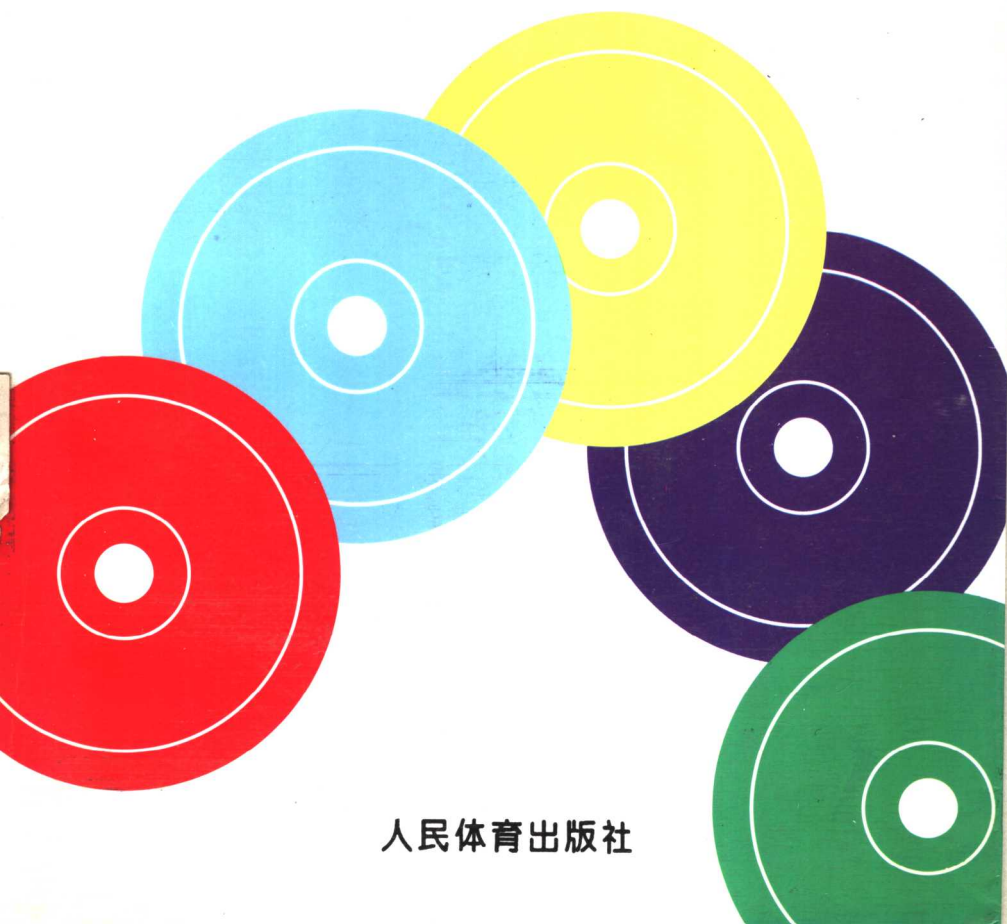


举重手册

WEIGHTLIFTING HANDBOOK

钱光鉴 杨世勇 编著



人民体育出版社

举重手册

WEIGHTLIFTING HANDBOOK

张树德 傅世强 傅世



人民体育出版社

举重手册

WEIGHTLIFTING HANDBOOK

钱光鉴 编著
杨世勇

人民体育出版社

(京)新登字 040 号

图书在版编目(CIP)数据

举重手册/钱光鉴,杨世勇编著. —北京:人民体育出版社,1996

ISBN 7-5009-1305-2

I. 举… II. ①钱…②杨… III. 举重—手册 IV. G884-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(96)第 03261 号

举重手册

钱光鉴 杨世勇 编著

*

人民体育出版社出版发行

百善印刷厂印刷

新华书店经销

*

850×1168 毫米 大 32 开本 24 印张 750 千字

1996 年 4 月第 1 版 1996 年 4 月第 1 次印刷

印数 1—2000 册

*

ISBN 7-5009-1305-2/G · 1209

定价:65.00 元

社址:北京市崇文区体育馆路 8 号(天坛公园东门)

