
游泳竞赛规则

2019-2022

中国游泳协会审定

前 言

《游泳竞赛规则 2019-2022》是中国游泳协会裁判委员会依照国际游泳联合会《2017-2021 国际泳联技术手册》，结合我国游泳竞赛的实际情况，集体研究制定的。本规则经中国游泳协会审定，供全国各类游泳比赛使用。基层游泳比赛可参照执行。从本规则颁布之日起，原《游泳竞赛规则 2014-2018》停止使用。

各单位在执行中如发现问题，欢迎提出意见和建议，以便今后修订时进一步完善。

中国游泳协会

2019. 03

目 录

第一章 竞赛管理与裁判员

第一条 竞赛管理

- 一、竞赛组织
- 二、技术代表
- 三、裁判员设置

第二条 裁判员职责

- 一、执行总裁判职责
- 二、控制室监督职责
- 三、编排记录长、副编排记录长与编排记录员职责
- 四、检录长、副检录长与检录员职责
- 五、发令员职责
- 六、技术检查员职责
- 七、转身检查长与转身检查员职责
- 八、自动计时长与自动计时员职责
- 九、人工计时长、副计时长与计时员职责
- 十、终点裁判长、副终点裁判长与终点裁判员职责
- 十一、竞赛问题受理台裁判员职责
- 十二、宣告员职责
- 十三、热身监督职责
- 十四、替补裁判员职责

第二章 比赛通则

第一条 参赛办法

- 一、报名
- 二、参赛

第二条 编排

- 一、预赛
- 二、半决赛、决赛

三、重赛

四、弃权

第三条 出发

一、出发的规定

二、出发犯规的判罚规定

第四条 计时

一、自动计时

二、人工计时

三、单项比赛犯规的成绩记录

四、接力比赛犯规的成绩记录

第五条 比赛

一、比赛规定

二、犯规判罚规定

第六条 全国纪录

一、设全国纪录的项目

二、全国纪录的申请与承认

第三章 各项泳式比赛的规定

第一条 自由泳

第二条 仰泳

第三条 蛙泳

第四条 蝶泳

第五条 混合泳

第四章 场地、器材设备

第一条 游泳池

第二条 泳道、分道线与标志线

第三条 出发台

第四条 召回线与仰泳转身标志线

第五条 自动计时装置

第六条 基层比赛的场地、器材

第五章 附则

第一条 泳装规定

第二条 赛前练习

第三条 场馆保障

第四条 运动员的广告标志

第五条 录像设备

第六条 技术会议

第七条 抗议、申诉与仲裁

第八条 基层比赛

附录一 50米泳池及泳道标志示意图

附录二 25米泳池及泳道标志示意图

第一章 竞赛管理与裁判员

第一条 竞赛管理

一、竞赛组织

（一）竞赛主办单位负责任命技术代表、仲裁、执行总裁判并委派裁判员。

（二）竞赛主办单位和承办单位适时成立组织委员会（竞赛委员会），全面负责竞赛的领导和组织管理。

（三）组织委员会（竞赛委员会）决定规则未授权予执行总裁判、裁判员或其它工作人员的一切事宜。

二、技术代表

（一）在组织委员会（竞赛委员会）的领导下，代表主办单位对比赛进行技术指导和监督，保证竞赛规程、规则得以正确执行。

（二）主持竞赛工作，全面负责裁判员管理。

（三）组织检查竞赛场地设施，监督竞赛设施的运行，处理一切与比赛有关的技术性问题。

（四）组织对比赛中申诉情况的调查，召集仲裁委员对申诉进行复议并做出最终裁决。

（五）负责（或授权相关部门）在每场比赛开始前接收并审核各代表队递交的接力棒次表。

三、裁判员设置

（一）裁判员岗位设置如下：

执行总裁判2~4人；

控制室监督1人；

技术检查员4人；

发令员2~3人；

转身检查员 2人（出发端和转身端各 1人），转身检查员每条泳道两端各 1人；

自动计时长1人，自动计时员2~3人；
人工计时长1人，副计时长1~2人，计时员每条泳道2~3人（其中1人由出发端转身检查员兼任）；
编排记录长1人，副编排记录长1~2人，编排记录员 4~8人；
检录长1人，副检录长1~2人，检录员5~8人；
竞赛问题受理台2人；
热身监督2人；
宣告员1~2人；
替补裁判员2~4人。

（二）未采用自动计时装置时，可配备终点裁判长1人、副终点裁判长1人、终点裁判员若干人。

（三）基层比赛的裁判员岗位及人数可根据比赛的具体情况配置。

第二条 裁判员职责

一、执行总裁判职责

（一）执行总裁判在技术代表领导下，负责全体裁判员的工作，明确各裁判员的职责和任务。

（二）执行总裁判应严格执行竞赛规程和竞赛规则，解决比赛中的有关问题，并可决定规则中未详尽或没有明文规定的事项，但不能修改规程和规则。

（三）每场比赛男、女项目各设1名执行总裁判。执行总裁判可随时干预比赛，裁定比赛过程中的各种异议，以保证规程和规则得以执行。

（四）当终点裁判员判定的名次与计时员计取的成绩不一致时，由执行总裁判决定名次。

（五）执行总裁判为保证竞赛顺利进行，可随时指派替补裁判员上岗工作，必要时有权撤换不称职的裁判员。

（六）执行总裁判根据自己的观察或其他裁判员的报告，有权取消犯规运动员的比赛资格或录取资格。但出发抢跳犯规必须由发令员和执行总

裁判同时观察并确认。

（七）执行总裁判应于比赛前检查场地、器材是否符合规则的规定。

（八）在每项、组比赛开始时，执行总裁判应用连续的短哨声示意运动员脱外衣；然后用长哨声示意运动员站到各自的出发台上（仰泳项目和混合泳接力项目第1棒的运动员应立即下水，在执行总裁判发出第2声长哨时，应迅速游回池端做好出发准备）。当所有运动员和裁判员都做好准备时，执行总裁判用向外伸展手臂的动作示意发令员准备发令，待发令结束后执行总裁判再收回手势。

