競賽比賽規則手冊

Hong Kong Taspony Association

香港手綿球總會

目錄

- 場地規格 ---------- 3
- 球網與球柱 ---------- 3
- 比賽用球 ---------- 4
- 比賽項目 ---------- 4
- 計分方法 ---------- 4
- 比賽程序與裁判角色 ---------- 4
- 交換場地 ---------- 5
- 發球 ---------- 5
- 接發球 ---------- 5
- 單打 ---------- 5
- 雙打 ---------- 5
- 發球和接發球失誤 ---------- 6
- 犯規 ---------- 6
- 重賽 ---------- 7
- 界線與裁判法 ---------- 7
- 繼續進行比賽 ---------- 7
- 其他 ---------- 8
- 軟式手綿球賽例 ---------- 9 - 11
- 家庭手綿球賽例 ---------- 12 -13

手綿球 (Taspony) 賽例簡介

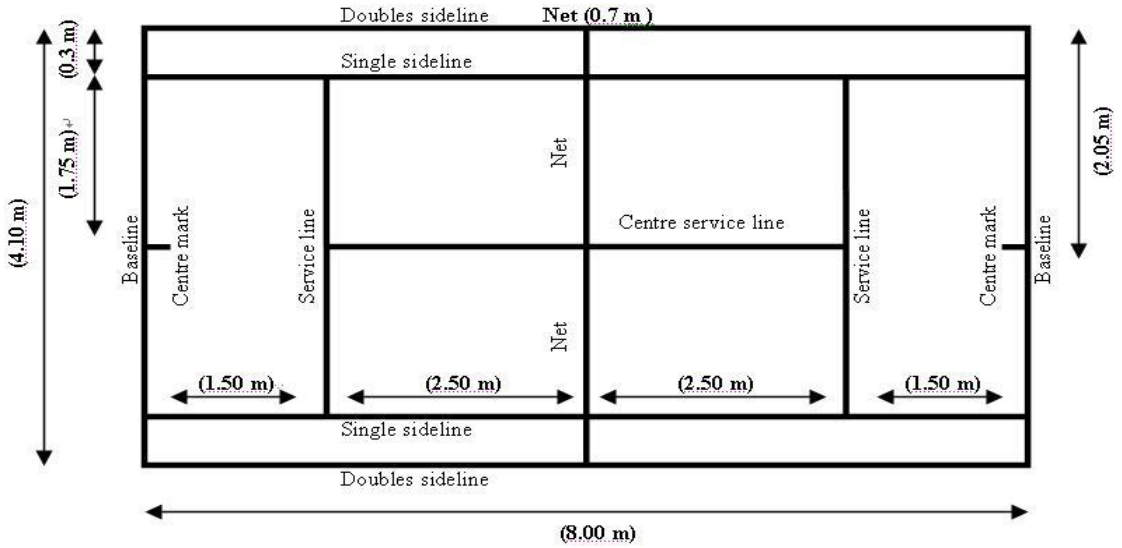
1. 場地規格

1.1 手綿球的球場大小為長 8 米，闊 4.1 米。通常會在體育館或室內場地進行比或訓練，面積大概佔用三分二個羽毛球場，一般的壁球室亦足夠容納一個手綿球場
。

1.2 參照手綿球場圖示- 每條界線需有 40-50 毫米闊，以清楚顯示球場邊界、中線及發球線。

1.3 界線需以白色為主。但可因應情況轉變顏色。

1.4 所有界線必須符合球場尺寸要求。在右邊發球區，中線對出的左邊邊緣應清楚顯示邊界線。在左邊發球區，中線對出的右邊邊緣應清楚顯示邊界線而在右發球區，中線對出的左邊邊緣應清楚顯示界線延伸。在左邊發球區，中線對出的右邊邊緣應清楚顯示界線延伸。



