定環繞第二個假人，拖帶至終點。

選手觸碰終點池壁，比賽即完成。

13.2 器材

- A. 假人、蛙鞋、救援浮標。參閱第八章，選手必須使用比賽大會提供的假人和救援浮標。第一個假人用來拖帶，在比賽中完全裝滿水並密封。第二個假人是用救援浮標拖帶，要裝水並密封，所以它的橫斷線以上露出水面。
- B. 放置蛙鞋和救援浮標：在開始前，假人扶持員必須將蛙鞋和救援浮標放在50公尺轉身端的岸邊—不是出發跳台—在選手分配的水道範圍內。
- C. 放置第一個假人：假人在比賽中完全裝滿水並密封。假人放在1.8至3公尺的深度內。水深超過3公尺，假人必須放在一個支撐的平台上達到要求的深度。假人背朝地底，頭朝轉身池壁，橫斷線在25公尺線的地方。
- D. 帶假人出水面：選手帶假人出水面時，可以蹬游泳池池底。
- E. 帶假人：選手在假人頭部通過5公尺前，以正確拖帶姿勢帶假人。選手接著依照一般游泳池比賽細節，帶至轉身池壁。
- F. 放置假人用救援浮標拖帶：選手的一名隊友協助當假人扶持員。交接時，假人扶持員至少用一隻手使假人垂直向上，假人面向轉身池壁，在分配水道內的任一個地方，以自然漂浮姿勢扶著。假人扶持員在選手觸轉身池壁後，可以放開假人。但在選手接觸假人，並固定救援浮標，扶持員必須立刻停止接觸假人。
經總裁判長批准，非隊友可以拉住扶持員，只要他們在比賽中某些資格內有註冊報名。假人扶持員必須戴比賽帽。扶持員不可以朝終點方向推假人。
- G. 第二個假人：選手第一次觸轉身池壁後，拋棄第一個假人，接著穿戴蛙鞋和救援浮標，然後抓第二個假人。
注意：在觸轉身池壁前，無意觸碰抓第二個假人，不會取消資格。
- H. 固定第二個假人：選手必須正確的固定假人，以救援浮標圍繞假人兩手臂下方，然後上O型環，在10公尺拾起區內，選手可以回到10公尺轉換區內重新固定假人，只要假人頭部不超過10公尺線即可。
- I. 背上救援浮標：救援浮標必須正確穿戴，用環帶掛在單肩或雙肩，或是由肩膀到胸部—由選手自己判斷。假設救援浮標正確穿戴，如果在拖帶的環帶落到選手手臂或手肘，不會取消資格。
- J. 選手必須依照游泳池比賽一般狀況的細節拖帶假人，救援浮標必須緊貼假人。而且救援浮標繩子必須在假人頭部超過10公尺線時完全伸展。
- K. 如果救援浮標和假人分開，選手將取消資格。如果救援浮標在拖帶時滑動，只要救援浮標在10公尺線內「正確的固定」，且假人的臉部在水面上，不會取消資格。
- L. 如果救援浮標纏繞在假人身上，且故意縮短繩子，選手會被取消資格。
- M. 如果假人在救援浮標內旋轉，只要假人臉部仍在水面上，選手不會取消資格。只要在10公尺線內正確固定假人，且假人的臉部仍在水面上，假人不需要以頭朝前方式拖帶。
- N. 取回失落的蛙鞋：選手在出發後，可以取回蛙鞋並繼續比賽，不會取消資格，只要依照(S3-3假人)

控制假人的規定，選手不允許在另一組預賽重新出發。

- O. 救援浮標缺陷：如果總裁判長認為比賽中救援浮標，繩子或背帶有技術上的缺陷，總裁判長可以允許選手在另一組預賽重新出發，只要比賽中的浮標由大會統一提供，而且規定所有選手都要使用。

13.3 取消資格

除了第二章S3-1到S3-4的那些規定外，以下行為取消資格：

- A. 下潛至第一個假人前，沒有出水面(DQ16)
- B. 利用泳池設備協助(如水道繩、階梯、排水管)－不包括蹬池底帶假人出水面(DQ17)
- C. 在假人頭部過5公尺拾起區前，未能以正確姿勢拖帶假人(DQ18)
- D. 使用不正確的技術拖帶假人，如S3-3假人所描述(DQ19)
- E. 在接觸轉身池壁前，放開第一個假人(DQ21)
- F. 借助任何泳池設施(如水道繩、階梯)協助，以救援浮標固定第二個假人時。而且最淺游泳池深度可以讓選手固定假人時站立(DQ24)
- G. 選手在接觸轉身池壁前，扣上救援浮標的扣環 (DQ30)
- H. 在選手接觸假人後，假人扶持員未立刻放開假人(在接觸轉身池壁並穿蛙鞋後)(DQ27)
- I. 假人扶持員朝選手或終點方向推假人(DQ28)
- J. 假人扶持員以不正確姿勢扶持假人，或者在選手抓住假人後，仍故意接觸假人(DQ25)
- K. 假人扶持員故意在比賽中進入水中，或者進入水中妨礙別的選手或是比賽的判決(DQ29)
- L. 在50公尺處，選手在有意地接觸假人前，未接觸游泳池壁(DQ26)
- M. 不正確的固定救援浮標在假人身上(例：沒有環繞假人雙手臂下以及未扣上O型環。(DQ31)
- N. 於10公尺拾取區內未將救援浮標固定在假人身上，以假人頭部判定(DQ32)
- O. 假人頭部通過10公尺線前，救援浮標繩子未完全伸展。(DQ34)
- P. 過10公尺線時，救援浮標繩子未完全伸展拖帶假人。(DQ35)
- Q. 拖帶時假人臉部在水面下 (DQ20)
- R. 以推或手帶，而非拖假人(DQ33)
- S. 在救援浮標正確的固定在假人身上後，救援浮標和假人分開。(DQ36)
- T. 碰觸終點時救援浮標未扣住假人 (DQ37)。
- U. 接觸終點池壁失敗(DQ15)

14. 拋繩救生 - 12.5m

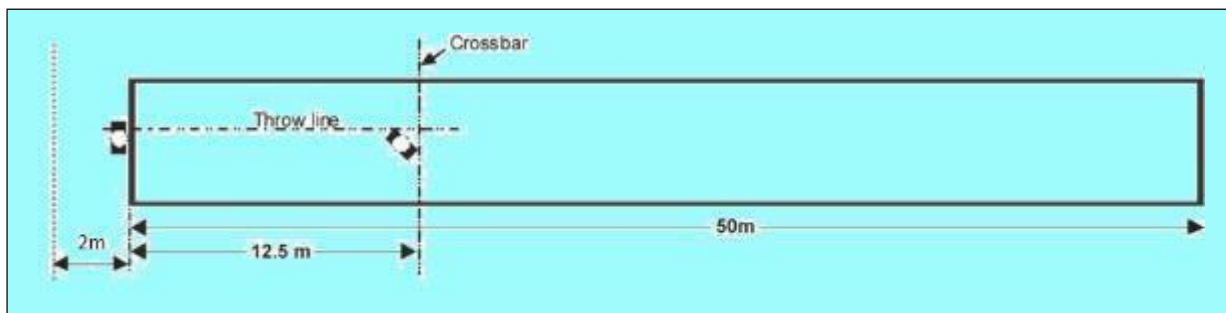


圖 8 拋繩救生 - 12.5m

14.1 項目描述

在45秒內，選手對距離池邊12.5m橫桿前的隊友（溺者），拋出一條繩子，將溺者拉回終點。

- A. 拋繩區：拋繩區視每個隊分配水道區域範圍。由游泳池壁和該隊水道的前方，且明確的由未標示的延伸線，在水道繩的中央線兩邊的水道內，到池邊或出發跳水台。後面的線不需要標示，但是至少要垂直線起2公尺，使拉回溺者時不會妨礙。

