

# 2025-26年青苗沙灘排球培訓計劃- 比賽日 比賽須知

**報到** 所有參賽隊伍須於規定時間前15分鐘，向司令台報到。

如發現冒名頂替者，則其球隊之比賽資格及所得成績分將被取消。

**比賽制服** 每隊比賽隊伍必須穿著統一制服。

**比賽規則** 採用國際排球聯會最新之沙灘排球規則，網高及球場面積如下：

男子網高2.35米，女子網高2.20米。

球場：16米x 8米；半場8米x 8米。

熱身時間為2分鐘(共同熱身)。

每隊每局一次暫停，限時30秒，只有隊長或教練可以要求暫停。

只接受每場比賽的換人。如需換人，請於比賽前15分鐘要提交該場出場名單，否則將依照上一場名單作賽。

球員不可用上手手指(虛攻)完成攻擊性擊球。

## Playing Schedule (Men's)

賽程表 (男子組)

8隊

		Match No.	POOL		TEAMS	
時間	場地	比賽場號	分組		對賽隊	
9:00	Court A	1	A	A1	Vs	A4
9:20	Court A	2	B	B1	Vs	B4
9:40	Court A	3	A	A2	Vs	A3
10:00	Court A	4	B	B2	Vs	B3
10:20	Court A	5	A	A1	Vs	A3
10:40	Court A	6	B	B1	Vs	B3
11:00	Court A	7	A	A2	Vs	A4
11:20	Court A	8	B	B2	Vs	B4
11:40	Court A	9	A	A1	Vs	A2
12:00	Court A	10	B	B1	Vs	B2
12:20	Court A	11	A	A3	Vs	A4
12:40	Court A	12	B	B3	Vs	B4
Lunch						
14:30	Court A	13	四強		Vs	
14:50	Court A	14	四強		Vs	
15:10	Court A	15	季軍戰		Vs	
15:30	Court A	16	冠軍戰		Vs	
頒獎						

分組表

	隊名	球員1	球員2	球員3
A1				
A2				
A3				
A4				
B1				
B2				
B3				
B4				

小組賽及四強將採用3局2勝制，首兩局15分，決勝局為15分，每勝一場得3分，每負一場得0分，得分率較高者勝。每局均設deuce，不設上限。  
每累積5分交換場地作賽。

每隊每局一次暫停，限時30秒，只有隊長或教練可以要求暫停。

冠軍及季軍戰將採用3局2勝制，首兩局21分，決勝局為15分。每局均設deuce，不設上限。

首兩局每累積7分交換場地作賽，決勝局每累積5分交換場地。

每隊每局一次暫停，限時30秒，只有隊長或教練可以要求暫停。

只接受每場比賽的換人。如需換人，需於比賽前15分鐘要提交該場出場名單，否則將依照上一場名單作賽。

註: 各場比賽時間只供參考，每場比賽將在該場地上一場比賽完成後立即進行，以確保整天比賽能順利完成，敬請各教練注意及安排

有關球員的休息、用膳時間的安排。

## Playing Schedule (Women's)

賽程表 (女子組)

8隊

		Match No.	POOL		TEAMS	
時間	場地	比賽場號	分組		對賽隊	
9:00	Court B	1	A	A1	Vs	A4
9:20	Court B	2	B	B1	Vs	B4
9:40	Court B	3	A	A2	Vs	A3
10:00	Court B	4	B	B2	Vs	B3
10:20	Court B	5	A	A1	Vs	A3
10:40	Court B	6	B	B1	Vs	B3
11:00	Court B	7	A	A2	Vs	A4
11:20	Court B	8	B	B2	Vs	B4
11:40	Court B	9	A	A1	Vs	A2
12:00	Court B	10	B	B1	Vs	B2
12:20	Court B	11	A	A3	Vs	A4
12:40	Court B	12	B	B3	Vs	B4
Lunch						
14:30	Court B	13	四強		Vs	
14:50	Court B	14	四強		Vs	
15:10	Court B	15	季軍戰		Vs	
15:30	Court B	16	冠軍戰		Vs	
頒獎						

分組表

	隊名	球員1	球員2	球員3
A1				
A2				
A3				
A4				
B1				
B2				
B3				
B4				

小組賽及四強將採用3局2勝制，首兩局15分，決勝局為15分，每勝一場得3分，每負一場得0分，得分率較高者勝。每局均設deuce，不設上限。每累積5分交換場地作賽。

每隊每局一次暫停，限時30秒，只有隊長或教練可以要求暫停。

冠軍及季軍戰將採用3局2勝制，首兩局21分，決勝局為15分。每局均設deuce，不設上限。

首兩局每累積7分交換場地作賽，決勝局每累積5分交換場地。

每隊每局一次暫停，限時30秒，只有隊長或教練可以要求暫停。

只接受每場比賽的換人。如需換人，需於比賽前15分鐘要提交該場出場名單，否則將依照上一場名單作賽。

註: 各場比賽時間只供參考，每場比賽將在該場地上一場比賽完成後立即進行，以確保整天比賽能順利完成，敬請各教練注意及安排

有關球員的休息、用膳時間的安排。