2. 球網與球柱

2.1 以 TASPONY 手綿球專用網為主。球網的顏色應為綠色或相近的顏色。球網中間的網孔應保持適當大小，以令球不能從中間穿過。

2.2 球網的頂緣應以兩條闊 7 厘米的白布接連在一起，白布中間的空隙應可讓圓形金屬球柱自由從兩邊穿過。

2.3 球網應該固定在球柱上。球網的高度應該保持在 70 厘米。如有需要，可增加額外球柱作固定，但以不影響比賽進行為原則。

2.4 球網應該得到充分的伸展並平均分佈於球柱上。而球網的下端應該觸及地面。

3. 比賽用球

3.1 比賽用球需要為圓形、由海綿製成的白色或黃色的球。球的標準尺寸應為直徑 17 厘米及重 50 克。而尺寸的差異不可超過 5%。

3.2 比賽用球從 50 厘米高(以球的最底端為準)的位置跌落時，其彈地後的標準高度應界乎 25 至 35 厘米。

3.3 比賽用球應該有日本手綿球總會的認可標誌。

4. 比賽項目

- 單打（男子、女子）和雙打（男子、女子、混合），一共 5 項。

5. 計分方法

- 比賽採取 3 局 2 勝制，但亦可以按情況採用 1 局勝制。
- 比賽為 21 分一局。女性單打及男性高齡單打則為 15 分一局。一局的分數可按比賽需要而減少，但必須以奇數為一局終結的得分。
- 以香港為例，一般比賽為 11 分一局或 15 分一局。

6. 比賽程序與裁判角色

- 比賽進行前，雙方球員在主裁判指示下進行擲毫，勝方可決定以下其中一項的選擇，另一方則只能進行餘下的選擇
  (1) 發球權或接發球權 或
  (2) 選邊
- 運動員聽到主裁判叫「準備」即就位，「Play Taspony」，即開始競賽。
- 比賽需在主裁判示意下才可開始。
- 雙打比賽中，比賽開始前雙方隊伍需向主裁判決定哪位球員先發球或先接發。
- 主裁判應宣佈 “出界” (OUT) (當犯規出現時) 或 “重賽”(LET)以暫時中斷進行的比賽。
- 副裁判主要以手號判決協助主裁判，並不直接參與判決，最終判決權由主裁判決定。

7. 交換場地

- 雙方球員需在以下情況交換場地:
  (1) 第一局結束後;
  (2) 第二局結束後(如需進行第三局比賽);
  (3) 第三局領先一方得分超過該局總比數的一半;
- 如果沒有在比賽中執行規例 15，應盡快在不影響比賽進行的情況下予以修正，並以當時的比數繼續進行比賽。

8. 發球

8.1 發球需符合以下情況才算有效:
(1) 發球員必須雙腳站在底線以外發球，當球彈地後，用單手將球擊出
(2) 發球需越過球網並落在對角的發球區內。

8.2 如果發球者得分後，同一發球者將左右交換發球區繼續發球。如發球者連續取分， 每一分都需要轉換發球區，除非遇到重賽，否則不能重覆發球區。

9. 接發球

9.1 接球者需待球在發球區彈地後才可回擊。

9.2 在雙打比賽時，接球隊伍的接球者的位置應符合規例 11.1 (3) 和 (4)。

10. 單打

10.1 發球區與接球區
(1) 發球者得分為 0 分及偶數時，需在右邊發球區發球。
(2) 發球者得分為奇數時，需在左邊發球區發球。
(3) 接球者需待球在發球區彈地後才可回球。

10.2 對賽狀況及球員位置
在每分對賽中，雙方球員需在各自比賽場區內進行來回對打，直至球出界、落網、犯規或有一方得分為止。

10.3 發球與計分
(1) 發球者得分後，同一發球者需轉到另一邊發球區發球。
(如發球者在右邊發球區得分，下一分需在左邊發球區發球)
(2) 接球者得分後，發球權轉移到接球者，並成為新的發球者。

11. 雙打

11.1 發球區與接球區
(1) 發球隊伍得分為 0 分或偶數時，發球隊伍的發球者需在右邊發球區發球。
(2) 發球者得分為奇數時，發球隊伍的發球者需在左邊發球區發球。

(3) 當發球隊伍的發球者在右邊發球區發球時，接球隊伍應在右邊球區的接球者回球。反之亦然，當發球隊伍的發球者在左邊發球區發球時，接球隊伍應在左邊接球區的接球者回球。

(4) 所有的發球應該根據發球隊伍當時的分數而站到適當的發球區(除了觸犯 規例 8 外)。

11.2 對賽狀況及球員位置

- 當發球隊伍的發球被接回後，雙方隊伍的球員的位置均可以自由移任何一位隊員均可以將來球擊回而沒有限制，直至球出界、落網、犯規或有一方得分為止。

11.3 發球與計分

(1) 如發球隊伍得分後，發球隊伍的同一發球者應到另一邊發球區發球，其隊友亦會轉換位置。(如發球者在右邊發球區得分，下一分需在左邊發球區發球，其隊友站到右邊場區準備)。

