

国家体育总局湛江潜水运动学校

“2026 湛江国际潜水大赛”水肺潜水公开赛 竞赛规程

一、竞赛日期和地点

比赛时间：2026 年 11 月 13 日至 11 月 16 日

11 月 13 日报到

11 月 14 至 15 日比赛

11 月 16 日离会

比赛地点：广东省湛江市霞山区海滨大道南 42 号国家体育总局湛江潜水运动学校蹼泳馆

二、参赛单位

全球范围内潜水相关单位及年满 18 周岁的潜水爱好者。

三、竞赛项目

（一）个人单项（男女相同）：50 米打捞、100 米障碍、100 米潜游。

（二）双人混合：供气 50 米。

（三）混合接力：4×50 米。

说明：混合项目至少有一名女性。

四、参赛办法

（一）参赛运动员需至少持有“中国滑水潜水摩托艇运动联合会”一星潜水员证书，或其他体系同等级别或更高级别的证书，方具备参赛资格。（部队、消防、海警、公安等相关单位参赛时，

（二）各参赛单位可报领队 1 名，教练 1 名，运动员总数不超过 6 人，每名运动员只能代表一支队伍参加比赛，每代表队每名运动员限报 1 项个人赛项目，其他项目不限。

（三）各参赛队及参赛运动员须对参赛风险进行自我评估，并自主决定参赛行为，同意遵守竞赛规程及细则，自愿承担赛事期间的有关风险与责任。各队运动员须在参赛前签署《自愿参赛责任书》（附件 2），并自行购买赛事期间的相关保险，否则不予参赛。

（四）参赛队交通费用自理，其他费用由组委会承担。

五、竞赛方法

（一）参照世界潜水联合会（CMAS）最新《水肺潜水竞赛规则》。

（二）所有项目均采用一次性决赛。

（三）运动员不得无故弃权、凡无故弃权者，取消该项目成绩，不得参加后续比赛。

（四）比赛项目按竞赛日程安排表执行。

六、录取名次、计分办法与奖励

（一）录取名次

1. 各项目分别录取前八名。不足 8 人（队）参加，则按实际参赛人（队）数全部录取。

2. 单项比赛成绩相同者，名次并列。

（二）计分方法

获得各单项前 8 名者，分别按 9、7、6、5、4、3、2、1 计

分（供气和接力项目计分加倍），以此类推。名次相同者，按得分相同计算。团体总分以其运动员获得名次得分总和累计，如遇得分相等以获第一名多者名次列前，以此类推。

（三）奖励

1. 对获得单项、接力前 3 名颁发奖牌，前 8 名颁发成绩证书。
2. 团体总分奖，分别录取前 8 名，其中前三名团队颁发奖牌，4-8 名颁发团队证书。

七、竞赛器材

- （一）除气瓶、配重和打捞袋外，竞赛潜水装备自备。
- （二）自备的竞赛器材及装具必须符合国家相关要求。

八、仲裁办法

- （一）各代表队都有权对有异议的裁判判决提出抗议：

1. 抗议申请书由大会提供、领队填写签字并于当组比赛后 30 分钟内提交给总裁判长，同时缴交抗议费人民币 500 元。

2. 总裁判长必须对所有抗议作出解答，如果驳回抗议，在抗议书上填写驳回理由，并将抗议书交回代表队。

3. 如代表队的抗议被驳回，可向仲裁委员会提出申诉，总裁判长应将抗议书提交给技术代表，由技术代表召集仲裁委员对申诉进行复议和裁决。

4. 提出申诉的代表队领队将在 12 小时内收到由技术代表转交的《仲裁委员会决议证明书》，该项裁决为最终裁决。

5. 如果胜诉，大会向提出抗议的代表队退回抗议费。

- （二）如对大会仲裁的最后裁决仍有异议，根据国家体育总

局 30 号令《体育仲裁规则》，提请“中国体育仲裁委员会”审理。

九、仲裁委员会和裁判员

仲裁委员会人员组成和职责范围按《仲裁委员会条例》执行；主要裁判员由国家体育总局湛江潜水运动学校选派、不足人员由承办单位选派；仲裁和裁判员报到见赛事通知。

十、报名与报到

（一）即日起至 2026 年 10 月 31 日 24:00 止，登录网站：swiminfo.cc/matchlist1.aspx 报名，同时下载并填写《“2026 湛江国际潜水大赛”水肺潜水公开赛报名表》，由所在单位加盖公章，以 PDF 文件形式发送至邮箱 zjqxqsc2025@163.com。