注意 1：為了判決的目的，選手仍需要停留在他們的水道內，重點不是腳要在水道內，但是在比賽中不能妨礙其他隊。

注意 2：雖然不是強制要求，但為確保拋繩和拉回時有淨空的空間。地上的線或臨時的繩子或膠帶，可以放置在池壁垂直線後大約2公尺處。選手在此區域內。後退的動作不會取消資格。

- B. 開始：在一長哨聲後，選手進入拋繩區，「救者」握住繩子的一端，「溺者」抓繩子進入水中，以一手或兩手抓握繩子和橫桿。多餘的繩子置於橫桿之後。

救者在開始不准試拋。

在第二長哨聲後，選手就位。當所有選手就位後，發令員發出「Take your marks」指令，當所有選手靜止不動時，發令員發出開始信號聲。

- C. 開始姿勢：救者站在拋繩區面對溺者，雙腳併攏不動且雙手自然垂放身體側邊，以單手抓住繩子的末端。

溺者在水道中手握橫竿。溺者抓拋繩時另一手應抓住橫竿。

- D. 開始信號聲響時：救者收繩，再拋給溺者（溺者抓繩），再將溺者拉回岸邊直到碰觸終點。

- E. 溺者可以只抓繩子，如果是“尚可的拋擲”，尚可的拋擲是指溺者可以用手在他們指定的水道內抓繩，在橫桿之前或之後。水道標示不是“在水道內”。

只要溺者完全停留在他們的指定水道內，且不放開橫桿，他們可用腳或其他身體部分，在水道內操縱繩子，使他們可以用手抓到繩子。

溺者可以在橫桿滑動手，但是用身體部分接觸繩子或是抓繩時，必須抓住橫桿。

試圖抓繩時，拉動固定的橫桿，沒有罰則。

注意：溺者在開始信號後，可以放開橫桿，沒有罰則，但是當使用身體的任一部位收集或用另一隻手抓繩時，手必須抓橫桿。

- F. 水中拉回：被拉回時，溺者必須雙手抓繩，身體朝前。溺者不可用雙手交替“爬”繩。為了安全理由，溺者因為觸壁的單一目的，而放開一手，不會取消資格。

- G. 拋繩者在拉回時，離開拋繩區將取消資格。拋繩者不可以妨礙其他隊，或是使用隔壁水道的空間。這可以顯示，拋繩者，至少一隻腳完全停留在他們拋繩區的地面或是空中。拋繩者腳的一部分可以跨過他們拋繩區“泳池邊”前緣而不會被處罰。

注意1：拋繩者必須用雙手拉回溺者，不准用雙手抓繩或是用繩子環繞身體，以走路或跑步拉回，或是故意後退拉溺者回終點池壁。

注意2：如果在泳池壁垂直線後大約2公尺處，地上用線或是暫時的繩子或是膠帶標示，選手在此區域內任何向後的動作，不會取消資格。

- H. 拋繩者可以取回掉在拋繩區之外的繩子，只要沒有妨礙其他選手(如以上定義)。拋繩者進入(或掉入)水中，會取消資格。

- I. 為了避免可能妨礙其他水道，溺者必須停留在他們的水道內，不可以離開水中，如果在裁判發出結束比賽聲響起前，試圖離開水中超過腰部，或是坐在泳池邊或是水道繩上，該隊會取消資格。

同樣的，拋繩者在比賽中要停留在他們分配的拋繩區內，不可以妨礙其他隊，直到裁判發出比賽結束的信號。

- J. **時間限制**：選手應於45秒內正確拋繩，並把溺者拉回終點。選手未在45秒內結束信號響起前，拉回溺者，則視為「未完成」（DNF）。

14.2 器材

- A. 拋繩：參閱第8章。拋繩線長應在16.5至17.5m範圍內，選手需使用主辦單位提供的拋繩。
B. 橫桿：應位於水面上且離拋繩區12.5m，橫桿容許±0.1m的誤差。

14.3 取消資格

除第2章和S3-1到S3-2章節的概要是犯規外，以下行為將會被取消資格：

- A. 救者練習試拋（DQ58）。
B. 溺者用身體的任何一部分抓或勾繩時，手沒有握住水中橫桿（DQ50）。
C. 溺者在自己水道外抓繩（DQ54）。
D. 當救者將溺者拉往終點時，溺者沒有面向前方（DQ55）。
E. 當救者將溺者拉往終點時，溺者沒有兩手抓住拋繩（溺者只能在碰觸終點時放開一隻手）（DQ56）。
F. 溺者以雙手交替方式「爬」拋繩（DQ57）。
G. 救者在比賽開始後，或45秒結束比賽信號響起前，因未停留在而妨礙其他選手拋繩區（DQ51）。
H. 拋繩者沒有以手臂拉回，而是用手握繩子或是繩子繞在身體的任一部位，以走或跑的方式拉溺者回終點池壁（DQ52）。
I. 溺者在45秒完成信號響起前，離開水中（DQ53）。
J. 未碰觸終點池壁（DQ15）。

15. 假人接力 (4x25m)

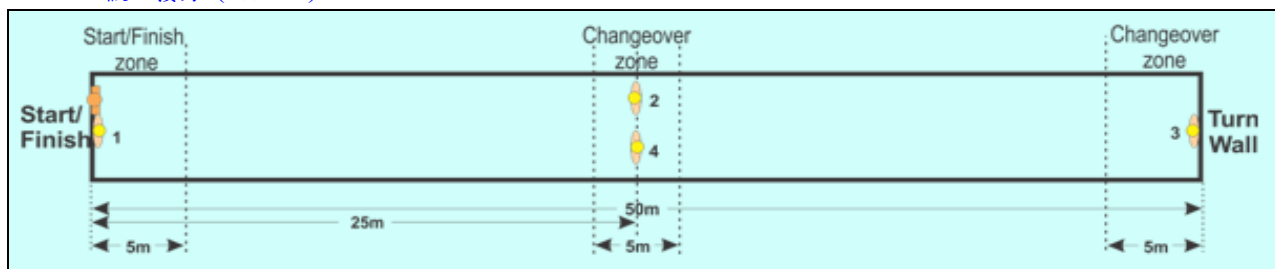


圖 9 假人接力 (4x25m)