电话:5113708(发行处) 邮编:100061

传真:7016129

电挂:9474

(购买本社图书,如遇有缺损页可与发行处联系)

發展舉重

共舉輝煌

題舉重手冊出版

乙亥冬月劉吉



前 言

举重是亚运会奥运会项目。目前每年有世界锦标赛、世界杯赛、洲际锦标赛等国际举重比赛十多次,国内有全国锦标赛、冠军赛达五次,是全运会、城运会的比赛大项。目前,举重项目是我国的重点项目。

竞赛是杠杆,竞赛是阶梯,竞赛是人类运动生涯中的一次机会,竞赛是勇敢者突破“零”的一个里程碑。

举重竞赛有其自身的特点。场地简捷而要求高,器材量少而质量好,环境明快而气氛浓,比赛有趣而短平快。举重竞赛是力的较量,是量的升华,是汗的凝聚,是爱的源泉。

竞赛离不开裁判员。裁判员是竞赛的执法官,既是举重竞赛规则的具体执行者,又是举重竞赛赛风的具体责任者。目前我国举重国际级裁判员 30 多名,国家级裁判员近 300 名,国家一、二级裁判员近千名,这是我国举重竞赛的有生力量,在历次重大举重比赛中受到国际举联和亚举联及各方面的好评,并在工作形成了独特的风格。

我国是一个开展举重运动和竞赛相当普及的国家,40 年以来我国举重共举行亚洲比赛数十次,亚运会一次,世界杯赛一次和刚刚举行的世界锦标赛;参加了近百次洲际以上举重比赛。通过组织比赛和参赛,我们总结了举重竞赛经验,逐步摸索出了一套举重竞赛的规律,对世界、亚洲、全国举重竞赛的组织有了一套较为科学的程序,对裁判员队伍的管理和培养有一套较健全

的制度。现将有关举重竞赛和举重裁判员的基本常识汇总成册，以飨大家。在编写过程中一定有错误之处，请各位指正。

钱光鉴

1995 年 10 月

目 录

第一章 章程

- 第一节 国际举重联合会章程..... (1)
- 第二节 亚洲举重联合会章程 (31)
- 第三节 中国举重协会章程 (39)
- 第四节 中国举重协会裁判委员会条例 (41)

第二章 规程

- 第一节 国际举重竞赛规程 (45)
- 第二节 亚洲举重竞赛规程 (50)
- 第三节 中国举重竞赛规程 (51)

第三章 竞赛办法

- 第一节 竞赛类别 (62)
- 第二节 竞赛要求 (63)

第四章 裁判员指南

- 第一节 裁判员守则 (67)
- 第二节 裁判员技术等级制度 (67)
- 第三节 仲裁委员会条例 (70)
- 第四节 推荐、申报国际裁判员的条件和办法..... (72)
- 第五节 国际裁判员和国家级裁判员考核办法(草案)
..... (73)

- 一、国际举联制定的晋升国际级裁判员考试题(英文)
..... (75)

.....	(175)
二、Travelling And Daily Life (旅行和日常生活)	
.....	(186)
(一)At the Customs (在海关)	(186)
(二)Registering Luggage (在行李托运处)	(186)
(三)At the Airport (在机场)	(187)
(四)On the Airplane (在飞机上)	(187)
(五) At Meals (就餐)	(188)
(六)General Dialogue (日常用语)	(189)
(七)Word List(词汇)	(195)
第二节 举重竞赛常用标志	(202)
一、国际奥委会简介及会徽	(202)
二、亚奥理事会简介及会徽	(205)
三、东亚协调会简介及会徽	(206)
四、中国奥委会简介及会徽	(206)
五、中华全国体育总会简介及会徽	(207)
六、国际举重联合会简介及会徽	(208)
七、亚洲举重联合会简介及会徽	(209)
八、中国举重协会简介及会徽	(209)
第三节 常规标志	(210)
一、信息标志	(210)
二、英文标志	(210)
第六章 成绩(总成绩)	
第一节 历届奥运会前三名	(213)
第二节 历届亚洲运动会前三名	(233)
一、男子	(234)
二、女子	(247)
第三节 东亚运动会前三名	(250)
第四节 历届全国运动会前三名	(252)