（九）各项、组的比赛成绩须经执行总裁判签名确认。

（十）执行总裁判有权取消任何泳装或身体上的符标不符合本《规则》规定的运动员的比赛资格或录取资格。

二、控制室监督职责

（一）全面监督自动计时系统的工作情况（包括视频计时系统的回放）。

（二）负责核对接力交接棒情况；通过视频计时系统的回放确定运动队交接棒是否出现犯规，如有抢跳情况立即向执行总裁判报告。

（三）负责处理并记录运动员的弃权情况。

（四）负责监督比赛成绩、得分、新纪录的统计与公布。

三、编排记录长、副编排记录长与编排记录员职责

（一）编排记录长负责领导和分配编排记录员的工作；负责检查和核对每项比赛成绩、名次，并提请执行总裁判在成绩单上签名。副编排记录长协助编排记录长工作。

（二）编排记录员在比赛前，应根据规程、规则、报名单、竞赛日程及有关材料，编排竞赛秩序，印制裁判工作所需的各种表格。

（三）编排记录员在比赛中，准确地记录和及时公布每组、每项比赛成绩；及时统计和公布新创纪录、团体总分等。预赛、半决赛后，按成绩编排半决赛、决赛秩序。

（四）编排记录员在比赛结束后，应尽快编制成绩册，经所有执行总裁判签名后送交组织委员会（竞赛委员会）。

四、检录长、副检录长与检录员职责

（一）检录长负责领导与分配检录员的工作。副检录长协助检录长工作。

（二）检录员负责布置检录处，赛前核对运动员竞赛卡片。

（三）检录员负责检查运动员泳装是否符合规定、广告标识是否符合组织委员会（竞赛委员会）的要求。

（四）检录员在每组比赛前负责点名，并带领运动员入场。及时向检录长和执行总裁判报告未参加检录的运动员名单。比赛完毕后，带领运动员离场。颁奖时，负责召集和引导工作。

五、发令员职责

（一）发令员应站在游泳池的侧面，离出发端5米以内处发令。发令时能使运动员和计时员听到或看到出发信号。

（二）发令员负责管理由执行总裁判发出手势信号后至比赛开始的运动员。

（三）发令员有权判定运动员出发时是否符合规则，但最终判决须由执行总裁判决定。

（四）发令员发现运动员延误比赛、蓄意不服从命令或在出发时有任何其他犯规行为应向执行总裁判报告，由执行总裁判决定是否取消该运动员的比赛资格。

六、技术检查员职责

（一）技术检查员位于游泳池两侧，在执行总裁判直接领导下进行工作。

（二）技术检查员负责检查运动员在游进中的泳式和动作是否符合规则，协助两端转身检查员检查运动员转身和到达终点的动作是否符合规则。

（三）技术检查员发现运动员犯规，应及时报告并填写检查表交执行总裁判。

（四）技术检查员兼管召回线。当听到召回信号后，应迅速放下召回线，将运动员召回。

七、转身检查长与转身检查员职责

（一）转身检查长负责领导和分配本端转身检查员的工作，确保每位

转身检查员履行工作职责。

（二）每条泳道两端各设1名转身检查员，负责检查运动员从触壁前最后一次手臂动作开始至转身后第1次（蛙泳为第2次）手臂动作结束的整个转身动作是否符合规则。

（三）出发端的转身检查员还要负责检查运动员从出发信号发出后至第1次（蛙泳为第2次）手臂动作结束的动作是否符合规则。在接力项目比赛中检查出发运动员是否在前一名运动员触及池壁后离开出发台。使用仰泳出发器时，出发端的转身检查员负责安装并在运动员出发后拆卸该装置。

（四）两端的转身检查员在800米和1500米个人项目中负责记录本泳道运动员完成的趟数，转身端的转身检查员还要用报趟牌向运动员显示所剩趟数（奇数）。可以使用电子设备，包括水下显示设备。

（五）出发端的转身检查员还要负责检查运动员到达终点的动作是否符合规则，可兼做计时员的工作；在800米和1500米个人项目中，当运动员到达终点还剩两趟加5米时，应用铃声或哨声向运动员发出信号，直至运动员转身后到达泳道线上的5米标志处。

（六）转身检查员在发现运动员犯规后立即示意转身检查长，转身检查长及时转告执行总裁判，转身检查员随即到执行总裁判处报告犯规运动员的项目、泳道号及犯规详细情况，填写犯规检查表，签名后交执行总裁判。

八、自动计时长与自动计时员职责

（一）自动计时长负责领导和分配自动计时员的工作。比赛前参与检查和调试设备，比赛时负责监督自动计时装置的运行情况，整理自动计时的成绩记录单。

（二）自动计时员协助专业技术人员安装、调试全部的自动计时装置，比赛时协助、监督专业技术人员操作主机及有关设备，向自动计时长提交自动计时成绩记录单。

（三）在某项、组比赛结束后，如发现自动计时装置失灵，自动计时长应及时报告控制室监督和执行总裁判，并按有关规定处理。

（四）接力比赛时，如发现自动计时装置提示有交接棒抢跳犯规，自

动计时长应及时报告控制室监督和执行总裁判。

（五）自动计时员与编排记录组配合，准确记录运动员的成绩、弃权及犯规等情况。

九、人工计时长、副计时长与计时员职责

（一）计时长负责领导和分配计时员的工作。副计时长协助计时长工作。

（二）计时长应于比赛前检查计时表是否准确可用。

（三）计时长和计时员在发令员发出“出发信号”后立即按动计时表，在运动员抵达终点后立即按停计时表。计时长计取的成绩可作为检查、核对和补充之用。

（四）每组比赛完毕，计时长收集各泳道的竞赛卡片，必要时查看计时员的计时表，核对比赛成绩。当设置终点裁判时，计时长须与终点裁判长核对名次。随后，将竞赛卡片交执行总裁判审核。

（五）计时员负责计取运动员在比赛中的成绩及计取 100米以上距离项目的分段成绩，并将成绩登记在竞赛卡片上交计时长。如计时长要求查看计时表成绩，应将计时表出示受检。在执行总裁判组织下一组比赛发出短哨声信号时回表。