15.1 項目描述

四位選手輪流帶假人，每人約25m。

- A. 第一長聲時，所有選手進入水中，第二長聲時，所有選手不能過度延遲，準備出發。
- B. 第一棒選手一手扶假人，一手扶出發池壁或出發台，第二、三、四傳選手各自在25公尺、50公尺、75公尺處。
- C. 當選手已經在出發位置，發令員發令“Take your marks”
- D. 當第一棒選手靜止時，發令員給予出發響聲。
- E. 第一棒選手：第一棒選手帶假人至22.5公尺至27.5公尺的5公尺交接區內，交給第二棒選手。
- F. 第二棒選手：第二棒選手帶假人觸轉身池壁，交給第三棒選手，他必須至少以一手接觸池壁或出發台。
- G. 第三棒選手：第三棒選手可以在第二棒選手觸壁前接觸或抓假人，但是不可以放開池壁，直到第二棒選手觸壁。

第三棒選手帶假人在72.5公尺至77.5公尺的交接區內交給第四棒選手。

- H. 第四棒選手：第四棒選手帶假人，以身體的任何部位觸終點池壁完成比賽。
- I. 當選手完成他們的棒次並交接後，他們必須停留在水中，在他們的水道和交接區內。並且不妨礙下一棒的交接，直到比賽結束的信號發生。
- J. 只有交接棒的選手可以在交接區參與假人的交接。交棒的選手可以協助接棒的選手，只要假人頭部在交接區內。
- K. 選手必須全程以手接觸假人。
- L. 出發區或交接區可以旗子、桿子或圓錐標示。
- M. 參與交接的選手可以在交接區內蹬池底。
- N. 選手在出發和交接區內，不以“帶假人”準則(在S 3-3定義)判定，但是選手必須全程至少以一隻手接觸假人，包括交接時。

注意：“帶假人”的準則(在S 3-3定義)適用最後一棒選手完成比賽時。

- O. 假人交接必須在指定的交接區內進行，以假人的頭部判定。

15.2 器材

假人：參閱第8章—設備與器材標準及檢查程序。假人在項目中應裝滿水及密封，選手必須使用主辦單位提供的假人。

15.3 取消資格

除第2章和S3-1到S3-3章節的概要是犯規外，以下行為將會被消資格：

- A. 使用第三章第三點假人中所述的不正確帶假人技術 (DQ19)。
- B. 帶假人出水時藉泳池設備的幫助(如：水道繩、台階、排水管) — 不包括泳池底部 (DQ17)。
- C. 第三棒選手在第二棒選手觸壁前，手離開或轉身池壁/出發台(DQ 40)。
- D. 假人在指定交接區前或後交接 (DQ 41)。
- E. 二位選手在交接時，第三位選手協助 (DQ 38)。
- F. 下一棒選手抓假人前，放開假人(例、二位選手的一手必須接觸假人) (DQ 42)。
- G. 在假人頭頂通過5 m線前，未以正確動作攜帶假人 (DQ18)。
- H. 在碰觸轉身或終點池壁前，放開假人 (DQ21)。
- I. 未碰觸終點 (DQ15)。
- J. 選手在完成接力棒次後 (DQ50) 和聞信號前，離開泳池 (DQ60)。

K. 一名選手出賽2棒以上 (DQ39)。

16. 障礙接力 (4x50m)

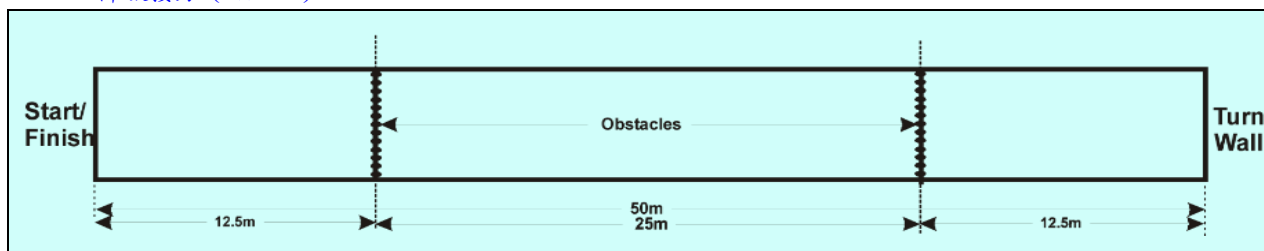


圖 10 障礙接力 (4x50m)

16.1 項目描述

四位選手依次游50公尺障礙游泳

- 第一棒選手在出發聲響時，跳水出發，第一棒選手游50公尺，穿越二個障礙網。
- 第二棒選手、第三棒和第四棒選手：在第一棒選手觸壁後，第二、三、四棒選手依次重複程序。
- 選手必須在跳水出發後，穿越第一個障礙網前及穿越每一個障礙往後出水面。“出水面”即選手的頭部必須露出水面。
- 選手通過每一障礙網時，可蹬池底出水面。
- 游泳進入或以其他方式衝撞障礙網不算犯規。
- 第一、第二和第三棒選手，完成自己該段比賽的賽程後，就要離開水中，不能妨礙其他選手。第一、第二和第三棒選手不能再次進入水中。

16.2 器材

障礙網：參閱第8章。障礙網應與水道繩垂直固定，第一障礙網距起點12.5m，第二障礙網位於對岸12.5m前，兩障礙網中間隔25m。

16.3 取消資格

除第2章的一般規則和S3-1到S3-2章節的概要是犯規外，以下行為將會被取消資格：

- 越過障礙網而不立即由障礙網上方或下方返回，然後由下面潛過 (DQ11)。
- 每次潛水後，未浮出水面 (DQ12)。
- 在每個障礙網後，未露出水面 (DQ13)。
- 浮出水面時藉泳池設備的幫助（如：水道繩、台階、排水管）—不包括泳池底部 (DQ17)。
- 在前一個選手碰觸池壁前，提早出發 (DQ40)。
- 未碰觸終點 (DQ15)。
- 選手在完成接力棒次後，再次入水 (DQ49)。
- 一名選手出賽2棒以上 (DQ39)。

17. 混合接力 (4x50m)

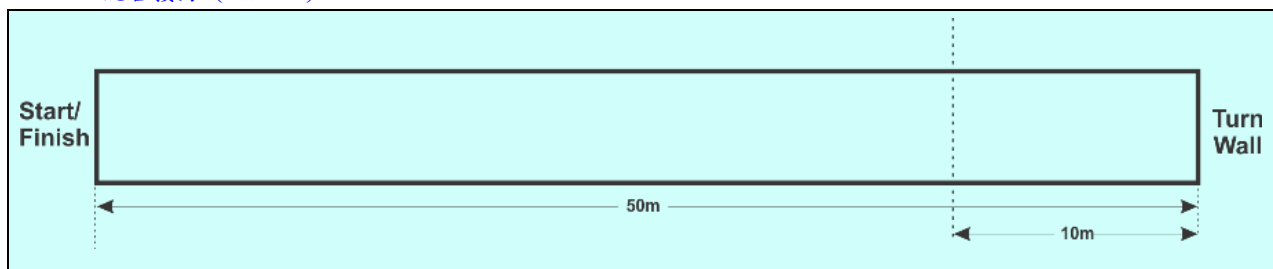


圖 11 混合接力 (4x50m)

