**2021亞太健力及臥推舉賽暨亞洲有裝及無裝臥推賽**

**2021Asian Pacific Powerlifting and Bench press Championship combined with Asian Bench Press Championship (equipped & classic)**

致香港運動員:

由於印度疫情嚴痠，印度放棄舉辦2021年度亞洲臥推賽，為免令亞洲運動員失望，亞洲健力聯會(APF)決定將亞洲臥推賽合併在亞太健力及臥推賽，原來亞洲臥推賽賽期為9月份第一星期，亞太賽賽期現改為8月29日-9月8日，亞洲臥推賽將採納原來賽期，日期為9月2-5日。是次比賽，全部現場直播，不接待現場觀眾。

(一) 比賽日期：

亞太健力及臥推舉賽: 2021年8月29日至9月8日

亞洲臥推舉賽: 2021年9月2日至9月5日

(二) 比賽地點：香港銅鑼灣利景酒店

(三) 運動員體重級別如下：

男子組：低於 53kg(少年組及青年組**)**、59kg、66kg、74kg、83kg、93kg、105kg、120kg、120kg

以上

女子組：低於 43kg(少年組及青年組) 、47kg、52kg、57kg、63kg、69 kg、76kg、84kg、84kg 以上運動員年齡組別如下：

公開組: 14 歲以上 (2007 年或以後出生)

少年組:14 歲至 18 歲生日年 (出生年份 2003-2007)

靑年組: 19 歲生日年至 23 歲生日年(出生年份 1998-2002)

元老一組：40 歲生日年至 49 歲生日年(出生年份 1972-1981)

元老二組：50 歲生日年至 59 歲 生日年(出生年份1962-1971)

元老三組：60 歲生日年至 69 歲生日年 (出生年份 1952-1961)

元老四組：70 歲生日年或以上(出生年份 1951及之前)

註: 在比賽日前的21日(三星期)或之後不可再更改體重級別

(四) 報名

2021年亞太健力及臥推賽賽的運動員名單已在5月4日訂出，如因改期未能參加，本會將退回所交款項。

運動員現可報名參加亞洲臥推賽，入選香港代表隊資格:

1. 必須是本會2021年度會員。
2. 參賽者必須持香港身份証，如持非永久居民身份証類別，必須証明居港時間達3年或以上。
3. 必須有2015年或之後的有效成績。
4. 運動員不可有參加過非IPF認可的比賽，或曾在此類非認可賽事中作為運動員或工作人員。
5. 亞洲臥推舉賽將會與亞太賽中有裝臥推舉及無裝臥推舉融合。即運動員可單獨參加亞太賽中臥推舉賽，或單獨參加亞洲臥推舉賽，或以一個比賽成賽，計入兩個比賽，爭取兩個比賽的獎牌及名次。
6. 任何年齡都可選擇參加公開組，亞太賽已交費後備運動員可優先參加及選擇體重級別及年齡組別。選擇體重級別及年齡組別先到先得，以交費先後作準，額滿即止。男女子公開及元老各組只可派出8名運動員參加某一年齡組別賽事，青少年組只可派出9名運動員，每體重級別只可最多提名2名運動員。
7. 運動員必須填妥表格，並寄回本會，地址為銅鑼灣奧運大樓1005室，或email到pokkimwon@hkwpa.org.hk，費用可交現金、支票，或以網上交費。如選擇不郵寄報名表格或支票，請先致電本會25048193 以作安排。

運動員須於2021年6月14日下午5時之前遞交報名表及完成交費,並以過數作實, 如到截止時限仍未有完成交費，報名自動取消。

(五) 服式與裝備

香港代表隊必須有港隊套裝，拍照及頒獎禮時穿著。比賽時須穿著國際健力總會(IPF)所規定之比賽服裝,運動員可在IPF網頁參考2021 Approved list。學生運動員可借用本會臥推舉衫(如有合適尺碼)，每件收取清潔費 HK$100，運動員須先付全數作為按金，如有破壞，按金不獲退回。

(六) 運動員需簽署運動員協議書，凡因運動員本身的疏忽或體能或其他一切意外所引致的傷亡，主辦機構無須負上任何責任。

(七)運動禁藥管制: IPF處理此兩個比賽藥檢

(八)費用

亞洲臥推舉賽並非康文處資助項目。所有年齡組別報名行政費HK$1600, 此費用包括比賽安排及管理、比賽紀念T恤、人名牌、香港紀念章、APF紀念章、紀念場刋, APF 雜誌、食水、禮品包。另加報名費每項$1200, 即如參加一項無裝或有裝臥推舉賽，須交費$2800，如同時參加無裝 及有裝臥推舉賽，須交費$4000。

運動員如已經參加亞太賽，欲再同時參加亞洲臥推舉賽，多角逐多一個比賽名次及獎牌，同項比賽收費$800，新增比賽項收費$1200。

亞太賽已交費後備運動員欲轉為參加亞洲臥推舉賽無須補回比賽費，本會繼續資助。

亞太賽如有運動員退出或尚有餘額，運動員仍可報名，但不設免比賽費，參加一項，需繳費共$2800,每加一項，加收$1200。截止日期為同日6月14日

運動員如2021年6月14日或之前退出，須扣除行政費$100，所餘部分將獲退回，運動員6月15日或之後退出，所有已交費用將不會退回 。

只參加亞洲臥推舉賽青少年組學生運動員將獲贈價值HK$650的裝備或港隊套裝，如退出比賽，此HK$650禮物將全數在退款中扣除。

(九)訓練

港隊運動員可有3次免費在本會灣仔訓練練埸地訓練，另可參加本會訓練班或技術改良班，以提高成績，如有需要在本會訓練場地作延續性訓練，或需用個人化訓練計劃，可致電 94149793，與本會聯席總教練卜錦文聯絡。

本會建議運動員在其他訓練場地訓練時，應選擇找本會註冊教練指導，以保証教練水準。

(十) 比賽日程待各單位一初步報名後公佈

 初步安排為:

 29/8-2/9/2021 亞太賽健力賽

 2-5/9/2021 亞太臥推舉賽暨亞洲臥推舉賽

 6-8/9/2021 亞太賽健力賽

(十一) 大會保留比賽最終裁決權及其他一切權利。

(十二) 查詢辦法：可致電或傳真至 25048193， 亦可電郵到總會 pokkimwon@hkwpa.org.hk 查詢。

(十三) 上述一切資料如有更改，恕不另行通知，並以當日公佈資料為準。

(十四) 如中英版本有異, 一切以中文版本為準。

\* 於 2021-05-05更新