（六）使用半自动计时装置时，计时员还要负责计取本泳道的半自动计时成绩。

（七）当每条泳道仅有1名计时员时，应设1名替补计时员。此时，计时长必须计取每组最快运动员的成绩。

十、终点裁判长、副终点裁判长与终点裁判员职责

（一）终点裁判长负责领导和分配终点裁判员的工作。在各组比赛中，观察运动员游进的全部情况，综合终点裁判员的判断，确定每组比赛名次。副终点裁判长协助终点裁判长工作。

（二）终点裁判员应坐在位于终点延长线上的梯形架上，以便在比赛中能清楚地看到全部运动员整个游程和到达终点情况。

（三）终点裁判员按分工准确地判断每组比赛名次。

十一、竞赛问题受理台裁判员职责

(一) 接受竞赛问题（主要是犯规）的咨询，必要时约请技术代表、执行总裁判解答或处理。

(二) 接收代表队的抗议和申诉。

(三) 接收预赛、半决赛后在规定时间内允许的弃权。

(四) 召集相关代表队运动员或教练员商定重赛事宜。

(五) 处理技术代表、执行总裁判交办的其它事宜。

十二、宣告员职责

宣告员在执行总裁判领导下，负责向观众介绍比赛项目和进行情况，并宣布经执行总裁判确认的比赛成绩。

十三、热身监督职责

负责管理比赛池赛前热身练习。运动员在热身练习时，不允许穿戴划手掌、脚蹼等，除冲刺泳道外不允许从出发台上跳水，冲刺泳道不得逆向游进。

十四、替补裁判员职责

比赛中，替补裁判员根据执行总裁判、相关裁判长的指令，随时替补指定岗位。

第二章 比赛通则

第一条 参赛办法

一、报名

(一) 参赛单位应在规定时间内办理报名手续，每项参加人数和每人参加项数等必须符合竞赛规程的规定。

(二) 参赛单位必须按要求通过报名表或在线方式提交所有参赛运动员在报名截止日期前指定期限内的最好竞赛成绩，组织委员会将按报名成绩排列先后顺序。未提交正式竞赛成绩的运动员将被视为最慢者（无成绩）而排在最后。报名成绩相同的运动员或无报名成绩的运动员多于1人时，以抽签方式决定其先后顺序。运动员将根据其报名成绩排列的先后顺序按下

述方式编排竞赛秩序。

（三）除了竞赛规程另有规定外，在报名后不得替换运动员或更改项目。

二、参赛

（一）每个接力队应有4名运动员。在男女混合接力项目中，每队由2男2女组成，其分段成绩不能作为纪录和（或）报名成绩。

（二）每场比赛开始前，各单位必须在组织委员会确定的截止时间前，提交本场本单位接力队成员及其比赛顺序名单，否则以弃权论。

（三）任何接力队员在一个项目的比赛中只能游其中的一棒。在接力项目的预赛和决赛中，只要运动员是所在单位正式报名的运动员，接力队成员可以不同。运动员未按所报顺序参加比赛，其接力队将被取消资格；只有在出现紧急伤病并提交医疗证明的情况下才允许替换运动员。

（四）参加比赛的运动员（包括替补运动员）必须在组织委员会确定的时间内到第1检录室报到并主动配合泳装检查，检查结束后方可进入第2检录室。

第二条 编排

一、预赛

（一）只有1组时，应作为决赛编排，并只能安排在决赛时段进行比赛。

（二）2组时，报名成绩最好者应编在第2组，次好者应编在第1组，再次者应编在第2组，再后一名应编在第1组，以此类推。

（三）3组时（400米、800米和1500米项目除外），报名成绩最好者应编在第3组，次好者应编在第2组，再次者应编在第1组，第4名应编在第3组，第5名应编在第2组，第6名应编在第1组，第7名应编在第3组，以此类推。

（四）4组或4组以上时（400米、800米和1500米项目除外），最后3组按本条“一”款“（三）”项的方法编排。倒数第4组应包含所剩运动员中的报名成绩最好者，倒数第5组再包含所剩运动员中的报名成绩最好者，以此类推。

(五) 400米、800米和1500米项目，最后2组应按本条“一”款“(二)”项的方法编排。倒数第3组应包含所剩运动员中的报名成绩最好者，倒数第4组再包含所剩运动员中的报名成绩最好者，以此类推。

(六) 当一个项目有2组或更多组时，任何一个预赛组内至少应编入3名运动员。但若编排后有人弃权，则该预赛组内可少于3人。

(七) 在可以使用10条泳道的泳池比赛时，如果800米和1500米自由泳预赛第8名有2人成绩相同，将使用第9道，并通过抽签方式安排第8和第9道的运动员；如果有3人成绩相同，将使用第9和第0道，并通过抽签方式安排第8、第9和第0道的运动员。无法使用10条泳道时，按本条“三”款重赛的方法处理。

(八) 在出发端面向泳池，1道应在泳池最右侧（10条泳道时，0道在最右侧）。除了在50米池进行50米项目的比赛外，如果泳道数为奇数，成绩最好的运动员应排在中间的泳道。如泳池为6条泳道，成绩最好的运动员应排在3道；泳池为8条泳道，成绩最好的运动员应排在4道。在10条泳道的泳池比赛时，成绩最好的运动员应排在4道。次好者应排在其左侧泳道，其他运动员再按其报名成绩排列的先后顺序交替排在其右侧和左侧泳道。

(九) 在50米池进行50米项目的比赛时，组织委员会可根据所使用的自动计时装置、发令员位置等因素，决定在哪一端出发，并于赛前通知运动员。无论在哪一端出发，运动员的泳道均按在常规出发端出发的方式编排。

二、半决赛、决赛

(一) 半决赛应按本条“一”款“(二)”项的规定编组。

(二) 不需要预赛时，应按本条“一”款“(八)”项的规定安排泳道。如果进行了预赛或半决赛，则应根据预赛或半决赛的成绩，按本条“一”款“(八)”项的规定安排泳道。

(三) 比赛如采用分组决赛，应将报名成绩最好的运动员编在最后一组，再将所剩运动员中报名成绩最好的运动员编在倒数第2组，以此类推。同一组的运动员，按本条“一”款“(八)”项的规定安排泳道。

(四) 设预赛场和决赛场的比赛，如果800米和1500米自由泳项目采用

分组决赛，则最快一组应安排在决赛场进行，其他各组应安排在预赛场进行。

（五）如果采用A、B组决赛，则应根据预赛的成绩，将前8名编在A组（第2组），将9~16名编在B组（第1组）。两组均按本条“一”款“（八）”项的规定安排泳道。如有弃权，A组不允许替补。

（六）接力队的编排方法与运动员个人相同。

（七）基层比赛也可以采用抽签方式安排泳道。

三、重赛

某项预赛若使用8条（10条）泳道，在确定该项目的第8名（第10名）或第16名（第20名）时，如果有同组或不同组的运动员成绩至1/100秒都相同，则应通过重赛来确定哪位运动员进入下一赛次。如果替补运动员成绩相同，也应通过重赛来确定第1替补和第2替补。重赛应在所有有关运动员游完预赛后的时间进行，由竞赛组织方与有关单位共同商定。