17.1 項目描述

四棒選手輪流游50公尺，擔任不同任務。

- 第一棒選手：信號聲響起，跳水出發，不穿蛙鞋游50公尺。
- 第二棒選手：第一棒選手觸壁後，第二棒選手穿蛙鞋跳水出發游50公尺。第二棒選手在觸壁前不需要浮出水面。
- 第三棒選手：第二棒選手觸壁後，第三棒選手背救援浮標，不穿蛙鞋游50公尺觸壁。
- 第四棒選手：第四棒選手穿蛙鞋在水中，至少一隻手接觸池壁或出發台。第四棒在第三棒觸壁前，可以一隻手接觸或抓就原浮標、背帶或繩子，但必須至少以一手觸池壁。第四棒選手可以腳或手臂蹬池壁。
- 第三棒選手擔任“溺者”雙手抓救援浮標和/或扣環，由第四棒選手拖到終點。
- 溺者在超過10公尺線前，必須接觸救援浮標，救援浮標繩子在溺者頭部過10公尺線前必須完全伸展。

注意：如果因為溺者強力打水，所以繩子未完全伸展，該隊不會取消資格。

- 溺者被拖時可以打水，但是不可以其他方式助游。
- 溺者可以抓浮標主體和/或扣環，繩子不行。
- 溺者被拖時，必須抓浮標，但可以調整他們手放浮標的位置，不取消資格。
- 第四棒選手觸壁完成比賽，第三位選手必須抓觸浮標。
- 第一、二選手完成他們棒次後，必須離開水中並且不能妨礙其他選手，第一、二棒選手不能再次進入水中。

17.2 器材

- 救援浮標、蛙鞋：參閱第8章—設備與器材標準及檢查程序。選手必須使用主辦單位提供的救援浮標。
- 開始使用救援浮標：第三位選手出發時，救援浮標與繩子置於該水道內任何位置由選手決定，選手須確認救援浮標與其線在安全及正確位置上，救援浮標不必扣上扣環。
- 穿戴救援浮標：救援浮標需正確套上，不論套在單肩或是套在胸斜背，皆由選手決定。若出發時有確實穿戴救援浮標，在選手接近溺者或拖帶時，背帶掉在選手的手臂或手肘將不會被取消參賽資格。
- 拖帶溺者：選手在拖帶時，救援浮標線必須完全伸展。溺者頭頂未超過10m前，選手可返回10m接力區重帶溺者。
- 找回脫落的蛙鞋：選手在出發後可找回脫落的蛙鞋，並繼續比賽，但不允許參加另一組預賽。
- 救援浮標缺陷：若總裁判長判定救援浮標、繩子或背帶有缺陷時，可允許該選手重新比賽。但必須是大會提供的器材。

17.3 取消資格

除第2章中以及S3-1至S3-3中概述的規則外，下列行為將導致取消資格：

- 在前一個選手碰觸池壁前提早出發 (DQ40)。
- 選手扣上救援浮標扣環 (DQ44)。
- 溺者抓救援浮標繩子 (DQ45)。
- 溺者以雙臂動作幫忙或雙手未緊握救援浮標 (DQ46)。
- 在通過10m線後，溺者未抓緊或掉落救援浮標 (DQ47)。
- 第四位選手拖帶溺者，超出10m線時救援浮標的繩子沒有完全延伸 (DQ48)。
- 一名選手出賽2棒以上 (DQ39)。
- 未碰觸終點 (DQ15)。
- 選手在完成接力棒次後再次入水 (DQ49)。

18. 游泳池救生員接力 (4x50m)

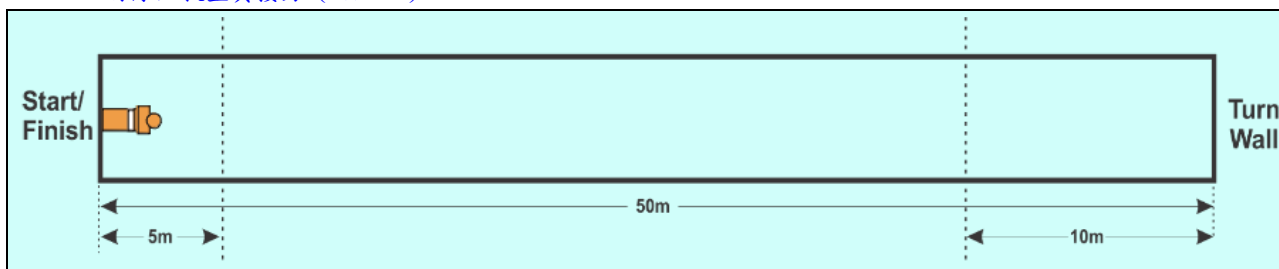


圖 12 游泳池救生員接力 (4x50m)

18.1 項目描述

- A. 第一名選手：出發聲響後跳入水中，第一名選手游50m，不穿蛙鞋。
 - B. 第二名選手：在第一名選手碰觸池壁後跳入水中，第二位選手穿蛙鞋游50m，潛水帶假人出水面。第二名選手將假人交給第三名選手前，不必碰觸池壁。
- 注意：**第二位選手在出發後帶假人出水前，允許全程潛泳或浮出水面一次以上。
- C. 第三名選手：第三名選手在水中等待（無蛙鞋），至少用一隻手接觸池壁或出發台。第三名選手可以在假人的頭部出水面前，先觸摸但不能抓住假人。假人的頭部露出水面後，選手可以控制假人並放開接觸池壁或出發台。然後，第三名選手帶假人50m碰觸池壁，再將假人交給第四名選手。
 - D. 第四名選手：第四名選手（穿蛙鞋）至少用一隻手碰觸池壁或出發台，直到接觸假人為止。第四名選手在第三名選手觸池壁後才可觸摸假人。然後第四名選手，帶假人至終點，以身體任何一部分觸池壁。
 - E. 第二名選手和第三名選手可以協助下一棒選手，只要假人的頭部保持在接力區內即可。
 - F. 接力區應以旗幟標示：
 - 第二和第三名選手接力區—距池壁5m。
 - 第三和第四名選手接力區—距池壁10m。
 - G. 選手必須以正確姿勢帶假人，如以下：
 - 第三棒選手-距池壁5公尺。
 - 第四棒選手-距池壁10公尺。
 - H. 在下一位選手抓住假人之前，選手不得放開假人（二位選手的手必須同時與假人接觸）。
 - I. 第三和第四名選手，當假人頭頂在接力區內時，不採用「攜帶假人」（參閱S3-3）。攜帶假人標準也適用於接力結束時的終點區。
 - J. 第三和第四名選手在接到假人後，可以用手、手臂或腳推離池壁。
 - K. 當第四名選手正確攜帶假人碰觸池壁時，比賽結束。
 - L. 第一、第二和第三名選手在完成比賽後必須離開泳池而不妨礙其他選手。這些選手不可再進入水中。
 - M. 找回脫落的蛙鞋：選手在出發後可找回脫落的蛙鞋，並繼續比賽，但不允許參加另一組預賽。

