



1976

速度滑冰竞赛规则

中华人民共和国体育运动委员会审定

速度滑冰竞赛规则

1 9 7 6

中华人民共和国体育运动委员会审定

人 民 体 育 出 版 社

速度滑冰竞赛规则

1 9 7 6

中华人民共和国体育运动委员会审定

人 民 体 育 出 版 社 出 版

中国青年出版社印刷厂印刷 新华书店北京发行所发行

1954年11月第1版 1976年10月第5版

1976年10月第9次印刷

印数：97,501—114,500册

统一书号：7015·1585 定价：0.10元

前 言

在毛主席无产阶级革命路线指引下，经过无产阶级文化大革命和批林批孔运动，毛主席“**发展体育运动，增强人民体质**”的伟大号召更加深入人心，我国社会主义体育事业蓬勃发展。广大人民群众积极为革命锻炼身体，群众性体育运动广泛开展，运动技术水平不断提高，体育在社会主义革命和社会主义建设事业中发挥了积极作用。为了适应这一形势的需要，我们出版了各项运动竞赛规则。

我国是无产阶级专政的社会主义国家，在开展各项体育运动竞赛时，必须以阶级斗争为纲，坚持党的基本路线，坚持无产阶级政治挂帅，认真学习无产阶级专

政的理论，贯彻执行“友谊第一，比赛第二”的方针，反对锦标主义和单纯技术观点，不断提高运动员、体育工作者执行毛主席革命路线的自觉性，树立社会主义新风尚，使体育更好地为无产阶级政治服务，为工农兵服务，与生产劳动相结合。

在组织一般竞赛活动时，对于规则中的某些规定（如裁判员人数、场地、器材等），可因地制宜，灵活执行。

对于规则中的缺点和不足之处，希望大家在实践过程中提出修改意见。

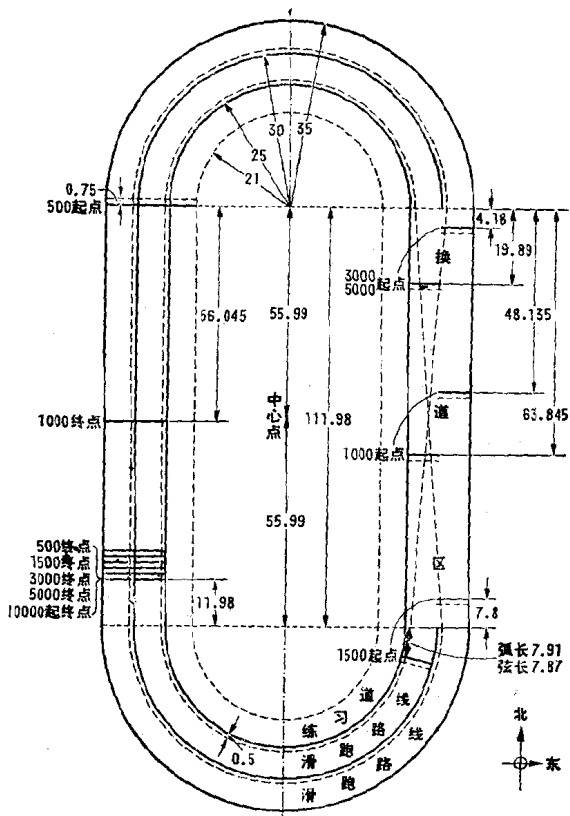
目 录

第一章	场地·····	1
第二章	裁判员及其职权·····	7
第三章	竞赛通则·····	17
第四章	录取名次及成绩核算·····	28
第五章	全能·····	30
附：	速滑全能分数计算表·····	36
	男子成人速度滑冰竞赛卡片·····	56

第一章 场 地

竞赛场地标准跑道为周长 400 米的半圆式跑道，分内外两条，每条宽 5 米，内跑道的内圈半径为 25 米，外跑道的内圈半径为 30 米，直线跑道长为 111.98 米。假定跑道为南北方向，终点应设在西南角，东边直线跑道长均为“换道区”。冰层厚度应在 15 厘米以上。场地画法参看图一。