如果重赛成绩仍相同，则再次进行重赛。

四、弃权

（一）已获得半决赛或决赛资格的运动员（接力队），可以在该项比赛结束30分钟内提出弃权。运动员（接力队）若在技术会议后提出预赛弃权，或在获得半决赛或决赛资格的比赛结束30分钟后提出半决赛或决赛弃权，将按有关规定予以处罚。弃权时，必须提交由领队、教练员、运动员共同签名的弃权申请单。

（二）当1名或更多运动员半决赛或决赛弃权时，应按运动员在预赛或半决赛中成绩排列的顺序进行替补。该项目应按本条“一”款“（八）”项的规定重新编排，并发布详细变更或替补情况的补充通知。

第三条 出发

一、出发的规定

（一）自由泳、蛙泳、蝶泳、个人混合泳及自由泳接力的比赛必须从出发台出发。当执行总裁判发出长哨声信号后，运动员应站到出发台上，

当发令员发出“各就位”的口令后，运动员应立即做好出发准备姿势，即至少有一只脚位于出发台的前端，手臂位置不限。当所有运动员都处于静止状态时，发令员发出“出发信号”。

（二）仰泳比赛、混合泳接力比赛的第1棒，必须从水中出发。当执行总裁判发出第1声长哨声信号后，运动员应立即下水；当执行总裁判发出第2声长哨声信号后，运动员应迅速游回池端；当所有运动员都做好出发准备时，发令员发出“各就位”口令；当所有运动员都处于静止状态时，发令员发出“出发信号”。

（三）全国综合性运动会游泳比赛、游泳冠军赛、游泳锦标赛、春季游泳锦标赛、夏季游泳锦标赛、青年游泳锦标赛等全国性赛事的出发口令必须用英语“Take your marks”，并通过安装于每个出发台的扬声器发出。

二、出发犯规的判罚规定

（一）任何运动员在“出发信号”发出之前出发，应判犯规。如果“出发信号”发出后发现运动员抢跳，应继续比赛，在该组比赛结束后取消抢跳运动员的录取资格；如果在“出发信号”发出前发现运动员抢跳，则不再发“出发信号”，待取消抢跳运动员比赛资格后，执行总裁判再以长哨声（仰泳为第2声长哨）开始重新组织其余运动员出发。

（二）因裁判员的失误或器材失灵而导致运动员抢跳时，发令员应将运动员召回重新组织出发，不视为抢跳犯规。

第四条 计时

自动计时、半自动计时与人工计时，均为正式的计时方法。

一、自动计时

（一）自动计时装置必须在指定裁判员的监督下进行操作。由自动计时装置记录的成绩应当用于确定名次和各泳道的成绩。如果自动计时装置发生故障或运动员未能触停该装置，则半自动计时或人工计时的成绩将作为正式成绩。

（二）使用自动计时装置时，成绩记录到百分之一秒。当可以精确到

千分之一秒时，不记录千分位数，也不以千分位数来确定成绩和名次。比赛中成绩相同的所有运动员（接力队）其名次相同。电子公告板上只应显示到百分之一秒的成绩。

（三）自动计时工作程序

1. 使用自动计时装置时，该装置确定的成绩、名次和接力交接棒情况，应当优先被采用。

2. 某组比赛中，当自动计时装置未能记录到1名或多名运动员的成绩和（或）名次时，应：

（1）记录所有可获得的自动计时和半自动计时装置成绩和名次。

（2）记录所有人工计时成绩和名次。

（3）正式名次按下述方法确定：

①同一组中，对具有自动计时装置成绩和名次的运动员进行比较，应保持其相对顺序。

②不具有自动计时装置名次但具有自动计时装置成绩的运动员，须用其自动计时装置成绩与其他运动员的自动计时装置成绩进行比较，确定其相对顺序。

③既没有自动计时装置名次又没有自动计时装置成绩的运动员，应采用其半自动计时装置成绩或 3 块数字式计时表计取的成绩来确定其相对顺序。

（4）正式成绩按下述方法确定：

①具有自动计时装置成绩的所有运动员，其自动计时装置成绩即为正式成绩。

②无自动计时装置成绩的所有运动员，其半自动计时装置成绩或3块数字式计时表计取的成绩即为正式成绩。

（5）一项预赛结束后确定全部运动员相对名次的方法为：

①比较所有运动员的正式成绩以确定其相对名次。

②如果一名运动员的正式成绩与另一名或多名运动员的正式成绩相同，则该项中具有相同成绩的所有运动员的名次并列。

二、人工计时

（一）每条泳道采用3块计时表计时而未设置终点裁判时，运动员的正式成绩是录取名次的根本依据。

（二）任何由1名裁判员操作的计时装置均应视为1块计时表。

（三）建议每条泳道指派3名计时员，所使用的计时表必须精确至百分之一秒。

（四）人工计时的正式成绩按下述方法确定：

1. 在3块计时表中，有两块计时表计取的成绩相同时，该成绩即为正式成绩。

2. 如果3块计时表计取的成绩都不相同，应以中间的成绩为正式成绩。

3. 如果3块计时表中只有两块正常运行，应以平均成绩为正式成绩。

（五）当计时成绩和终点名次顺序不一致时（如第2名的成绩反比第1名的成绩好），应以执行总裁判的判定为准：若执行总裁判判定以终点名次为准，应将第1名与第2名的正式成绩相加后平均，作为第1名和第2名的正式成绩（平均成绩取至百分位秒数）；若执行总裁判判定以计时成绩为准，应以计时成绩顺序重新排列名次。若出现两名以上终点名次和计时成绩顺序不一致时，仍按此办法处理。

三、单项比赛犯规的成绩记录

如果运动员在某项比赛中或比赛后被判犯规，该情况应记录在正式成绩单上，但其成绩或名次不予记录和公布。

四、接力比赛犯规的成绩记录

接力比赛第1棒运动员的分段成绩应被计取，并公布在正式成绩单上。如接力队被判犯规，则犯规之前的分段成绩应记录在正式成绩单上。

第五条 比赛

一、比赛规定

（一）比赛中，不得将不同项目的运动员（接力队）混合编组。除男女混合接力项目外，不得将不同性别的运动员（接力队）混合编组。

（二）运动员应游完全程才能获得录取资格。

（三）运动员应始终在其出发的同一泳道内比赛和抵达终点。

（四）在所有项目中，运动员转身时必须按各泳式的规定触及池壁，不允许在池底跨越或行走。

（五）在自由泳项目和混合泳项目的自由泳段比赛中，允许运动员在池底站立，但不得行走。

（六）不允许拉分道线。

（七）比赛中，运动员不得使用或穿戴任何有利于其速度、浮力、耐力的器材或泳衣（如手蹼、脚蹼、弹力绷带或粘胶材料等），但可戴游泳镜。不允许在身上使用任何胶带，除非得到组织委员会（竞赛委员会）指定的医疗机构同意。

