

障礙舞龍 - 兒童組

競賽內容及要求

（一）快速曲線（左右）起伏繞龍柱行進（A 區）

龍珠引龍體快速左右曲線起伏依次繞桿外側行進。（圖 1）

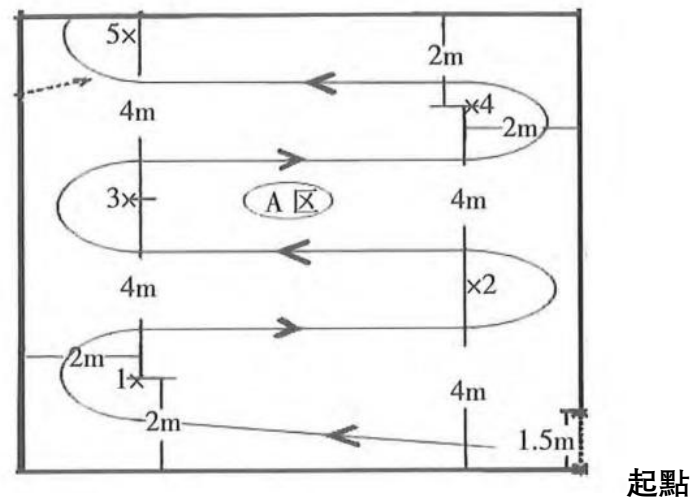


圖 1

要求：

1. 龍體保持飽滿、順暢；
2. 不能將標誌杆碰撞；
3. 不可少繞標誌杆；
4. 隊員之間不可以相撞；
5. 龍體起伏繞行時，龍體上過頭，下低於肩以下。

（二）飛躍高台不設距離（B 區）

龍珠引龍體舉龍跑上 1 號高台，並從 1 號高台依次飛躍到 2 號高台跑下，重複一次，進入 C 區。（圖 2）

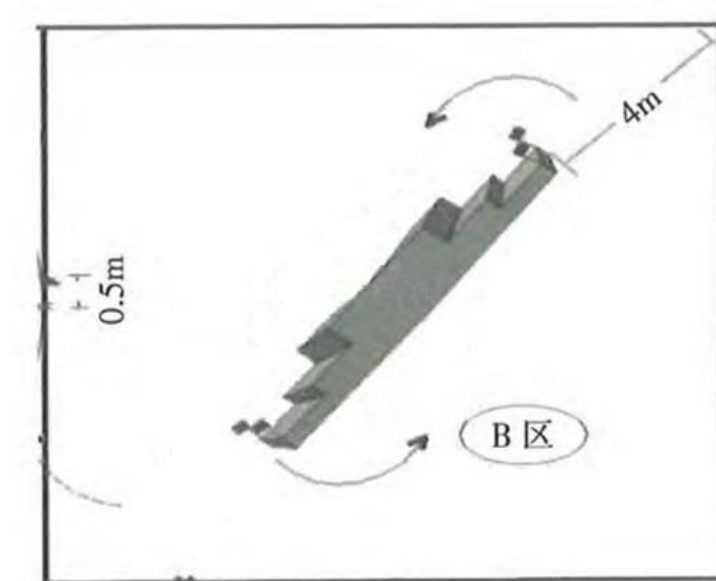


圖 2

要求：

1. 龍體保持飽滿、順暢；
2. 飛躍高台時不能落地；
3. 必須從標誌旗中間上、下高台；
4. 隊員之間不允許相撞。

(三) 穿跑圓場一周半 (C 區)

進入 C 區，龍珠帶領龍體逆時針方向快速跑圓場一周半後進入 D 區。

(圖 3)