一、内跑道的内圈半径 25 米，两圆心相距 111.98 米。先将内圈线画妥后，再由同一圆心以 30 米为半径画外跑道的内圈线，最后以 35 米为半径画外跑道的外边线，直道线端均与弧线（弯道）相连接。



图一 速度滑冰 400 米标准场地平面图

二、以蓝色或红色水浆，用刷子在冰上按照测量好的线路，画成很整齐的线（最好是虚线），线宽5厘米。然后再用清水浇在有色线上，将有色线冻结在薄冰面以下，成为鲜明的界线。

速滑标准跑道的尺寸：

内弯道半径……………25 米

每条跑道宽……………5 米

换道区长……………111.98 米

400 米跑道的尺寸，是两个直道 长 + 内弯道长 + 外弯道长 + 换道区的差数。计算：

$$2 \times \text{直道} = 2 \times 111.98 \text{ 米} = 223.96 \text{ 米}$$

$$\text{内弯道} = 25.5 \times 3.1416 = 80.11 \text{ 米}$$

$$\text{外弯道} = 30.5 \times 3.1416 = 95.82 \text{ 米}$$

（内弯道的实际滑跑路线半径为 25.5 米，
外弯道的实际滑跑路线半径为 30.5 米）

$$\begin{aligned}\text{换道区差} &= \sqrt{\text{换道区长}^2 + \text{跑道宽}^2} - 111.98 \\ &= 0.11 \text{ 米}\end{aligned}$$

$$223.96 \text{ 米} + 80.11 \text{ 米} + 95.82 \text{ 米} + 0.11 \text{ 米} \\ = 400 \text{ 米}$$

333.33 米跑道的尺寸：

$$2 \times \text{直道} = 2 \times 78.62 \text{ 米} = 157.24 \text{ 米}$$

$$\text{内弯道} = 25.5 \times 3.1416 \text{ 米} = 80.11 \text{ 米}$$

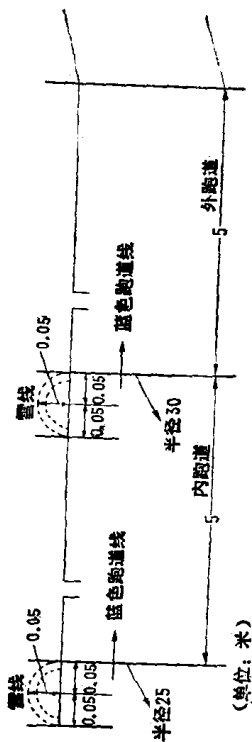
$$\text{外弯道} = 30.5 \times 3.1416 \text{ 米} = 95.82 \text{ 米}$$

$$\text{换道区差} = \sqrt{\text{换道区长}^2 + \text{跑道宽}^2} - 78.62 \\ = 0.16 \text{ 米}$$

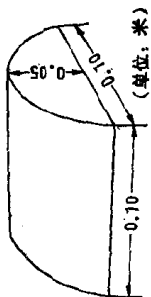
$$157.24 \text{ 米} + 80.11 \text{ 米} + 95.82 \text{ 米} + 0.16 \text{ 米} \\ = 333.33 \text{ 米}$$

三、跑道分界线要用宽 10 厘米、高 5 厘米严密整齐的雪砌成（运动员稍触及即能清楚地看出痕迹），除换道区无雪线外，其余均应堆放雪线，但不要使雪线冻结在冰面上（图二）。

如果找不到雪，可用 10 厘米长、10 厘米宽、5 厘米高的半圆形橡胶、木块或其它合适材料（涂以鲜明颜色）代替（图三），



图二



图三

在弯道开始的 15 米和最后的 15 米内，每隔 50 厘米放一块，弯道的其余部分每隔 1 米放一块，在直道上每隔 10 米放一块作分界线。分界线是否合乎规则要求由裁判长决定。