（八）在比赛场地内，不允许速度诱导及采用任何能起速度诱导作用的装置与方法。

（九）由于某运动员犯规而影响其他运动员获得优异成绩时，执行总裁判有权允许被干扰的运动员参加下一组预赛。如在决赛或最后一组预赛中发生上述情况，可令该组重新比赛。

（十）接力项目如果有预赛，奖牌和证书应授予获名次接力队中参加了预赛或决赛的所有运动员。

（十一）只有赛事组织委员会（竞赛委员会）设置的录像设备才能作为判断运动员犯规和名次的依据之一。

二、犯规判罚规定

（一）游出本泳道阻碍其他运动员或以其他方式干扰其他运动员者，应判犯规。如属故意犯规，执行总裁判应将犯规情况报告主办单位和犯规运动员所在单位。

（二）在一项比赛进行过程中，当所有比赛的运动员还未游完全程前，未参加比赛的运动员如果下水，应取消其原定的下一次的比赛资格。

（三）接力比赛中，如本队的前一名运动员尚未触及池壁，后一名运动员的脚已蹬离出发台，应判犯规。

（四）接力比赛中，在各队的所有运动员还未游完之前，除了应游该棒的运动员之外，任何其他接力队员如果进入水中，应判犯规。

（五）运动员抵达终点后或在接力比赛中游完自己的距离后，应尽快离池，如妨碍其他游进中的运动员，应判该运动员（接力队）犯规。

第六条 全国纪录

一、设全国纪录的项目

（一）设男子、女子50米池全国纪录的项目

自由泳：50米、100米、200米、400米、800米、1500米。

仰泳：50米、100米、200米。

蛙泳：50米、100米、200米。

蝶泳：50米、100米、200米。

个人混合泳：200米、400米。

自由泳接力：4×100米、4×200米。

混合泳接力：4×100米。

男女混合接力：4×100米自由泳、4×100米混合泳。

（二）设男子、女子25米池全国纪录的项目

自由泳：50米、100米、200米、400米、800米、1500米。

仰泳：50米、100米、200米。

蛙泳：50米、100米、200米。

蝶泳：50米、100米、200米。

个人混合泳：100米、200米、400米。

自由泳接力：4×50米、4×100米、4×200米。

混合泳接力：4×50米、4×100米。

男女混合接力：4×50米自由泳、4×50米混合泳。

二、全国纪录的申请与承认

（一）一个项目只允许一个成绩作为全国纪录。全国纪录必须是自动计时装置计取的成绩，或者是在自动计时装置失灵时由半自动计时装置计取的成绩。

（二）一名运动员在一次竞赛中，同一个项目先后数次的成绩超过原

全国纪录，当后一次高于前一次成绩时方可申请为全国纪录。在一次竞赛中两名以上运动员成绩先后超过原全国纪录时，后者高于前者的方可申请为全国纪录。在一项比赛中只有优胜者的成绩方可申请为全国纪录。如同时在地举行比赛，两地运动员成绩都高于原全国纪录的，在24小时以内创造的方可申请为全国纪录。成绩相同时，先创者的成绩可申请为全国纪录，后者为平全国纪录。

（三）凡在符合本规则有关规定并有国际级或国家级游泳裁判员参加裁判工作的比赛中创造的成绩，方可申请为全国纪录。

（四）除男女混合接力外，接力比赛中第1棒运动员的成绩可申请为全国纪录。如该运动员按规则有关规定在其本人的游程中创造了这一项目的纪录，即使本接力队因其他队员在其后犯规而被取消录取资格，这一纪录仍应被承认。

（五）如运动员本人、其教练或领队向执行总裁判提出特别计取分段成绩的申请，或该分段成绩是由自动计时装置计取的，该个人项目中的分段成绩可申请为全国纪录，但运动员必须按规则游完该项的全程。

（六）运动员的正式成绩（自动计时装置成绩、半自动计时装置成绩）与国家体育总局公布的全国纪录相比较，凡超过者为创全国纪录。如某项全国纪录为1:06.96，运动员的成绩是1:06.95，应为创全国纪录。平全国纪录的运动员，应承认为全国纪录的保持者。

（七）在全国综合性运动会游泳比赛、全国游泳冠军赛和全国游泳锦标赛中创造的全国纪录将自动生效。

（八）运动员必须穿着符合本《规则》规定的泳装，所创全国纪录才能被承认。

（九）在淡水中进行的比赛所创全国纪录才能被承认。

（十）运动员创全国纪录，必须经过兴奋剂检查合格后方可由运动员所在单位按国家体育总局公布的《申请创全国纪录的办法》办理申请手续。

（十一）当使用可移动池壁的游泳池进行比赛时，如有运动员的成绩超世界纪录，在该场比赛结束后，必须经由国家承认的测绘单位重新检测各泳道的长度并提供书面证明。

第三章 各项泳式比赛的规定

第一条 自由泳

一、自由泳比赛中，可采用任何泳式。但在个人混合泳及混合泳接力比赛中，自由泳是指除蝶泳、仰泳、蛙泳以外的泳式。

二、每次转身和到达终点时，运动员身体的某一部分必须触及池壁。

三、在整个游程中，运动员身体的某一部分必须露出水面。在出发和转身时，允许运动员身体完全没入水中。出发和每次转身后，在15米前（含15米）运动员头的一部分必须露出水面。

第二条 仰泳

一、在“出发信号”发出前，运动员应在水中面对出发端，两手抓住出发握水器。禁止两脚蹬在水槽里、水槽上或脚趾勾在水槽沿上。当使用仰泳出发器出发时，两脚脚趾必须与池壁或触板接触；严禁脚趾勾在触板上沿。

二、出发时和每次转身后，运动员应以仰卧姿势蹬离池壁并在整个游程中保持仰卧姿势（本条“四”款所述除外），允许身体做转动动作，但最大转动幅度不得达到与水平面成 90° 的角度。头部位置不受此限。