1. 龍體保持飽滿、順暢；
2. 不可碰倒障礙物；
3. 不能繞過障礙物；
4. 隊員之間不可以相撞；

龍珠帶領龍體進入 D 區，龍體必須上、下繞過障礙物做單側起伏行進，進入 E 區。（圖 4）



要求：

1. 龍體保持飽滿、順暢；
2. 不能碰倒標誌杆；
3. 隊員之間不可以相撞；
4. 不可少繞或漏繞障礙物。

（五）獨木橋 8 字舞龍（E 區）

進入 E 區，龍珠帶領龍體上獨木橋，完成 8 字舞龍 6 次。（圖 5）

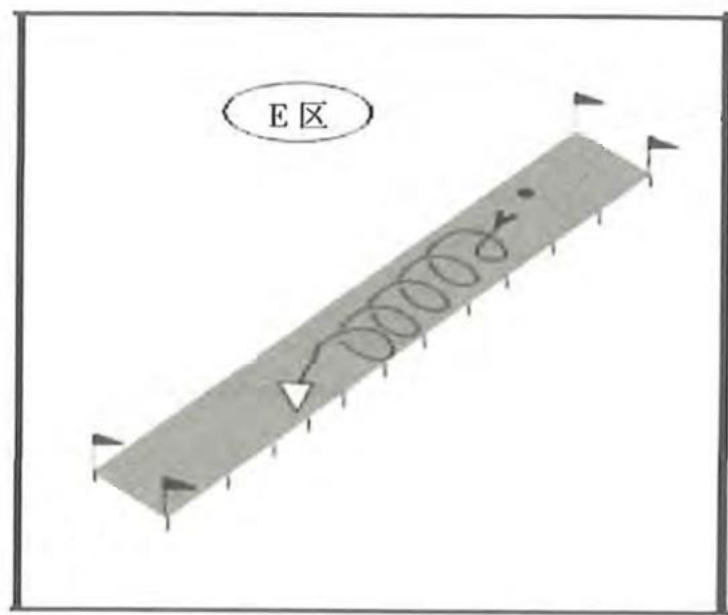


圖 5

要求：

1. 龍體保持飽滿、圓順，不打結；
2. 完成規定次數，如遇中途失誤停頓，必須從失誤處重新開始動作完成規定動作數量。

（六）繞柱行進（A 區）

進入 A 區，龍珠帶領龍體舉龍行進，依次圍繞場上的 5 個標誌杆，在第 5、3、1 標誌杆處做繞桿快速穿騰動作（即龍珠引龍體舉龍行進，左轉穿越第五節龍身，1、2、3 號隊員分別穿第六、七、八節龍身，緊隨龍珠行進，第 7、8、