注意：世界救生錦標賽，每隊應由兩名男子和兩名女子組成。

團隊可以選擇自己的性別順序。

18.2 器材

假人：請參閱第8章—設施和設備標準及審查程序。假人應完全充滿水並密封。選手必須使用主辦單位提供的假人。

蛙鞋：參見第8章-設施和設備標準及檢查程序。

18.3 取消資格

除第2章中的一般規則以及3.1至3.3中概述的規則外，以下行為將導致犯規：

- A. 使用3.3假人中所說的不正確的假人攜帶技術（DQ19）。
- B. 藉泳池設備的幫助（如：水道繩、台階、排水管）—不包括泳池底部（DQ17）。
- C. 第三名選手在假人的頭部出水面前，放開池壁或抓住假人（DQ59）。
- D. 在假人頭頂通過5m線前，第三名選手未以正確動作攜帶假人（DQ18）。
- E. 交接棒時，第三位選手協助（DQ38）。
- F. 在下一選手抓住假人之前，放開假人（即，交接時兩位選手必須以一隻手接觸假人（DQ42））。
- G. 第四名選手在假人頂部通過10m線前，未以正確姿勢帶假人（DQ23）。

- H. 未碰觸終點 (DQ15)。
- I. 一名選手出賽2棒以上 (DQ39)。
- J. 在前一個選手碰觸池壁前，提早出發 (DQ40)。
- K. 選手在完成接力棒次後，重新進入水中 (DQ49)。

19. 拖溺者接力(4x50公尺)

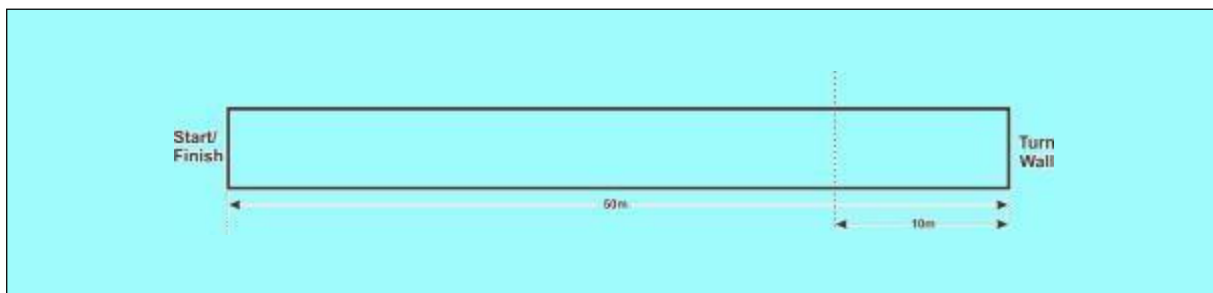


圖 13 拖溺者接力(4x50公尺)

19.1 項目敘述

4名選手輪流在50公尺的距離游泳，擔任不同任務

- A. 第一位選手：在一聲信號響起時跳水出發，第一位選手不穿蛙鞋，以自由式游50公尺。
- B. 第二位選手：在第一位選手觸壁後，跳水出發。第二位選手穿蛙鞋，游自由式50公尺。
- C. 第三位選手：在第二位選手觸壁後，跳水出發。第三位選手背救援浮標穿蛙鞋游50公尺。第三位選手(擔任救援者角色)接觸轉身池壁。
- D. 第四位選手：第四位選手(擔任溺者角色)在水中至少以一手接觸池壁或出發台。第四位選手可以碰觸或抓救援浮標，它的背帶或是繩子，在第三位選手接觸池壁前。第四位選手在第三位選手觸壁前，不可以放開池壁或出發台，要等第三位選手觸壁後才能放開。
注意：第三位選手在第四位選手觸壁前，無意地碰到第四位選手不會取消資格。
- E. 一旦第三位選手觸壁，他們可以放開池壁或跳台，並開始扣上扣環的動作。
- F. 救者或/和溺者固定救援浮標在溺者雙臂下，並扣上O型環。
- G. 救者和溺者必須離開池壁。溺者在超過10公尺線前，必須固定救援浮標在身上。在溺者頭部過10公尺線時，救援浮標必需完全伸展。
注意1：如果救援浮標的繩子未完全伸展，是因為溺者強力的踢水，不取消資格。
注意2：救者或/和溺者推離池壁飾允許的。
- H. 在10公尺後，溺者必須以背朝下，並且不能以被扣在救援浮標內以外的方式拖帶。
- I. 在10公尺後，溺者可以用手在水上划手和腳踢水，但是不必游仰式或是其他手出水還原的泳姿。
注意：溺者將手臂重放置他們頭部前方得到流線型，不取消資格。
- J. 比賽在救者扣住溺者觸壁時結束。
- K. 第一和第二位選手在完成他們的棒次後必須離開水中，且不能妨礙其他選手。第一和第二位選手不可以重新進入水中。

19.2 器材

- A. 救援浮標、蛙鞋：參閱第8章，選手必須使用大會所提供的救援浮標。
- B. 背救援浮標出發：第三位選手出發時，救援浮標和救援浮標繩子可以依選手選擇的方式放置，但必須在分配的水道內。選手要確定以安全和正確的方式放置救援浮標和繩子。救援浮標保持未扣上直到固定溺者。
- C. 背救援浮標：救援浮標必須正確背好，不論環繞單肩或雙肩或是環繞肩膀或胸部—依選手自己選擇。假設救援浮標正確的背好，背帶滑落至選手手臂或手肘，不會取消資格。
- D. 拖溺者：救者必須以救援浮標扣繞住溺者身體，並且繩子完全伸展的方式拖溺者。救者可以回到10公尺轉換區內，重新固定溺者，只要溺者頭部未超過10公尺線即可。
- E. 取回失落的蛙鞋：選手在出發後可以取回蛙鞋並繼續比賽，不會取消資格，只要不違反控制溺者拖帶的規則(如果在棒次拖帶時)，選手不可以在其他組預賽再出發。
- F. 救援浮標缺陷：如果總裁判長認為比賽中救援浮標和/或背帶在比賽中出現缺陷，可以允許選手在另一組預賽重新出發。但必須是救援浮標由大會提供，而且規定所有選手都必須使用。

19.3 取消資格

除了第二章和S3-1到S3-2那些規則外，以下行為會取消資格。

- A. 第四位選手在上位選手觸壁前，放開接觸池壁/跳台。(DQ40)
- B. 借泳池設備協助(如水道繩、階梯)—在固定環繞溺者時(除了泳池的最低深度可以讓選手站立(DQ17))
- C. 選手(救者)在觸壁前，扣上救援浮標扣環(DQ30)

- D. 救者未固定扣上溺者(以溺者頭部通過10公尺線判定(DQ61))
- E. 溺者變成和救援浮標未接觸(除了浮標的技術缺陷—浮標技術缺陷)，在通過10公尺線以及在救者觸終點池壁前。(DQ62)
- F. 溺者沒有以背部朝下的方式扣在救援浮標內，並且未在救者之後。(DQ63)
- G. 溺者游仰式或是手出水面還原的方式游泳(DQ64)

注意：溺者手在水下幫助拖帶或是將手臂重放置頭部前方得到流線型，不取消資格。

- H. 溺者在在救者之前，觸終點池壁(DQ65)
- I. 一位選手在比賽時比二棒以上的棒次。(DQ39)
- J. 觸終點池壁失敗(DQ15)
- K. 選手在完成接力棒次後重新進入水中 (DQ49)