一、男子	(252)
二、女子	(263)
第五节 历届城市运动会(包括前两届青运会)前三名	(264)
第六节 历届世界举重比赛前三名	(272)
一、世界男子举重锦标赛	(272)
二、世界女子举重锦标赛	(332)
三、世界杯举重比赛	(343)
四、世界男子青年举重锦标赛	(346)
第七节 历届亚洲举重锦标赛前三名	(366)
一、亚洲男子举重锦标赛	(367)
二、亚洲女子举重锦标赛	(394)
三、亚洲男子青年举重锦标赛	(403)
第八节 历届全国举重比赛前三名	(413)
一、全国举重锦标赛	(413)
(一)男子	(413)
(二)女子	(454)
二、全国举重冠军赛	(467)
(一)男子	(467)
(二)女子	(495)
第九节 国际举重联合会公布的前 10 名排名表	(504)
一、男子	(504)
二、女子	(581)
第十节 中国举重协会公布的前 10 名排名表	(587)
一、男子	(587)
二、女子	(670)
第七章 纪录	
第一节 世界男子纪录	(690)
第二节 世界女子纪录	(693)

第三节	世界青年男子纪录·····	(695)
第四节	亚洲男子纪录·····	(698)
第五节	亚洲女子纪录·····	(701)
第六节	亚洲青年男子纪录·····	(703)
第七节	全国男子纪录·····	(705)
第八节	全国女子纪录·····	(707)
第九节	全国青年男子纪录·····	(709)
第十节	全国少年男子纪录·····	(712)
第八章 名单		
第一节	中国举重获体育荣誉奖章名单·····	(715)
一、获国际体育荣誉奖章名单	·····	(715)
(一)国际奥委会·····		(715)
(二)国际举重联合会·····		(715)
(三)亚洲举重联合会·····		(715)
二、获国家体育荣誉奖章名单	·····	(716)
第二节	中国举协公布的国家队队员名单·····	(719)
一、男子	·····	(719)
二、女子	·····	(723)
第三节	国际举重联合会官员名单·····	(724)
第四节	亚洲举重联合会官员名单·····	(727)
第五节	中国举重协会官员名单·····	(729)
第六节	中国国际级举重裁判员名单·····	(730)
第七节	中国国家级举重裁判员名单·····	(731)
后记	·····	(735)

WEIGHTLIFTING HANDBOOK

CONTENT

CHAPTER I WEIGHTLIFTING CONSTITUTIONS

- Section 1 Constitution of the International
Weightlifting Federation (1)
- Section 2 Constitution of the Asian Weightlifting
Federation (3)
- Section 3 Constitution of the Weightlifting Association
of the P. R. China (39)
- Section 4 Rules of the Referee's Committee of
the Weightlifting Association of P. R. China
..... (41)

CHAPTER II WEIGHTLIFTING RULES

- Section 1 Rules of International Weightlifting Competition
..... (45)
- Section 2 Rules of Asian Weightlifting Competition
..... (50)
- Section 3 Rules of China Weightlifting Competition
..... (51)

CHAPTER III METHODS OF COMPETITION

- Section 1 Competition Classification (62)
- Section 2 Competition Demand (63)