9 號隊員分別依次騰越第一、二、三節龍身），在第 4、2 標誌杆處做繞桿行進動作。（圖 6）

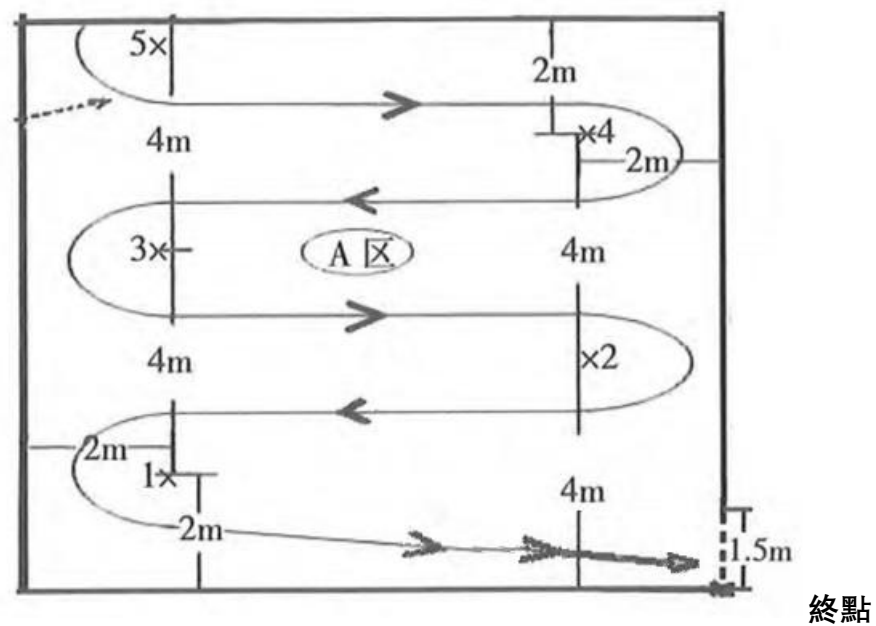


圖 6

要求：

1. 龍體保持飽滿、順暢；
2. 不能碰倒標誌杆；
3. 隊員之間不可以相撞；
4. 不可少繞或漏繞障礙物。

（七）舉龍跑出場（A 區）

龍珠帶領龍體舉龍跑過終點線。

要求：

1. 龍體保持飽滿、順暢；
2. 必須從終點線上標誌杆中間跑出場。

障礙舞龍 - 青年組

競賽內容及要求

(一) 快速曲線（左右）起伏繞龍柱行進（A 區）

龍珠引龍體快速左右曲線起伏依次繞桿外側行進。（圖 1）

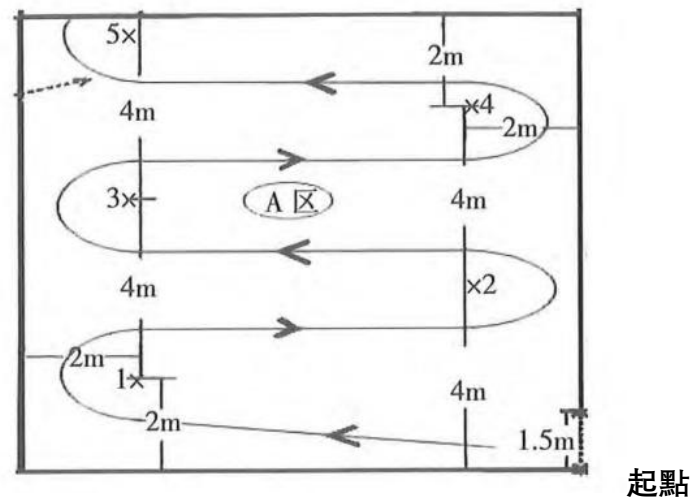


圖 1

要求：

6. 龍體保持飽滿、順暢；
7. 不能將標誌杆碰撞；
8. 不可少繞標誌杆；
9. 隊員之間不可以相撞；
10. 龍體起伏繞行時，龍體上過頭，下低於肩以下。

(二) 飛躍高台（B 區）

龍珠引龍體舉龍跑上 1 號高台，並從 1 號高台依次飛躍到 2 號高台跑下，重複一次，進入 C 區。（圖 2）

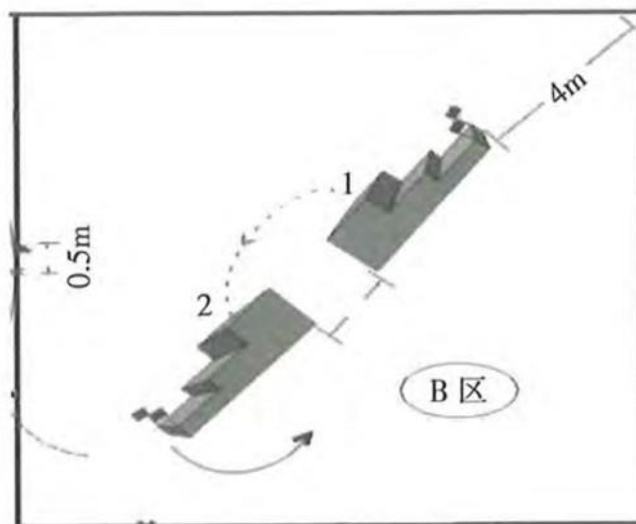


圖 2

要求：

5. 龍體保持飽滿、順暢；
6. 飛躍高台時不能落地；
7. 必須從標誌旗中間上、下高台；
8. 隊員之間不允許相撞。

(三) 一躍一穿跑圓場一周半 (C 區)

進入 C 區，龍珠帶領龍體逆時針方向快速依次躍、穿所設障礙物，必須跑圓場一周半後進入 D 區。(圖 3)