三、在整个游程中，运动员身体的某一部分必须露出水面。在出发和转身时，允许运动员身体完全没入水中。出发和每次转身后，在15米前（含15米）运动员头的一部分必须露出水面。

四、在转身过程中，运动员必须在各自泳道内用身体的某一部分触壁。转身过程中允许肩的转动超过垂直面至俯卧姿势，之后立即做1次连贯的单臂划水或双臂同时划水动作，并以此动作作为转身动作的开始。

五、运动员到达终点时，必须在各自泳道内以仰卧姿势触壁。

第三条 蛙泳

一、在出发和每次转身后，运动员身体可没入水中并可做1次手臂充分向后划至腿部的动作。出发和每次转身后，在第1次蛙泳蹬腿动作之前，允许做1次蝶泳打腿动作。在第2次划臂两手至最宽点开始向内划水前，头的一部分必须露出水面。

二、从出发和每次转身后的第1次手臂动作开始，身体应保持俯卧，除转身动作外，任何时候都不允许身体呈仰卧姿势。只要身体呈俯卧姿势蹬离池壁，允许运动员在触壁后用任何方式转身。在出发后的整个游程中，动作周期必须是以1次划臂和1次蹬腿的顺序完成。两臂的所有动作应同时并在同一水平面上进行，不得有交替动作。

三、两手应同时在水面、水下或水上由胸前伸出。除转身前的最后一次划水动作、转身过程中及抵达终点前的最后一次划水动作外，肘部不得露出水面。两手应在水面或水下向后划水。除出发和每次转身后的第1次划水动作外，两手向后划水不得超过臀线。

四、在每个完整动作周期内，运动员头的一部分必须露出水面。两腿的所有动作应同时并在同一水平面上进行，不得有交替动作。

五、在蹬腿过程中，两脚必须做外翻动作。不允许做交替打腿或向下的蝶泳打腿动作（本条“一”款所述除外）。只要不接着做向下的蝶泳打腿动作，允许两脚露出水面。

六、在每次转身和到达终点时，两手应分开（图1）在水面、水上或水下同时触壁。转身和到达终点前的最后一次手臂动作后可不接蹬腿动作。在触壁前的最后一次划水动作结束后，头可以没入水中。但在触壁前最后一个完整或不完整的动作周期中，头的一部分必须露出水面。



图1 两手分开触壁示意图

第四条 蝶泳

一、从出发和每次转身后的第1次手臂动作开始，身体应保持俯卧。除触壁后的转身动作外，任何时候都不允许呈仰卧姿势。只要身体呈俯卧姿势蹬离池壁，允许运动员在触壁后用任何方式转身。

二、整个游程中（本条“五”款所述除外），两臂应在水面上同时向前摆动，并在水下同时向后划水。

三、所有腿部的上下打腿动作应同时进行。两腿或两脚可不在同一水平面上，但不允许有交替动作，不允许蹬蛙泳腿。

四、在每次转身和到达终点时，两手应分开（见图1）在水面、水上或水下同时触壁。

五、在出发和每次转身后，允许运动员在水下做一次或多次打腿动作和一次划水动作，这次划水动作应使身体升至水面。在15米前（含15米）运动员头的一部分必须露出水面。运动员应使身体保持在水面上，直至下次转身或到达终点。

第五条 混合泳

一、个人混合泳必须按照蝶泳、仰泳、蛙泳、自由泳的顺序进行比赛。每种泳式必须完成赛程四分之一的距离。

二、在自由泳段，除做转身动作外，身体须保持俯卧。转身后，在做

任何打腿或划水动作前必须恢复俯卧姿势。

三、混合泳接力必须按照仰泳、蛙泳、蝶泳、自由泳的顺序进行比赛。每种泳式必须完成赛程四分之一的距离。

四、在个人混合泳和混合泳接力项目的比赛中，每一泳式都必须符合对应泳式的有关规定。

第四章 场地、器材设备

第一条 游泳池

一、池长：游泳池应长50.000米（短池长25.000米），当出发端或转身端安装自动计时装置触板后，两触板间的距离必须符合此要求。允许误差为+0.010米、-0.000米。

两端池壁自水面上0.300米至水面下0.800米范围内的测量长度，50米池最小为50.020米，最大为50.030米；25米池最小为25.020米，最大为25.030米。

以上规格必须经由国家承认的测绘单位测量并提供书面证明。

二、池宽：举办全国综合性运动会游泳比赛、游泳冠军赛、游泳锦标赛、春季游泳锦标赛、夏季游泳锦标赛、青年游泳锦标赛等全国性赛事的游泳池宽应为25.000米，其他赛事的游泳池宽至少为21.000米。

三、池深：游泳池深度至少2.00米，推荐3.00米。

四、池壁：游泳池两端池壁必须平行，垂直于泳道和水面。池壁必须坚实、平整，自水面下0.80米以上的池壁必须防滑。允许在池壁上设休息台。休息台必须设在水面下至少1.20米深处，台面宽0.10米至0.15米。休息台可采用凸出式或凹进式，但推荐凹进式。游泳池的四壁可设水槽。如果在两端池壁上设水槽，水槽必须用合适的栅板或隔板遮盖，同时能够在水面上0.30米处安装触板。

五、移动池壁：游泳池的一端使用移动池壁时，必须横贯整个游泳池，在水面上至少0.30米到水面下至少0.80米的池壁必须垂直、坚实、平整、

防滑，并能够安装触板；移动池壁在水面上、下方不能有伤及运动员手、脚、手指和脚趾的孔洞；移动池壁必须确保裁判员在其上自由行走而不会产生明显的水流和漩涡。

六、池水：水温 $25\sim 28^{\circ}\text{C}$ 。比赛时，池水必须保持正常水位。如使用水循环装置，池水不得有明显的流动或漩涡。池水应达到使运动员能看清池底和池壁标志线的清晰程度。池水水质必须符合国家游泳场所的水质卫生标准。

七、照明：整个游泳池的照明度不得少于1500勒克斯。

八、如果游泳池与跳水池在同一比赛场地内，则游泳池与跳水池之间至少应相隔5米。2014年1月1日开始建设的游泳池，游泳池和跳水池之间至少应相隔8米，推荐相隔10米。

第二条 泳道、分道线与标志线

一、泳道：游泳池可设8条或10条泳道，泳道宽2.50米，两侧泳道到池壁的距离至少0.20米。使用8条泳道比赛时，泳道应是从1到8道。使用10条泳道比赛时，泳道应是从0到9道。