四、除 1000 米起点设在换道区中部、终点根据起点的位置决定外，其它各个项目的终点均应设在同一地点。

注：1. 起点线及边线均应为蓝色，终点线为红色。各线宽度为 5 厘米。

2. 在离终点线 5 米内，每隔 1 米应画一条与终点线平行的蓝线（线宽 5 厘米），帮助终点裁判员和计时员判定运动员到达终点的情况。

3. 在离起跑线 75 厘米处，画一条与起跑线平行的蓝色虚线，作为预备线，线宽 5 厘米。

第二章 裁判员及其职权

裁判员要坚持无产阶级政治挂帅，遵照伟大领袖毛主席关于“**发展体育运动，增强人民体质**”的教导，坚决贯彻执行“**友谊第一，比赛第二**”的方针，积极宣传毛主席革命体育路线，树立和发扬社会主义新风尚。

第一条 裁判长

大会设裁判长一人，负责领导裁判员的学习和工作，并处理一切有关裁判法、规则、场地及竞赛等问题，但不得修改规则。

其主要职权如下：

1. 领导学习和分配裁判员工作。
2. 领导并主持抽签工作。

3. 督促、检查裁判员和记录工作，如发现运动员的名次和成绩有错误时，有权修改、更正。

4. 有权取消犯规运动员的竞赛资格。

5. 指挥报告员宣告有关竞赛事项。

6. 检查场地，如发现有不合规格情形，可纠正、修改。

7. 如发现有不称职的裁判员，可以调动或撤换其职务。

8. 审查竞赛程序，遇必要时可作更改。

9. 竞赛结束后，及时向大会递交竞赛总结报告和各種记录。

第二条 副裁判长

大会设副裁判长一至二人，协助裁判长处理一切有关裁判法、规则、场地及竞赛等问题。

第三条 终点裁判员

终点裁判员一至二人，其职权如下：

1. 判定运动员到达终点时的名次和两名运动员到达终点时的时差和距离。

2. 两名运动员到达终点前，相差5米以内要通知计时长。

3. 判定运动员是否完成滑跑全程。

4. 判定运动员在终点直道里或到达终点时是否有犯规行为。

5. 在1000米以上距离的滑跑中，得到记圈员报告某运动员剩最后一圈时，在距终点线20—30米处“摇铃”方式通知运动员。

6. 注视和听取记圈员、弯道和换道区检查员的工作、汇报。

注：如两名裁判员判定的名次不统一时，应报告裁判长解决。

第四条 发令员和助理发令员

1. 发令员一至二人，助理发令员一

人。

2. 发令员负责解决在起点处所发生的一切问题。

3. 发令员接得计时长“准备好”的信号后，应及时发出“各就位”的口令（这时运动员必须按抽签道次站在预备线与起跑线中间，并须保持直立姿势），待运动员站好后，再发出“预备”的口令，预备口令后，运动员一做好起跑姿势，即可鸣枪。如运动员抢跑，要及时鸣放第二枪或鸣哨令运动员返回重新起跑。

4. 发令员在发令时，应站在起跑线后约3—5米处。

5. 发令员要召集运动员到起跑线上，并简介起跑的程序。

6. 助理发令员一人，是发令员的助手。运动员起跑时，助理发令员应站在起跑线前50—60米处，发现运动员抢跑时，

按发令员的“回枪”或鸣哨，用红旗在运动员前面作出停止的信号，督促运动员回到起点。

第五条 计时长和计时员

1. 计时长在裁判长领导下进行工作。

2. 计时长的职权：

（1）检查调整计时表。

（2）解决计时的分歧。

（3）给计时员分配计时表。

（4）在每次起跑前，须通知计时员和终点裁判员作好准备；当运动员滑跑接近终点时，提示计时员停表。

（5）在每次滑跑完时，检查计时表。

（6）根据各计时员的报告，将每一运动员的滑跑时间核对确实，决定成绩以后，通知记录员登记，并及时报告裁判长。