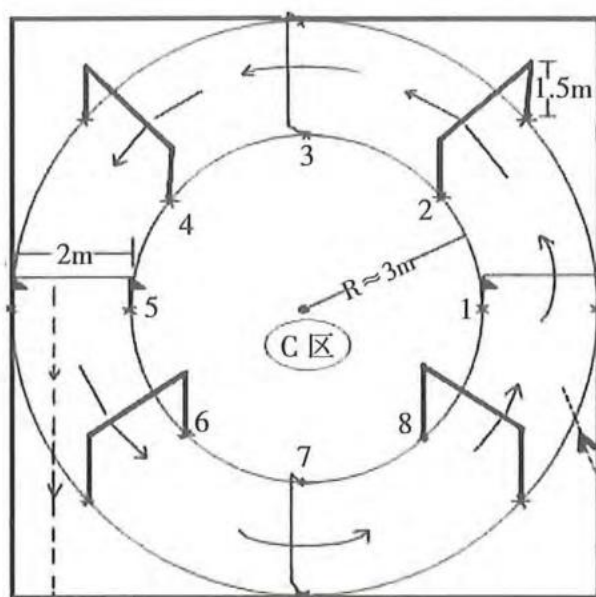


圖 3

要求：

5. 龍體保持飽滿、順暢；
6. 不可碰倒障礙物；
7. 不能繞過障礙物；
8. 隊員之間不可以相撞；
9. 不可少躍、穿障礙物。

(四) 單側起伏(上下)繞桿行進(D區)

龍珠帶領龍體進入 D 區，龍體必須上、下繞過障礙物做單側起伏行進，進入 E 區。(圖 4)

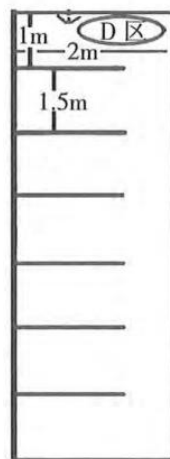


圖 4

要求：

5. 龍體保持飽滿、順暢；
6. 不能碰倒標誌杆；
7. 隊員之間不可以相撞；
8. 不可少繞或漏繞障礙物。

(五) 獨木橋 8 字舞龍及螺旋跳龍(E區)

進入 E 區，龍珠帶領龍體上獨木橋，完成 8 字舞龍及螺旋跳龍 3 次。

(圖 5)

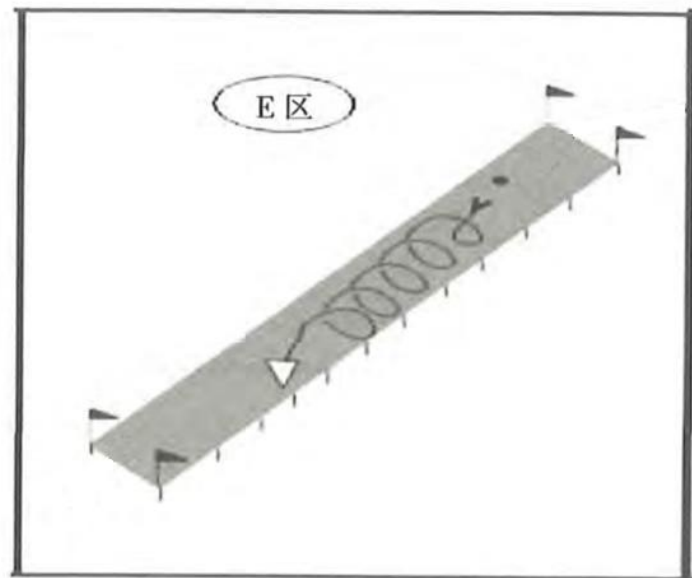


圖 5

要求：

3. 龍體保持飽滿、圓順，不打結；
4. 完成規定次數，如遇中途失誤停頓，必須從失誤處重新開始動作完成規定動作數量。

（六）騰繞行進（A 區）

進入 A 區，龍珠帶領龍體舉龍行進，依次圍繞場上的 5 個標誌杆，在第 5、3、1 標誌杆處做繞桿快速穿騰動作（即龍珠引龍體舉龍行進，左轉穿越第五節龍身，1、2、3 號隊員分別穿第六、七、八節龍身，緊隨龍珠行進，第 7、8、9 號隊員分別依次騰越第一、二、三節龍身），在第 4、2 標誌杆處做繞桿行進動作。（圖 6）