(2) 如接發球隊伍得分後，發球權轉移到接發球隊伍，並成為新的發球隊伍。

(3) 勝出第一局的隊伍，將會在第二局首先發球。

11.4 發球的次序

- 在任何比賽下，發球次序應依照以下的順序進行。ADBCADBC…直至比賽結束。
  (A 球員是首發球者，B 球員是首發球者 A 的隊友，C 是首接球者，D 是首接球者的隊友)

12. 發球與接發球失誤

12.1 以下情況會導致發球或接發球失誤:

(1) 發球落到錯誤的發球區 或

(2) 在錯誤的發球區發球 或

(3) 在錯誤的接球區接球而比賽正在進行。

12.2 雙方球員如對該分的判決表示質疑，可在得分之間的空檔向主裁判提出質詢，如主裁判接受，應對錯誤進行更正，但分數不改。

13. 犯規

13.1 當其中一方球員犯規，另一方將直接得分

a 發球犯規

- 發球者違反 規例 8.1；或發球時打空；
- 腳踩或跨越發球區；
- 拋出的球在場區內；
- 拋出的球在落地之前觸及球員的身體及衣著；
- 停止發球的意圖不明。

b. 接球犯規

- 接球者違反 規例 9。

c. 出界
- 擊出的球落到對方場區以外的位置。或擊出的球觸及球網、球柱與及對方球員以外的人或物件。

d. 兩次觸地
- 球員未能把球在一次彈地之後回擊到對方場區。

e. 越網
- 球員的身體或服飾越過球網。
- 球員的身體或服飾觸碰球網或球柱。

f. 觸球
- 雙打比賽時，同隊的球員同時或連續擊球。

g. 連擊球
- 同一球員連續擊球。

h. 握球
- 球員用手握住，推出及拿起球，其目的並非撞擊來球。

i. 雙手擊球
- 球員用雙手擊球。

j. 觸身球
- 球觸及球員手掌、手背及手指頭以外的身體部位。

k. 干擾
- 干擾對方擊球的行為。

14. 重賽

- 當重賽出現或主裁判判決重賽時，該球得分不作計算，並由發球者重新發球
  - 球員在主裁判示意前發球。
  - 突發情況出現時影響雙方球員及正在進行的比賽。
  - 雙方球員同時犯規。
  - 當主裁判和副裁判同時難以對該球作出判決時 (如果其中一方接受主裁判不利的判決，不作重賽) 。
  - 所發的球觸碰球網或球柱後落到正確的發球區。
  - 所發的球觸碰球網或球柱後並在落地之前觸及接球隊員。