20. 游泳池救生比賽取消資格代碼

代碼和取消資格規定	項目
1. 未依項目描述或一般規則完成比賽。	所有項目
2. 選手或團隊將被取消資格，如選手、團隊或協助者被視為以不公平的方式完成比賽包括： <ul style="list-style-type: none"> • 使用禁藥或相關興奮劑。 • 假冒其他選手。 • 企圖使項目或排位的抽籤無效。 • 在同一個項目中參賽兩次。 • 在同一比賽項目代表不同隊伍參賽。 • 故意妨礙他人路線使自己得利。 • 推擠或妨礙其他選手的扶持者以此阻礙他/她的進行。 • 接收身體上或物質上的外在幫助（而不是口頭或其他指示）。 	所有項目
3. 選手若因遲到檢錄報到將不准參賽。	所有項目
4. 選手或團隊在比賽開始前缺席將被取消資格，A、B決賽除外。	所有項目
5. 參與比賽的人故意破壞比賽場地、住宿地方或他人財物將被取消資格。	所有項目
6. 辱罵裁判會導致失去比賽資格。	所有項目
7. 手上或腳上或於假人、救援浮標使用有黏性、發黏的或具黏著性的材質（液體、固體或噴霧），以利抓住或推離泳池底部。	所有項目
8. 從泳池底部獲得協助，除非有特別允許（如：障礙游泳、4x25公尺假人接力）。	所有項目
9. 完成比賽後，在裁判下令前，離開水中。	所有項目
10. 在出發信號前，開始出發動作。	所有項目
11. 由上方通過障礙網未立即由網上或網下返回，再由網子下方通過。	障礙游泳 障礙接力
12. 出發入水或轉身後，在障礙網前未出水面。	障礙游泳 障礙接力
13. 在每次通過障礙網後未露出水面。	障礙游泳 障礙接力
14. 轉身時未碰池壁。	障礙游泳
15. 到達終點時未碰觸池壁。	所有項目
16. 潛水帶假人前未露出水面。	帶假人 混合救生員 混合救生員拖帶假人
17. 拖帶假人出水面時，使用泳池的設備協助（如：水道繩、階梯、排水設備等）—不包括池底。	障礙游泳 障礙接力 帶假人 穿蛙鞋帶假人 混合救生員拖帶假人 拋繩 假人接力 混合救生 超級救生員 泳池救生員接力 拖溺者接力

代碼和取消資格規定	項 目
18. 在假人頭頂超過5公尺線前，未以正確方式拖帶假人（不穿蛙鞋帶假人）。	帶假人 假人接力 混合救生 超級救生員 混合救生員拖帶假人
19. 使用不正確的拖帶假人方法（如S3-3 章節—假人所述）。	帶假人 穿蛙鞋帶假人 假人接力 混合救生 超級救生員 混合救生員拖帶假人 游泳池救生員接力
20. 拖帶時假人臉在水面下。（如S3-3 章節—假人所述）。	穿蛙鞋救援浮標拖帶假人 超級救生員 混合救生員拖帶假人
21. 觸碰終點或轉身池壁前放開假人。	帶假人 穿蛙鞋帶假人 混合接力 超級救生員 假人接力 混合救生員拖帶假人
22. 在轉身後和拉起假人前露出水面。	混合救生
23. 在假人頭頂超過10公尺線前，未以正確方式拖帶。	穿蛙鞋帶假人 游泳池救生員接力
24. 在固定救援浮標於假人身上時，採用泳池內的任何設備協助（如：水道繩、階梯、水下器材）。泳池最低水深容許選手在固定假人時站立。	穿蛙鞋救援浮標拖帶假人 超級救生員 混合救生員拖帶假人
25. 假人扶持員，安置假人動作錯誤或選手碰池壁後，再次與假人接觸。	穿蛙鞋救援浮標拖帶假人 超級救生員 混合救生員拖帶假人
26. 在50/150公尺處，選手未碰觸池壁前接觸假人。	穿蛙鞋救援浮標拖帶假人 超級救生員 混合救生員拖帶假人
27. 假人扶持員在選手碰觸轉身池壁並接觸假人後沒有立即放開假人，只有在混合救生員拖帶假人項目選手穿戴蛙鞋和浮標並接觸假人。	穿蛙鞋救援浮標拖帶假人 超級救生員 混合救生員拖帶假人
28. 假人扶持員將假人推向選手或終點池壁方向。	穿蛙鞋救援浮標拖帶假人 超級救生員 混合救生員拖帶假人
29. 假人扶持員在比賽中故意入水或干擾其他選手表現或比賽判決。	穿蛙鞋救援浮標拖帶假人 超級救生員 混合救生員拖帶假人
30. 選手在碰觸轉身池壁前扣上救援浮標。	穿蛙鞋救援浮標拖帶假人 超級救生員 混合救生員拖帶假人
31. 救援浮標固定假人方式錯誤（例：未扣在雙臂下和未扣上O型環）。	穿蛙鞋救援浮標拖帶假人 超級救生員 混合救生員拖帶假人

代碼和取消資格規定	項 目
32. 未在10公尺線內用救援浮標固定假人（以假人頭頂來判斷）。	穿蛙鞋救援浮標拖帶假人 超級救生員 混合救生員拖帶假人
33. 以推或帶而非拖拉方式帶假人。	穿蛙鞋救援浮標拖帶假人 超級救生員 混合救生員拖帶假人
34. 在假人頭頂超過10公尺線時，救援浮標繩子未完全伸展。	穿蛙鞋救援浮標拖帶假人 超級救生員 混合救生員拖帶假人
35. 超過10公尺線後，未完全伸展浮標繩子拖帶假人(除非選手停下重新固定假人身上的浮標)。	穿蛙鞋救援浮標拖帶假人 超級救生員 混合救生員拖帶假人
36. 救援浮標正確固定在假人身上後又分離。	穿蛙鞋救援浮標拖帶假人 超級救生員 混合救生員拖帶假人
37. 碰觸終點池壁時，假人沒有用救援浮標固定好。	穿蛙鞋救援 浮標拖帶假人 超級救生員 混合救生員拖帶假人
38. 假人交接時接受第三位選手的幫助。	假人接力 游泳池救生員接力
39. 同一位選手參加兩棒以上。	障礙接力 假人接力 混合接力 游泳池救生員接力 拖溺者接力
40. 在前一個選手碰到牆之前離開出發台。	障礙接力 假人接力 混合接力 游泳池救生員接力 拖溺者接力
41. 假人接力換手，在交換區前或後。	假人接力
42. 在下一位選手抓住假人前先鬆開假人（也就是說兩個選手的一隻手都必須接觸假人）。	假人接力 游泳池救生員接力
43. 刪除	
44. 選手扣上救援浮標扣環。	混合接力
45. 溺者抓救援浮標的繩子。	混合接力
46. 溺者以手助游或雙手未握住救援浮標。	混合接力
47. 通過10公尺線後，溺者未握住救援浮標或脫落。	混合接力
48. 第四位選手在拖帶溺者超過10公尺線時，救援浮標繩未完全伸展。	混合接力
49. 選手在完成自己的棒次後，再次進入水中。	障礙接力 混合接力 游泳池救生員接力 拖溺者接力
50. 溺者在抓繩時放開橫桿。	拋繩
51. 拋繩者在開始信號聲響後，在45秒前因為未停留在分配的拋繩區內，而妨礙其他選手。	拋繩