圖 1

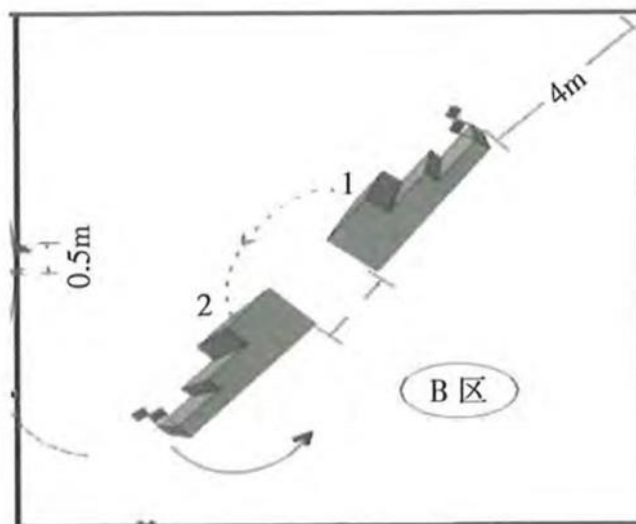


圖 2

要求：

9. 龍體保持飽滿、順暢；
10. 飛躍高台時不能落地；
11. 必須從標誌旗中間上、下高台；
12. 隊員之間不允許相撞。

（三）一躍一穿跑圓場一周半（C 區）

進入 C 區，龍珠帶領龍體逆時針方向快速依次躍、穿所設障礙物，必須跑圓場一周半後進入 D 區。（圖 3）

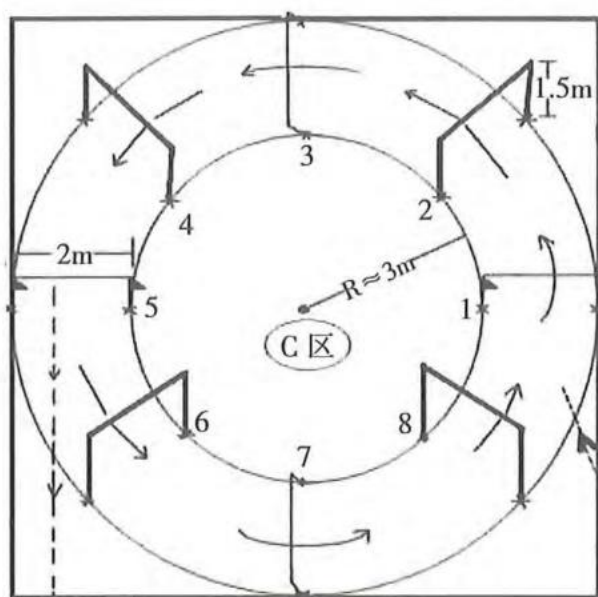


圖 3

要求：

10. 龍體保持飽滿、順暢；
11. 不可碰倒障礙物；
12. 不能繞過障礙物；
13. 隊員之間不可以相撞；
14. 不可少躍、穿障礙物。

(四) 單側起伏(上下)繞桿行進(D區)

龍珠帶領龍體進入 D 區，龍體必須上、下繞過障礙物做單側起伏行進，進入 E 區。(圖 4)

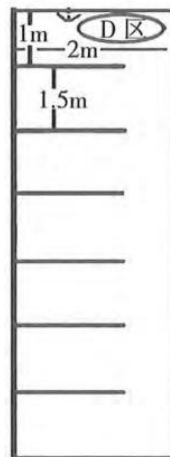


圖 4

要求：

9. 龍體保持飽滿、順暢；
10. 不能碰倒標誌杆；
11. 隊員之間不可以相撞；
12. 不可少繞或漏繞障礙物。

(五) 獨木橋連續螺旋跳龍(E區)

進入 E 區，龍珠帶領龍體上獨木橋，完成連續螺旋跳龍 6 次。(圖 5)