15. 界線與裁判法

15.1 所有界線及界線的延伸均為有效範圍。

15.2 當球觸及地面時的任何一刻觸及球場 – 包括界線在內，為界內球。

16. 繼續進行比賽

16.1 比賽一經開始，應該繼續進行直至比賽結束，分出勝負為止。

16.2 球員不可延誤比賽以恢復體力。

16.3 如果其中一方球員違反上述規例 16.1 及 16.2，主裁判會對該球員作出警告，當同一球員被第二次警告時，該球員或其所屬隊伍將會被判落敗。

16.4 在第二局結束與第三局開始之間有 2 分鐘休息時間。

17. 其他

17.1 當比賽發生規例以外的情況，主裁判、副裁判及大會工作人員作商議並作出合理的最終判決。

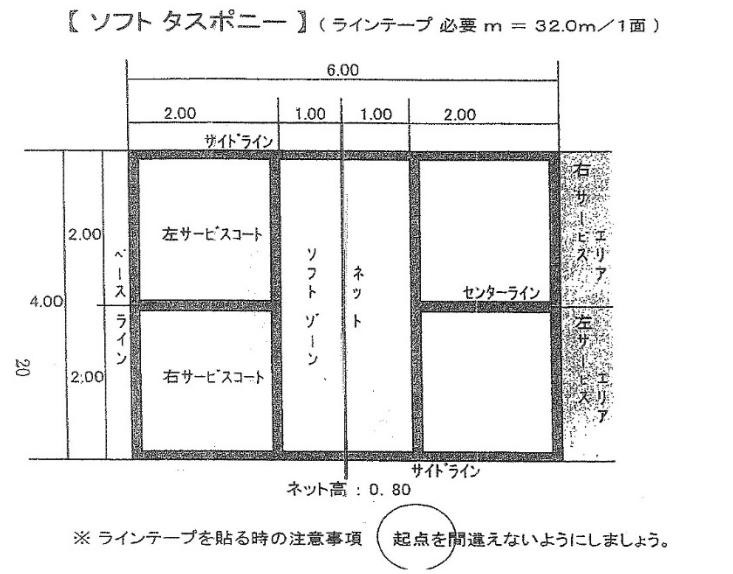
17.2 球員應接受最終的判決結果。

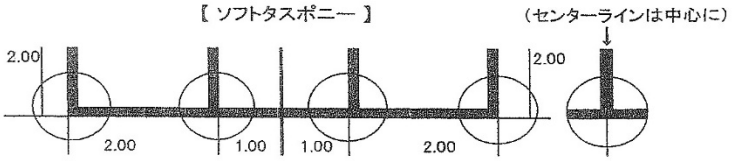
17.3 如有需要，高齡組別比賽可舉行。男子組與女子組的參加者需要在比賽當日超過 60 歲。而規例可因應比賽的目的及參加者的年齡分佈作調整。

軟式手綿球 (Soft Taspony) 賽例簡介

1. 場地規格及球網

1.1 手綿球的球場大小為長 6 米，闊 4 米。球網的高度 80 厘米。





2. 形式

2.1 軟式手綿球只有雙打項目，並沒有單打項目。

3. 計分方法

3.1 普遍採用三局兩勝制，8 分一局。第一局獲勝的隊伍得到第二局的發球權，第二局獲勝的隊伍會得到第三局的發球權。亦可依各種情況調整分數及或一局，但必須以奇數為一局，採用直接得分制。

3.2 若雙方在每局局數將近結束時，而比數為 7 比 7，則進行 Deuce 規則，即任何一方需領先兩分，才取得勝局。

4. 開賽前

4.1 比賽進行前，雙方球員在主裁判指示下進行擲毫，勝方可決定以下其中一項的選擇，另一方則只能進行餘下的選擇
(1) 發球權或接發球權 或
(2) 選邊

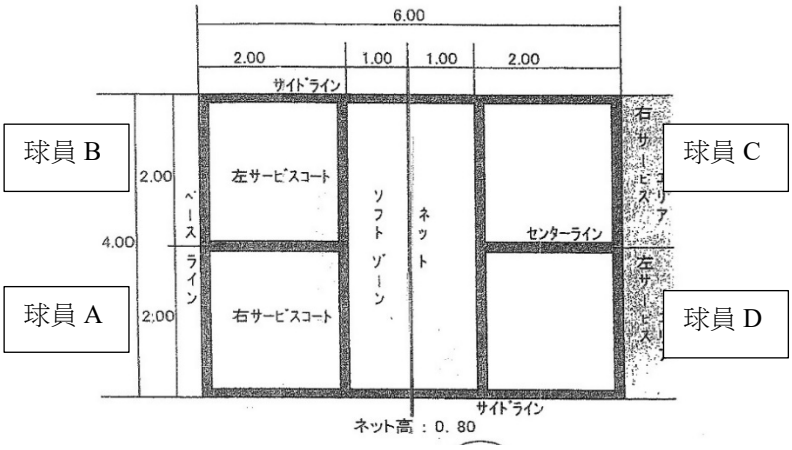
4.2 運動員聽到主裁判叫「準備」即就位，「Play Taspony」，即開始競賽。

5. 發球

5.1 發球員必須雙腳及手綿球在場區外發球，當球彈地後，只可用單手將球擊出。

5.2 發球需越過球網並落在對角的發球區內。

5.3 在每局內，每隊各自需要發球 4 分，每隊球員輪流發球，每局發球次序 A->B->A->B->C->D->C->D。每分得分後，只需轉換發球者，不用轉換發球位置。



5.4 每分的發球會有兩次發球機會。

5.5 如果發球者得分後，需轉換發球位置繼續發球 (零分或雙數分在右邊，單數分在左邊)