代碼和取消資格規定	項目
52. 拋繩者拖回溺者時未使用手臂。以步行或跑步，且將繩子抓緊在雙手或環繞身體任何部位。 未確保一個淨空地區供救者拖回溺者。雖未強制要求，可以在地上畫線或用暫時的繩子或膠帶貼在泳池壁垂直後方約2公尺處。拋繩者在此區域內退後的動作，不視為犯規。	拋繩
53. 溺者在45秒完成信號響起前離開水中。	拋繩
54. 溺者在其他水道抓繩。	拋繩
55. 當拋繩者將溺者拉回終點池壁時，溺者未面面向前方。	拋繩
56. 當拋繩者將溺者拉往終點池壁時，溺者沒有兩手抓住拋繩（溺者因為要碰觸池壁，可以一手放開繩子）。	拋繩
57. 溺者以雙手交替方式「爬」拋繩。	拋繩
58. 拋繩者做練習。	拋繩
59. 第三名選手在假人頭部出水面前，離開池壁或抓住假人	游泳池救生員接力
60. 選手在完成接力棒次後和聞信號前離開泳池	假人接力
61. 救援浮標沒有固定環繞溺者(以溺者頭部判定)在通過10公尺限前	拖溺者接力
62. 溺者未接觸救援浮標(除了技術缺陷-參閱浮標缺陷注意事項)在通過10公尺線後，以及救者觸終點池壁前	拖溺者接力
63. 溺者為以背部朝下且未扣在救援浮標內且未在救者之後	拖溺者接力
64. 溺者游仰式或其他手臂出水面還原地方式游泳 注意：溺者在水面下划水以幫助拖帶，或是重置他們的手臂再頭前，以達到流線型，不取消資格	拖溺者接力
65. 溺者在救者之前觸終點池壁	拖溺者接力

注意：45秒內未將溺者拉回終點，視為沒有完成比賽，不是取消資格。

21. 游泳池救生比賽項目取消資格代碼

代碼	取消資格
1	未依項目描述或一般規則完成比賽。
2	選手或團隊將被取消資格，如選手、團隊或協助者被視為以不公平的方式完成比賽包括： <ul style="list-style-type: none"> • 使用禁藥或相關興奮劑。 • 假冒其他選手。 • 企圖使項目或排位的抽籤無效。 • 在同一個項目中參賽兩次。 • 在同一比賽項目代表不同隊伍參賽。 • 故意妨礙他人路線使自己得利。 • 推擠或妨礙其他選手的扶持者以阻礙他/她的進行。 • 接收身體上或物質上的外在幫助（而不是口頭或其他指示）。
3	選手因遲到檢錄報到將不准參賽。
4	選手或團隊在比賽開始前缺席將被取消資格.A.B.決賽除外。
5	選手故意破壞比賽場地、住宿地方或他人財物將被取消資格。
6	辱罵裁判會導致失去比賽資格。
7	手上或腳上或於假人救援浮標使用有黏性的材質(液體、固體或噴霧)，以利抓握或推離池底。
8	從游泳池底部獲得協助，除非有特別規定(如障礙游泳、4X25公尺假人接力)。
9	完成比賽後在裁判下令前，開始出發動作。
10	在出發信號前，開始出發動作。
障礙游泳	
11	由上方通過障礙網未立即由網上或網下返回，再由網子下方通過。
12	出發入水或轉身後，在障礙網前未出水面。
13	在每次通過障礙網後未露出水面。
14	轉身時未碰觸池壁。
15	到達終點時未碰觸池壁。
17	藉泳池設備協助，不包括池底。
帶假人	
16	潛水帶假人前未露出水面。
17	拖帶假人出水面時，使用泳池的設備協助（如：水道繩、階梯、排水設備等）不包括池底。
18	在假人頭頂超過5公尺線前，未以正確方式拖帶假人（不穿蛙鞋帶假人）。
19	使用不正確技術拖帶假人。
20	拖帶時假人臉部在水面下。
21	碰觸終點或轉身池壁前，放開假人。
15	到達終點時未碰觸池壁。
混合救生	
22	在轉身後和拉起假人前露出水面。
17	在水中借助泳池設施帶起假人(如水道繩、台階、排水管或水中設施等)不包括池底
18	在假人頭頂超過5公尺線前，未以正確方式拖帶假人（不穿蛙鞋帶假人）。
19	使用不正確技術拖帶假人。
21	碰觸終點或轉身池壁前，放開假人。
15	到達終點時未碰觸池壁。
穿蛙鞋帶假人	
17	拖帶假人出水面時，使用泳池的設備協助（如：水道繩、階梯、排水設備等）不包括池底。
23	在假人頭頂超過10公尺線前，未以正確方式拖帶。
19	使用不正確技術拖帶假人。
21	碰觸終點或轉身池壁前，放開假人。
15	到達終點時未碰觸池壁。

代碼	取消資格
穿蛙鞋救援浮標拖帶假人	
24	在固定救援浮標於假人身上時，採用泳池內的任何設備協助（如：水道繩、階梯、水下器材）。

30	選手在碰觸轉身池壁前扣上救援浮標。
27	假人扶持員在選手碰觸轉身池壁後，沒有立即放開假人。
28	假人扶持員將假人推向選手或終點池壁方向。
25	假人扶持員，安置假人動作錯誤或選手碰池壁後，仍與假人有接觸。
29	假人扶持員在比賽中故意入水或干擾其他選手表現或比賽判決。
26	在 50/150 公尺處，未觸及池壁先接觸假人。
31	救援浮標固定假人方式錯誤（例：未扣在雙臂下和未扣上 O 型環）。
32	未在 10 公尺線內用救援浮標固定假人（以假人頭頂來判斷）。
34	在假人頭頂超過 10 公尺線時，救援浮標繩子未完全伸展。
35	超過 10 公尺線後，未完全伸展浮標繩子拖帶假人(除非選手停下重新固定假人身上的浮標)
33	以推或帶，而非拖拉方式帶假人。
36	浮標正確固定在假人後又分離。
37	碰觸終點池壁時，假人沒有用救援浮標固定好。
15	到達終點時未碰觸池壁。
超級救生員	
17	在水中借助泳池設施帶起假人(如水道繩、台階、排水管或水中設施等)不包括池底
18	在假人頭頂超過 5 公尺線前，未以正確方式拖帶假人（不穿蛙鞋帶假人）。
19	使用不正確技術拖帶假人。
20	拖假人時，假人臉在水面下。
21	碰觸終點或轉身池壁前，放開假人。
24	利用泳池設備協助(如用浮標固定假人時，利用消波繩)
30	選手在碰觸轉身池壁前扣上救援浮標。
27	假人扶持員在選手碰到轉身牆後，沒有立即放開假人。
28	假人扶持員將假人推向選手或終點池壁方向。
25	假人扶持員未正確放置假人，或在選手觸及轉身池壁接過假人後，扶持員仍接觸假人
29	假人扶持員在比賽中故意入水或干擾其他選手表現或判決。
26	在 50/150 公尺處，選手未碰觸池壁前接觸假人。
31	救援浮標固定假人方式錯誤（例：未扣在雙臂下和未扣上 O 型環）。
32	未在 10 公尺線內用救援浮標固定假人（以假人頭頂來判斷）。
33	以推或帶，而非拖拉方式帶假人。
34	在假人頭頂超過 10 公尺線時，救援浮標繩子未完全伸展。
35	超過 10 公尺線後，未完全伸展浮標繩子拖帶假人。
36	浮標正確固定在假人後又分離。
37	碰觸終點池壁時，假人沒有用救援浮標固定好。
15	到達終點時未碰觸池壁。
拋繩	
50	溺者在抓繩時放開橫桿。
52	拋繩者拖回溺者時未使用手臂。以步行或跑步，且將繩子抓緊在雙手或環繞身體任何部位。未確保一個淨空地區供救者拖回溺者。雖未強制要求，可以在地上畫線或用暫時的繩子或膠帶貼在泳池壁垂直後方約 2 公尺處。拋繩者在此區域內退後的動作，不視為犯規。
54	溺者在其他水道抓繩。
55	當拋繩者將溺者拉往終點池壁時，溺者未面向前方。
56	當拋繩者將溺者拉往終點池壁時，溺者沒有兩手抓住拋繩（溺者因為要碰觸池壁，可以一手放開繩子）。
57	溺者以雙手交替方式「爬」拋繩。
51	拋繩者在開始後到 45 秒完成信號聲響起前，未停留在分配的水道內而妨礙其他選手。
53	溺者在 45 秒完成信號聲響前離開水中。
58	拋繩者做練習。
15	到達終點時未碰觸池壁。