（二）逾期报名，以不参加论。报名表发出后、不得更改。

（三）请各参赛队于 11 月 13 日报到，并递交 2026 年运动员身体检查证明和意外伤害保险。

（四）组委会联系人：冯宁宁 18922082144

赛事报名联系人：陆俊豪 18998797295

十一、其他事宜

未尽事宜，另行通知。

- 附件：1. “2026 湛江国际潜水大赛”水肺潜水公开赛
竞赛日程表
2. “2026 湛江国际潜水大赛”水肺潜水公开赛
竞赛报名表

3. “2026 湛江国际潜水大赛” 水肺潜水公开赛自愿
参赛责任书
4. “2026 湛江国际潜水大赛” 水肺潜水公开赛竞赛
规则



附件 1

“2026 湛江国际潜水大赛”水肺潜水公开赛
竞赛日程表

11 月 14 日(第一场)	11 月 14 日(第二场)	11 月 15 日(第三场)	11 月 15 日(第四场)
男子 100 米障碍	男子 100 米潜游	男子 50 米打捞	双人混合 50 米供气
女子 100 米障碍	女子 100 米潜游	女子 50 米打捞	混合 4*50 米接力

附件 2

“2026 湛江国际潜水大赛”水肺潜水公开赛
竞赛报名表

代表队（章）：

姓名			联系电话		
性别			参赛身份		
身份证号					
领队姓名			联系电话		
教练员 姓名			联系电话		
报名项目	50 米打 捞	100 米障 碍	100 米潜 游	双人 50 米 供气(混合)	4*50 米接力
最好成绩					
备注	1. 报名时，请将本表填写完整，单位盖章（如个人参赛，填名字），参赛者签名，把 PDF 电子版发送至指定邮箱。 2. 报到时，请将本表原件，并与其他相关资料复印件一并提交。 3. 运动员报名时，项目不能为空，为空按无报名信息处理。				

附件 3

“2026 湛江国际潜水大赛”水肺潜水公开赛 自愿参赛责任书

1. 我充分了解本次活动期间的训练或比赛有潜在的危險，以及可能由此而导致的受伤或事故，我会竭尽所能，以对自己安全负责任的态度参赛。

2. 我完全了解自己的健康状况良好，没有任何身体不适，没有任何不适合参加水肺潜水活动、运动或比赛的疾病，这些疾病包括（但不仅限）：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、血糖过高或过低等。因此我郑重声明，可以正常参加本次水肺潜水公开赛。

3. 我本人愿意遵守本次比赛活动的规则和规定；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告知赛会裁判或官员。

4. 我本人以及我的继承人、代理人、个人代表或亲属将放弃追究所有因当次赛事活动导致伤残、损失或死亡的权利。

5. 我同意接受主办方在比赛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。

本人已认真阅读全面理解以上内容，且对上述所有内容予以确认并承担相应的法律责任，本人签署此责任书纯属自愿。

签名：

日期：

附件 4

“2026 湛江国际潜水大赛”水肺潜水公开赛 竞赛规则要点

一、比赛通则

（一）运动员按照正确的竞赛方法或比赛规则要求完成比赛，否则即算犯规取消成绩（DSQ）或罚时（+10s）。

（二）运动员必须在自己的泳道内按竞赛规则规定完成比赛，否则即算犯规。

（三）游出本泳道或用其他方式干扰、阻碍其他运动员者应取消成绩。

（四）由于某运动员犯规而干扰、阻碍其他运动员获得优良成绩时，则应准许被干扰、阻碍的运动员参加下一组比赛或单独补测成绩。

（五）运动员在“各就位”后身体未静止、抢跳（含接力）、延迟出发（耽误发令时间）即算犯规。

（六）游动过程中，运动员面部出水，即算犯规。

（七）每一个接力队应有四名队员，接力比赛中任何一名队员犯规即算该队犯规。在比赛中如颠倒棒次或冒名顶替者均应判为犯规。

（八）接力比赛时，如本队的前一棒运动员尚未到达接力区域，而后一棒运动员即离接力区域出发，即算犯规。

（九）运动员到达终点后，都应当留在自己的泳道中等候，直到总裁判长下令起水。运动员必须由泳池两侧离开，不得从池端起水。

（十）当出现装备缺失（如用呼吸管，则呼吸管丢失也须罚时）；着装不完整（如腰扣、肩扣未扣合时）；气瓶气压低于20Bar 等以上情形时罚时（+10s）。

二、竞赛器材

（一）强制性器材

1. 泳衣；
2. 潜水面镜；
3. 脚蹼（脚蹼长度在 70 厘米以内，材料不限，禁止使用单蹼。建议套脚式脚蹼）；
4. 调节器组（包含一级头+二级头+备用二级头（最大长度是 110 厘米）+残压表）；“调节器”的备用二级头只能在相关比赛项目中给需要使用的运动员使用；
5. 浮力调整装置。