6. 接發球

6.1 接球者需待球在發球區彈地後才可回擊，之後雙方球員可自由移動擊球，沒有限制。

6.2 除發球的第一球外，之後未落地的球均可直接還擊。

7. 犯規

如其中一方球員犯規，另一方將直接得分

7.1 發球犯規

i. 打空球

ii. 腳踩或跨越發球線

iii. 擊出的球在發球區外

iv. 擊出的球在落地之前觸及球員的身體或衣著

7.2 出界

i. 擊出的球落到對方場區線以外的位置

ii. 擊出的球觸及球網

iii. 球柱而落在己方與及對方球場以外的人或物件

7.3 越網

i. 球員的身體或服飾觸碰球網或球柱或越過球網。

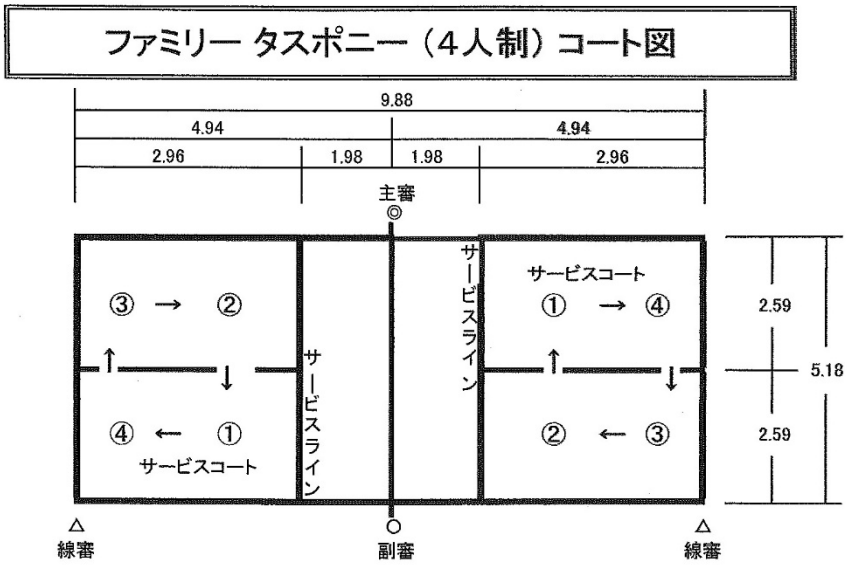
7.4 同隊 / 同一球員連續擊球 (包括雙手擊球)。

7.5 用手握住球，而非撞擊來球。

家庭式手綿球 (Family Taspony) 賽例簡介

1. 場地規格及球網

1.1 家庭式手綿球的球場大小為長 9.88 米，闊 5.18 米。球網的高度 80 厘米。



2. 形式

2.1 家庭式手綿球每隊出場人數為 4 人。

2.2 每隊有 4 至 6 位球員，每隊有 4 位球員出場比賽，餘下 2 位球員為後備球員

2.3 每隊的球員組成不限性別及年齡，可根據比賽性質及對象年紀作調整。一般而言，每隊會包括 2 位成人球員及 2 位兒童 (12 歲或以下) 球員。

3. 計分方法

3.1 普遍採用 3 局 2 勝制，21 分一局。亦可依各種情況調整至 1 局勝制，而分數依各種情況而減少，但必須以奇數為一局，採用直接得分制。

4. 開賽前

4.1 比賽進行前，雙方球員在主裁判指示下進行擲毫，勝方可決定以下其中一項的選擇，另一方則只能進行餘下的選擇
(1) 發球權或接發球權 或
(2) 選邊

4.2 運動員聽到主裁判叫「準備」即就位，「Play Taspony」，即開始競賽。

5. 發球

5.1 發球者需站於位置 1 發球。

5.2 發球需符合以下情況才算有效:
(1) 發球員必須雙腳站在底線以外發球，當球彈地後，用單手將球擊出
(2) 發球需越過球網並落在對角的發球區內

5.3 擁有發球權的隊伍得分時，①往④、④往③、③往②、②往①移動，①位置的選手進行發球。此時接球方選手不需要轉換位置。

5.4 站於對角發球區的隊伍，在球著地回彈後，不論①或④的選手皆可進行接球。

6. 接發球

6.1 接球隊伍的接球者需待球在發球區彈地後才可回擊，之後雙方球員可自由移動擊球，沒有限制。

6.2 除發球的第一球外，之後未落地的球均可直接還擊。
備註:成人球員的限制：不可越過發球區域，進行扣殺動作。

7. 得分與發球權轉換

7.1 採用直接得分制。發球方得分，會轉換隊員發球。接球方得分，發球權會轉換到接球方。取得發球權的一方，球員需要順時針轉換位置，即②的選手往①移動，開始下一分的發球。

7.2 勝出第一局的隊伍，將會在第二局首先發球。勝出第二局的隊伍，將會在第三局首先發球。

7.3 轉換場地會於第二局比賽前或第三局比賽前進行。在第三局比賽 (或以一局比賽制) 的比賽中，其中一隊分數過總分的一半，都需要轉換場地。

*中文規例的修訂會根據日本手綿球協會的最新版本　　香港手綿球總會