二、分道线：游泳池设9条或11条分道线。分道线必须拉至游泳池两端，固定分道线的挂钩应安装在池壁内，分道线必须拉紧。分道线由直径0.10～0.15米的单个浮标连接而成，距两端池壁15米处和50米池的25米处的浮标颜色应不同于其周围浮标颜色。自两端池壁起至5米内的浮标为红色。两条泳道之间只允许有1条分道线。

游泳池设9条分道线时，其颜色如下（图2）：

第1、9分道线为绿色；

第2、3、7、8分道线为蓝色；

第4、5、6分道线为黄色。

出发端	8	9 绿 色	8
	7	8 蓝 色	7
	6	7 蓝 色	6
	5	6 黄 色	5
	4	5 黄 色	4
	3	4 黄 色	3
	2	3 蓝 色	2
	1	2 蓝 色	1
		1 绿 色	

图2 9条分道线的颜色示意

游泳池设11条分道线时，其颜色如下（图3）：

第1、11分道线为绿色；

第2、3、4、8、9、10分道线为蓝色；

第5、6、7分道线为黄色。

出发端	9	11 绿 色	9
	8	10 蓝 色	8
	7	9 蓝 色	7
	6	8 蓝 色	6
	5	7 黄 色	5
	4	6 黄 色	4
	3	5 黄 色	3
	2	4 蓝 色	2
	1	3 蓝 色	1
		2 蓝 色	
		1 绿 色	
	0		0

图3 11条分道线的颜色示意

三、泳道标志线（附录一、二）：各泳道中间的池底应有清晰的深色标志线，线宽0.20~0.30米，线长46米（25米池线长21米），泳道标志线两端距池端各为2米。在泳道标志线的两端应各设一条长1米与泳道标志线同宽并与其垂直的对称横线。

50米游泳池的每条泳道标志线，在距两端池壁15米处设一条长0.50米、宽0.20~0.30米的横线（横线的中心距池壁15米）。

四、池端目标标志线（见附录一、二）：池端目标标志线应设在两端

池壁上或触板上，位于各泳道正中，宽为0.20~0.30米，从池壁的上沿一直延伸到池底。在水面下0.30米处的池端目标标志线中心上设一横线，横线长0.50米，宽0.20~0.30米。

第三条 出发台

一、出发台必须坚固没有弹性，正对泳道的中间，其前沿应高出水面0.50~0.75米。出发台的台面面积至少为0.50米×0.50米（全国性游泳赛事的出发台台面面积至少为宽0.50米×长0.60米）。台面应由防滑材料覆盖，其向前倾斜不超过10°。出发台前沿应与池壁在同一垂直面上。出发台可设置可调节踏板。可在出发台的两侧设出发握手器。允许在出发台下安装电子显示板，但不能闪烁。仰泳出发时显示板上的数字不能跳动。

应保证运动员出发时能在前沿和两侧抓握出发台。如果出发台台面的厚度超过0.04米，可在出发台两侧设至少0.10米长、前端设至少0.40米长的握手槽。槽深0.03米。

二、出发台必须设有横式和竖式的仰泳出发握手器，高出水面0.30~0.60米。横握手器与水面平行，竖握手器与水面垂直。握手器应与池壁在同一垂直面上，不得突出池壁之外。

三、出发台应能安装仰泳出发器。仰泳出发器的踏板高8厘米，至少65厘米长，下端厚2厘米，倾斜角为10°；踏板可以调节到水上4厘米至水下4厘米处（图4）。

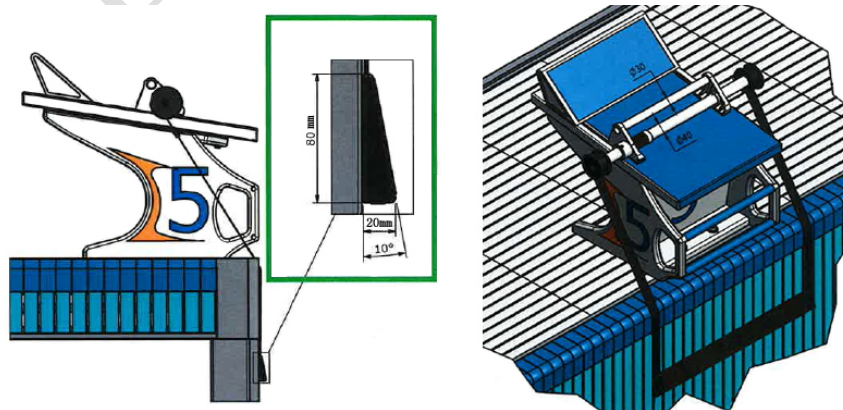


图4 仰泳出发器

四、出发台四周应用明显的阿拉伯数字标明泳道号数。出发台的号数应在出发一端面对游泳池从右至左依次排列。

第四条 召回线与仰泳转身标志线

一、出发召回线：出发召回线必须横跨游泳池并系在离出发端15米处的固定柱子上，距水面至少1.20米，应能迅速放入水中，并有效覆盖全部泳道。

二、仰泳转身标志线：仰泳转身标志线为横跨游泳池的旗绳。旗绳两端固定在离游泳池两端5米的柱子上，高出水面1.80米。标志旗必须固定在旗绳上，规格为底边0.20米、两斜边0.40米的三角形；标志旗之间的距离为0.25米（图5）。

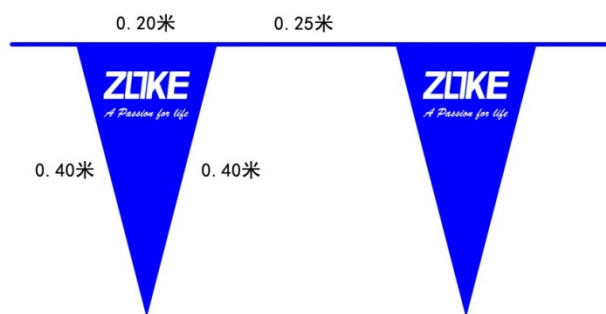


图5 仰泳转身标志线

第五条 自动计时装置

一、全国综合性运动会游泳比赛、游泳冠军赛、游泳锦标赛、春季游泳锦标赛、夏季游泳锦标赛、青年游泳锦标赛等全国性赛事必须采用自动计时装置。

二、自动和半自动计时装置应能判定运动员到达终点的先后，并记录运动员的成绩。计取的成绩应精确到百分之一秒。任何装置均不得影响运动员的出发、转身和溢水系统的功能。这种装置应由发令员启动。装置的连线尽可能不要露在池岸上，要能够按名次和泳道显示出各泳道所有记录