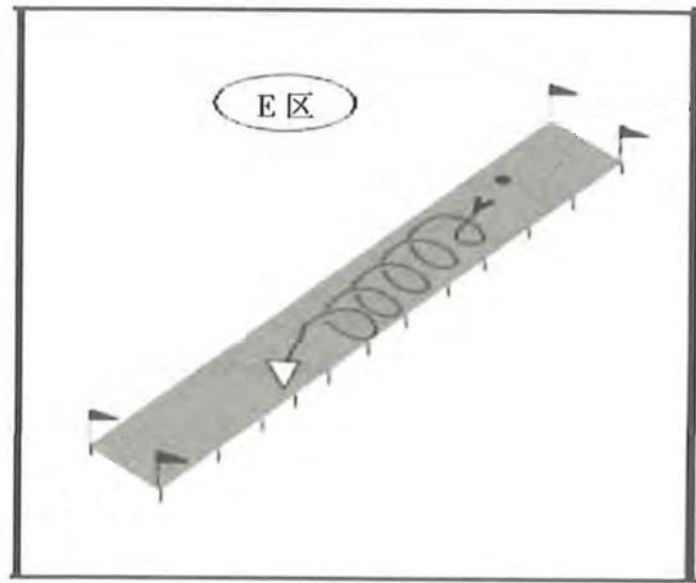


圖 5

要求：

5. 龍體保持飽滿、圓順，不打結；
6. 完成規定次數，如遇中途失誤停頓，必須從失誤處重新開始動作完成規定動作數量。

（六）騰繞行進（A 區）

進入 A 區，龍珠帶領龍體舉龍行進，依次圍繞場上的 5 個標誌杆，在第 5、3、1 標誌杆處做繞桿快速穿騰動作（即龍珠引龍體舉龍行進，左轉穿越第五節龍身，1、2、3 號隊員分別穿第六、七、八節龍身，緊隨龍珠行進，第 7、8、9 號隊員分別依次騰越第一、二、三節龍身），在第 4、2 標誌杆處做繞桿行進動作。（圖 6）

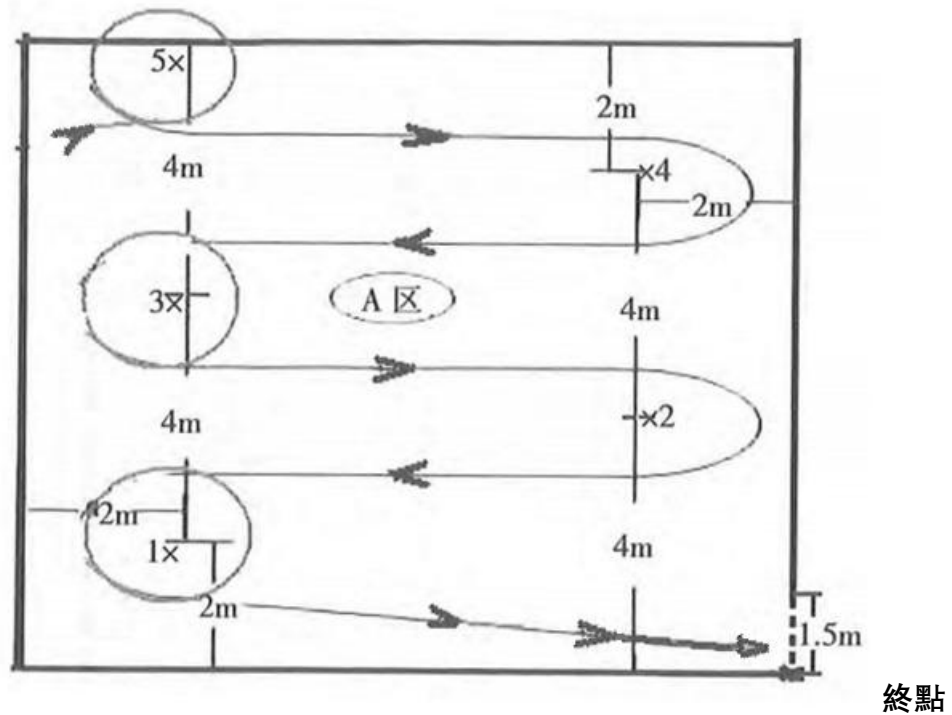


圖 6

要求：

9. 龍體保持飽滿、順暢；
10. 不能碰倒標誌杆；
11. 隊員之間不可以相撞；
12. 不可少繞或漏繞障礙物。

(七) 舉龍跑出場 (A 區)

龍珠帶領龍體舉龍跑過終點線。

要求：

5. 龍體保持飽滿、順暢；
6. 必須從終點線上標誌杆中間跑出場。