

# 106 年全國菁英盃經典健力錦標賽賽程表

| 日期          | 場次/級別               | 過磅時間        | 比賽時間  |
|-------------|---------------------|-------------|-------|
| 7月1日<br>星期六 | 世界女子選拔賽 47~+84 公斤   | 08:00~09:30 | 10:00 |
|             | 世界男子選拔賽 59~+120 公斤  | 10:00~11:30 | 12:00 |
|             | 長青組、社女組 47~52 公斤    | 12:00~13:00 | 14:00 |
|             | 長青組、社男組 59 公斤       | 14:00~15:00 | 16:00 |
|             | 長青組、社男組 66 公斤       | 15:30~16:30 | 17:30 |
| 7月2日<br>星期日 | 長青組、社女組 57~72 公斤    | 08:00~09:00 | 10:00 |
|             | 長青組、社男組 74 公斤       | 10:00~11:00 | 12:00 |
|             | 長青組、社男組 83 公斤       | 12:00~13:00 | 14:00 |
|             | 長青組、社男組 93 公斤       | 14:00~15:00 | 16:00 |
|             | 長青組、社男組 105~+120 公斤 | 16:00~17:00 | 18:00 |
| 7月3日<br>星期一 | 長青組、社女組 84~+84 公斤   | 07:00~08:00 | 09:00 |
|             | <b>開幕典禮 10:30</b>   |             |       |
|             | 高男組 53~59 公斤        | 10:00~11:00 | 14:00 |
|             | 高女組 43~57 公斤        | 13:00~14:00 | 15:00 |
|             | 高男組 66 公斤           | 14:00~15:00 | 16:00 |
|             | 高男組 74~83 公斤        | 15:30~16:30 | 17:30 |
| 7月4日<br>星期二 | 高女組 63~+84 公斤       | 08:00~09:00 | 10:00 |
|             | 高男組 93~+120 公斤      | 09:30~10:30 | 11:30 |
|             | 國男組 53~59 公斤        | 11:00~12:00 | 13:00 |
|             | 國女組 43~52 公斤        | 13:00~14:00 | 15:00 |
|             | 國男組 66~83 公斤        | 14:30~15:30 | 16:30 |
| 7月5日<br>星期三 | 國女組 57~+84 公斤       | 08:00~09:00 | 10:00 |
|             | 國男組 93~+120 公斤      | 10:00~11:00 | 12:00 |
|             | ※全部賽程結束後召開選訓會議      |             |       |
|             |                     |             |       |

※ 本表僅供參考，實際賽程時間表於大會期間再行確認公告。

※ 開幕日期、地點：

106/7/3 上午 10:30 分準時。

高雄市立中正運動場(高雄市中正一路 99 號)

※ 注意事項：

一、依據第八屆會員大會決議案，為便於行政作業之效率，全國錦標賽過磅時間調整為 **1 小時**，**非 1.5 小時**，敬請參賽單位教練、選手注意。

二、本次賽事為配合實施 IPF 國際健力總會推廣之世界經典健力錦標賽（不須穿著原健力比賽裝備），選手須穿著一件**連身式緊身衣**，**緊身衣之布料必須為單層彈性材質**，穿著時須完全貼合選手身體，不能有鬆弛部份。緊身衣之肩帶在試舉過程中必須全程拉至肩膀上方。