（二）可选器材

1. 呼吸管（如果参赛者决定使用呼吸管时，它将被视为“强制性器材”，参赛者必须在比赛结束时向裁判出示）；
2. 手套；
3. 手表；
4. 潜水电脑；
5. 泳帽（根据游泳池的规定）；

6. 湿式潜水服；

7. 配重。

（三）禁用器材

1. 单蹼；

2. 额式呼吸管。

三、竞赛方法

单人项目：

（一）100 米障碍

1. **竞赛器材：**全套水肺装备（面镜、蛙鞋、浮力调整装置、调节器等）、水下 0 圈、水下沉底盒子。

2. **竞赛办法：**运动员在 50 米的泳池进行 100 米的障碍挑战，运动员在比赛过程中需要穿越 2 次长 2m 直径 90—100cm，顶端距离水面 50—100cm 的环形障碍，使用面镜脱着技术。（如图 1）步骤如下：

（1）运动员身着全套水肺装备，听到“出发信号”后跨步式入水潜游至 15m。

（2）着水肺装备穿越环形障碍。

（3）水肺潜至 45m 处将面镜脱下，并放至离岸边 5m 处的盒子里，完成转身后将面镜取回并重新戴上。

（4）水肺潜游至障碍 83m 处将水肺装备脱下后携带穿越环形障碍，通过障碍后将水肺装备穿上；

（5）水肺潜游，触壁完成比赛。

3. **违规行为：**

- (1) 违反比赛通则;
- (2) 步骤缺失;
- (3) 需要帮助;
- (4) 破坏器材;
- (5) 无法找到面镜。

4. 罚时行为:

- (1) 碰触一半以上的圆环;
- (2) 移动一个以上的圆环。

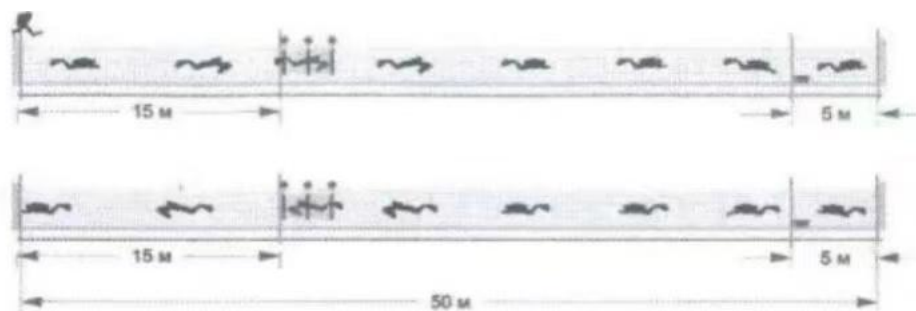


图 1

(二) 50 米打捞

1. 竞赛器材: 全套水肺装备、重物及打捞袋。

2. 竞赛办法:

在 50m 的泳池里进行, 运动员跨步式入水潜泳至泳池 25 米处, 仅用打捞袋将水下 4kg 的重物打捞起来后, 继续潜游至 50 米终点。(如图 2)

步骤如下:

(1) 运动员身着全套水肺装备, 打捞袋需折叠好挂在浮力调整装置上, 听到“出发信号”后跨步式入水, 潜游至 25m;

(2)运动员将打捞袋与重物相连,然后通过备用调节器向打捞袋内注入气体来提升重物直至打捞袋浮出水面并保持在水面上。

(3) 水肺潜游, 触壁完成比赛。

3. 犯规行为:

- (1) 违反比赛通则;
- (2) 步骤缺失;
- (3) 打捞袋未漏出水面。

4. 罚时行为:

- (1) 手动向上提重物;
- (2) 打捞袋在水面无法保持稳定。

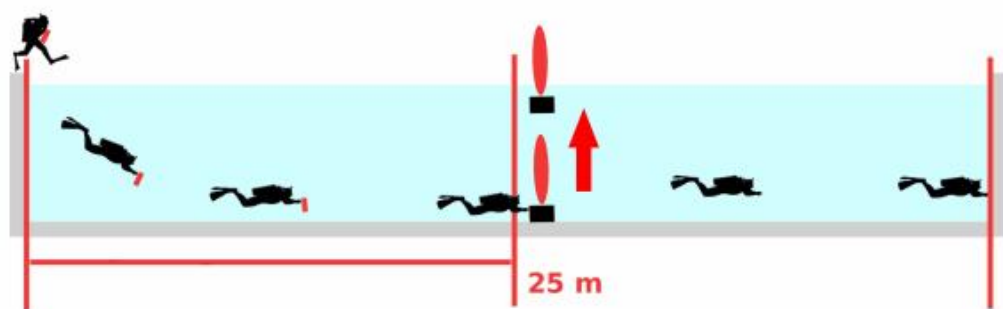


图 2

(三) 100 米潜游

1. 竞赛器材: 全套水肺潜水装备。

2. 竞赛方法:

(1) 运动员身着全套水肺装备, 听到“出发信号”后从出发台跨步式入水, 水肺潜游至 15m 线;

(2) 在水下 15m—35m 之间, 脱掉水肺装备, 保留脚蹼和面

镜，屏气潜游；

(3) 在 35m 线后浮出水面，水面蹿泳至 50m 转身处；

(4) 转身端可做短暂休息后，转身后在 3 米线前没入水下，屏气潜游至步骤 2 脱掉水肺装备的位置，穿上水肺装备；

(5) 水肺潜游，触壁完成比赛。

3. 违规行为：违反比赛通则或步骤缺失。

4. 罚时行为：

(1) 将装备置于 15 米线以前，或 35 米线以后；

(注：不得碰触分界线。)

(2) 在 35 米线以前出水；

(3) 35 米线至 50 米转身端出水后，装备缺失；

(4) 转身后未在 3 米线前没入水下；

(5) 着装时浮出水面。

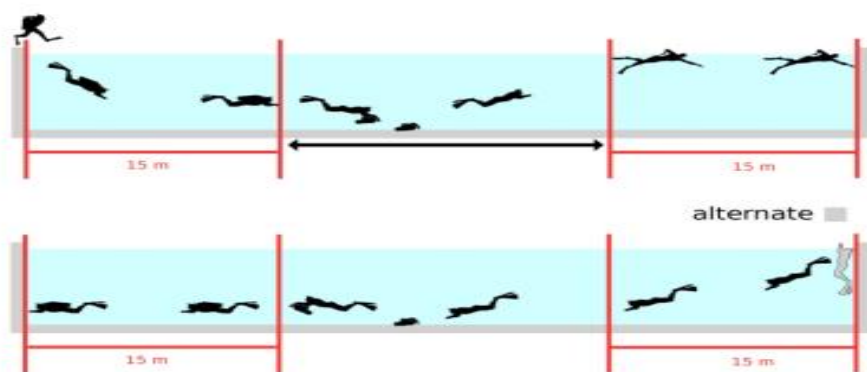


图 3

团队项目：

(一) 双人混合 50 米供气

1. 竞赛器材：全套水肺装备。

2. 竞赛方法：在 50m 的游泳池里进行。在比赛开始前，两名运动员并排站立出发，1 名运动员为供气者，使用整套水肺潜水装备，另 1 名运动员为受气者，仅使用面镜和脚蹼。供气管（备用调节器二级管）长度不得超过 110 厘米。比赛步骤如下：

（1）两名运动员按要求分别身着装备听到“出发信号”后跨步式入水，1 名运动员采用水肺潜游，另 1 名运动员采用屏气潜游；

（2）两名运动员游至 15m 前分别使用主调节器和备用调节器，共气水肺潜游，触壁完成 50m 的比赛。

3. 犯规行为：

（1）违反比赛通则；

（2）步骤缺失。

4. 罚时行为：

（1）过 15 米线后，尚未共气；

（2）调节器从受气者口中脱落。



图 4

（二）4×50 米接力

1. 竞赛器材：全套水肺潜水装备和接力棒。

2. 竞赛方法：

(1) 运动员身着全套水肺装备水下池边出发，一手抓出发台，一手持 30cm 长塑料管，听到“出发信号”后没入水中；

(2) 水肺潜游至 50 米后将接力棒给下一棒潜水员（水下出发，一只手需抓出发台）。游动过程中手持塑料管通过 3 米长线与鱼雷漂浮相连，比赛过程中保持中性浮力游动并保证浮标始终在水面上。直至最后一棒运动员的手部触及池壁，比赛结束。

3. 犯规行为：

(1) 违反比赛通则；

(2) 步骤缺失。

4. 罚时行为：

(1) 出发后未立即没入水下；

(2) 游动过程出水，罚 10 秒。

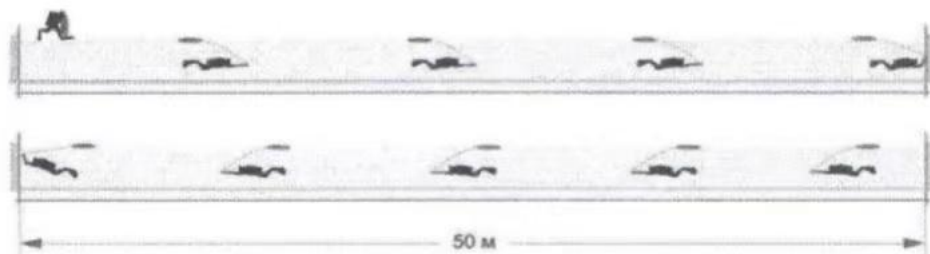


图 5