混合救生員拖帶假人	
16	下潛至第一個假人前，沒有出水面

17	利用泳池設備協助(如水道繩、階梯、排水管)－不包括蹬池底帶假人出水面。
18	在假人頭部過5公尺拾起區前，未能以正確姿勢拖帶假人。
19	使用不正確的技術拖帶假人，如S3-3假人所描述。
21	在接觸轉身池壁前，放開第一個假人。
24	借助任何泳池設施(如水道繩、階梯)協助，以救援浮標固定第二個假人時。而且最淺游泳池深度可以讓選手固定假人時站立(DQ24)
30	選手在接觸轉身池壁前，扣上救援浮標的扣環。
27	在選手接觸假人後，假人扶持員未立刻放開假人(在接觸轉身池壁並穿蛙鞋後)
28	假人扶持員朝選手或終點方向推假人。
25	假人扶持員以不正確姿勢扶持假人，或者在選手抓住假人後，仍故意接觸假人。
29	假人扶持員故意在比賽中進入水中，或者進入水中妨礙別的選手或是比賽的判決。
26	在50公尺處，選手在有意地接觸假人前，未接觸游泳池壁。
31	不正確的固定救援浮標在假人身上(例：沒有環繞假人雙手臂下以及未扣上O型環。
32	於10公尺拾取區內未將救援浮標固定在假人身上，以假人頭部判定。
34	假人頭部通過10公尺線前，救援浮標繩子未完全伸展。
35	過10公尺線時，救援浮標繩子未完全伸展拖帶假人。
20	拖帶時假人臉部在水面下。
33	以推或手帶，而非拖假人。
36	在救援浮標正確的固定在假人身上後，救援浮標和假人分開。
37	碰觸終點時救援浮標未扣住假人。
15	接觸終點池壁失敗。
代碼	取消資格
	假人接力
18	在假人頭頂超過5公尺線前，未以正確方式拖帶假人(不穿蛙鞋帶假人)。
19	使用不正確技術拖帶假人。
20	拖帶時假人臉部在水面下。
17	拖帶假人出水面時，使用泳池的設備協助(如：水道繩、階梯、排水設備等)－不包括池底。
42	假人接力交棒： ·在交換區前或後。 ·在第二位選手碰觸池壁前。
39	假人交接時接受第三位選手的幫助。
43	在下一位選手抓住假人前先鬆開假人(也就是說兩個選手的一隻手都必須接觸假人)。
21	碰觸終點或轉身池壁前，放開假人。
15	到達終點時未碰觸池壁。
40	同一位選手參加兩棒以上。
41	在前一個選手碰到牆之前離開出發台。
	障礙游泳接力

11	由上方通過障礙網未立即由網上或網下返回，再由網子下方通過。
12	出發入水或轉身後，在障礙網前未出水面。
13	在每次通過障礙網後未露出水面。
41	在前一個選手碰到池壁之前離開出發台。
15	到達終點時未碰觸池壁。
50	選手在完成自己的棒次後，再次進入水中。
40	同一位選手參加兩棒以上。
混合接力	
41	在前一個選手碰到池壁之前離開出發台。
44	第三位選手碰到轉身池壁之前，第四位選手碰到救援浮標繩帶、線或其他救援浮標的部分。
45	選手扣上救援浮標扣環。
46	溺者抓救援浮標的繩子。
47	溺者以手助游或雙手未握住救援浮標。
48	通過 10 公尺線後，溺者未握住救援浮標或脫落。
49	第四位選手在拖帶溺者超過 10 公尺線時，救援浮標繩未完全伸展。
40	同一位選手參加兩棒以上。
15	到達終點時未碰觸池壁。
50	選手在完成自己的棒次後，再次進入水中。
游泳池救生員接力	
19	使用不正確技術拖帶假人。
20	拖帶時假人臉部在水面下。
21	碰觸終點或轉身池壁前，放開假人。
17	拖帶假人出水面時，使用泳池的設備協助（如：水道繩、階梯、排水設備等）—不包括池底。
59	第三名選手在假人頭部出水面前，離開池壁或抓住假人。
60	第四名選手在第三名選手碰觸池壁前接觸假人。
39	假人交接時接受第三位選手的幫助。
43	在下一位選手抓住假人前先鬆開假人（也就是說兩個選手的一隻手都必須接觸假人）。
15	到達終點時未碰觸池壁。
40	同一位選手參加兩棒以上。
61	選手在完成接力棒次後和聞信號前離開泳池。
41	在前一個選手碰到池壁之前離開出發台。
50	選手在完成自己的棒次後，再次進入水中。
拖溺者接力	
40	第四位選手在上一位選手觸壁前，放開接觸池壁/跳台。
17	借泳池設備協助(如水道繩、階梯)—在固定環繞溺者時(除了泳池的最低深度可以讓選手站立)。
30	選手(救者)在觸壁前，扣上救援浮標扣環。
61	救者未固定扣上溺者(以溺者頭部通過10公尺線判定)。
62	溺者變成和救援浮標未接觸(除了浮標的技術缺陷—浮標技術缺陷)，在通過10公尺線以及在救者觸終點池壁前。
63	溺者沒有以背部朝下的方式扣在救援浮標內，並且未在救者之後。
64	溺者游仰式或是手出水面還原的方式游泳。
65	注意：溺者手在水下幫助拖帶或是將手臂重放置頭部前方得到流線型，不取消資格。 溺者在在救者之前，觸終點池壁。
39	一位選手在比賽時比二棒以上的棒次。
15	觸終點池壁失敗。
49	選手在完成接力棒次後重新進入水中。