CHAPTER IV GUIDE OF WEIGHTLIFTING REFEREE

Section 1 Referee's Principle	(67)
Section 2 Referee's Category and System	(67)
Section 3 Jury's Rules	(70)
Section 4 Recommendation and Application for IWF Referee	(72)
Section 5 IWF and CWA Referee Examination	(73)
1 IWF Referee Examination	(75)
2 CWA Referee Examination	(111)
Section 6 Program of Referee Attend Weightlifting Competition	(116)
1 Brief History of Weightlifting	(116)
2 International Weightlifting Federation	(124)
3 Asian Weightlifting Federation	(132)
4 Weightlifting Association of P. R. China	(134)
5 Principle of Weightlifting Competition	(135)
6 Weightlifting Equipment	(135)
7 Weightlifter's Category and Standard	(136)
8 Courtesy	(138)
Section 7 Information for Referee	(145)
Section 8 Rules for National Sports Competition ..	(150)
Section 9 Rules for National Weightlifting Competition Administration	(152)
Section 10 Approval of the National Records	(154)
Section 11 Violation of Discipline to of the National Sports	

Competition Rules	(157)
Section 12 Anti—Doping Rules of Weightlifting	(158)
CHAPTER V WEIGHTLIFTING TERMS AND EMBLEM	
Section 1 Weightlifting Terms	(162)
1 At Work	(162)
2 Traveiling and Daily Life	(186)
Section 2 EmbLems	(202)
1 Emblen of the International Olympic Committee	(202)
2 Emblem of the Olympic Council of Asia	(205)
3 Emblem of the East Asian Games Association	(206)
4 Emblem of the Chinese Olympic Committee	(206)
5 Emblem of the All—China Sports Federation	(207)
6 Emblem of the International Weightlifting Federation	(208)
7 Emblem of the Asian Weightlifting Federation	(209)
8 Emblem of the Weightlifting Association of P. R. China	(209)
Section 3 The General Mark	(210)
1 Information Mark	(210)
2 English Mark	(210)
CHAPTER VI RESULTS (TOTAL)	
Section 1 Results of Olympic Games Winners	(213)
Section 2 Results of Asian Games Winners	(233)

1 Men	(234)
2 Women	(247)
Section 3 Results of the Eastern Asian Games Winners	(250)
Section 4 Results of the National Games Winners	(252)
1 Men	(252)
2 Women	(263)
Section 5 Results of the National Urban Games (Junior Games) Winners	(264)
Section 6 Results of the World Weightlifting Competitions Winners	(272)
1 Senior World Championships	(272)
2 Women World Championships	(332)
3 World Cup Gala	(343)
4 Junior World Championships	(344)
Section 7 Results of Asian Weightlifting Championships Winners	(366)
1 Senior Asian Championships	(367)
2 Women Asian Championships	(394)
3 Junior Asian Championships	(403)
Section 8 Results of National Weightlifting Competition Winners	(413)
1 National Championships	(413)
1. 1 Men	(413)
1. 2 Women	(454)
2 National Individud Championships	(467)
1. 1 Men	(467)
1. 2 Women	(495)

Section 9 World Ranking Lists (First 10)	(504)
1 Men	(504)
2 Women	(581)
Section 10 China Ranking Lists (First—10)	(587)
1 Men	(587)
2 Women	(670)

CHAPTER VII RECORDS

Section 1 Men's World Records	(690)
Section 2 Women's World Records	(693)
Section 3 Men's Junior World Records	(695)
Section 4 Asian Senior Records	(698)
Section 5 Asian Women Records	(701)
Section 6 Asian Junior Records	(703)
Section 7 Chinese Records of Senior	(705)
Section 8 Chinese Records of Women	(707)
Section 9 Chinese Records of Junior	(709)
Section 10 Chinese Records of Juvenile	(712)

CHAPTER VIII THE LIST OF THE HONOURABLE PERSONS

Section 1 Honourable Awards	(715)
1 International Sports Organization	(715)
1. 1 International Olympic Committee ..	(715)
1. 2 International Weightlifting Federation	(715)
1. 3 Asian Weightlifting Federation	(715)
2 National State Sports Commission	(716)
Section 2 National Team Lifters	(719)
1 Men	(719)
2 Women	(723)