下的信息，提供易读的运动员成绩。

三、自动计时装置应包括以下设备：

（一）发令装置

1. 供发令员发布口令的话筒。
2. 如使用发令枪，必须带有信号转换器。
3. 话筒和信号转换器应与各出发台的扬声器相连，使运动员都能同时听到发令员的口令和出发信号。

（二）自动计时装置触板：触板最少应为宽2.40米×高0.90米，厚度为0.01米±0.002米。触板应露出水面0.30米，浸入水中0.60米。各泳道的触板应独立安装以便单独控制。触板的表面颜色必须鲜明，并设有固定的池端目标标志线。

1. 安装：触板应安装在泳道中心的固定位置上，并应轻便，以便容易拆卸。
2. 灵敏度：触板应不会受水波影响，而只对运动员的轻微触动产生作用。触板的顶部前沿应是灵敏的。
3. 标志线：触板上的标志线应与池壁的标志线一致并重叠，触板的周围和边沿应标有0.025米的黑边。
4. 安全性：触板应绝无触电的危险，触板的边沿应平滑。

（三）自动计时装置至少有下列配件和功能：

1. 在比赛中能重复打印出各种信息。
2. 电子公告板。
3. 精确到百分之一秒的接力出发判断器。当使用视频计时系统时，该系统可以作为接力出发判断器的补充。
4. 自动计趟。
5. 分段成绩显示。
6. 总名次排列。
7. 误触板纠正。
8. 自动充电器。

四、全国综合性运动会游泳比赛、全国游泳冠军赛、全国游泳锦标赛

应具备下列条件：

电子公告板至少应有12行，每行可显示32个字符，每个字符的位置上均能显示字母和数字，每个字符至少为0.36米高。显示栏应可上下翻动，并且有闪烁功能。电子公告板应显示比赛运行的成绩。每个矩阵记分牌都应能通过计算机程序进行控制，并能显示动画。成绩公布板至少为7.50米宽，4.50米高。

在离终点池端3~5米处，必须有一个装有空调的控制中心，面积至少为6米×3米，要求在比赛中随时能不受阻碍地观察到终点端的情况。执行总裁判在比赛期间应能方便地出入控制中心，其他时间控制中心应能封闭。

五、使用自动计时装置时，可以采用半自动计时装置作为自动计时装置的备用系统，每条泳道须有3个按钮，由3名裁判员独立操作。在运动员抵达终点触壁后，裁判员立即按下按钮以计取成绩。

第六条 基层比赛的场地、器材

一、设有出发台的游泳池，其出发端从距池壁1米起到距池壁至少6米处，深度至少1.35米。其他地方池深至少1.00米。

二、泳道宽不得少于2.00米，两侧泳道与两侧池壁的距离不得少于0.20米。

三、出发端和转身端的照明度不得少于600勒克斯。

四、泳道数和池宽不限。

五、分道线颜色不限。

六、游泳池池水温度不得低于25℃。

七、其余比赛场地、器材设备规格应符合本《规则》第四章相关条款的规定。

第五章 附则

第一条 泳装规定

一、只允许运动员穿一件泳装参加比赛。男运动员泳装不得高于肚脐、低于膝部。女运动员泳装可以是连体的或分体的，但不得覆盖颈部、延伸过肩部、低于膝部。所有泳装的材质为透气且不透明的纺织品。

二、比赛泳装必须在国际泳联每年发布的合格泳装列表之内，并有国际泳联认证标识。

三、如果运动员的泳装没有国际泳联认证标识，只要泳装外形和材质完全符合本条“一”款的规定，也可参加比赛。当创造新的纪录时，其泳装必须经有关部门检查认可。

四、允许运动员佩戴两顶游泳帽参加比赛。

第二条 赛前练习

一、运动员报到后，应提供比赛池和训练池给运动员训练使用。

二、为保证安全，在热身训练期间，运动员不得使用划手掌、脚蹼等器材。

三、除冲刺泳道外，其他泳道禁止出发跳水。

第三条 场馆保障

一、游泳场馆内设运动员和教练员席，使运动员和教练员能够在现场观看比赛。

二、游泳场馆内提供必需的功能用房及相应设施。

三、比赛期间，比赛场馆应配备必要的急救、救生设施和医护人员、救生员。

四、游泳场馆内禁止吸烟。

第四条 运动员的广告标识

-
- 一、不允许出现任何方式的身体广告。
 - 二、必要时，运动员须佩戴号码布入场（介绍运动员）和参加颁奖仪式。佩戴的号码布须完整可见。
 - 三、运动员必须遵守赛事主办单位关于广告标识的相关规定。

第五条 录像设备

所有被批准的水上、水下录像、摄像设备须由遥控操作，均不得阻挡运动员视线或游进路线，不得干扰比赛。

第六条 技术会议

一、各参赛代表队必须派代表按时参加赛前技术会议。对于技术会议缺席的代表队，主办单位将对其进行相应处罚。

二、各代表队在技术会议上可提出弃权、更正等相关问题的申请。技术会议后提出的报名、报项弃权，将按有关规定进行处罚。

第七条 抗议、申诉与仲裁

各代表队对裁判员的判决有疑问时，其领队或教练可先到竞赛问题受理台口头询问。如仍有异议，可正式提出抗议。

一、抗议

（一）下列情况可提出抗议

1. 未遵守比赛规则和规程；
2. 发生了危及比赛或运动员的其他情况；
3. 对执行总裁判的判决有疑义。但不得对符合客观事实的判决提出抗议。

（二）抗议的程序要求

1. 该项比赛结束 30 分钟之内；

-
2. 填写大会提供的抗议书；
 3. 领队签字；
 4. 交纳抗议费人民币 500 元；
 5. 提交给执行总裁判。

如果在比赛前就已经发现了可能引起抗议的情况，则抗议必须在该项出发信号发出前提出。

执行总裁判必须对所有抗议做出解答。如果驳回抗议，必须在抗议书上填写驳回理由，并将抗议书交还代表队。

二、申诉与仲裁

（一）如果抗议被驳回，其领队可向仲裁委员会申诉。此时，执行总裁判应将抗议书送交技术代表，由技术代表召集仲裁委员对申诉进行复议和裁决。

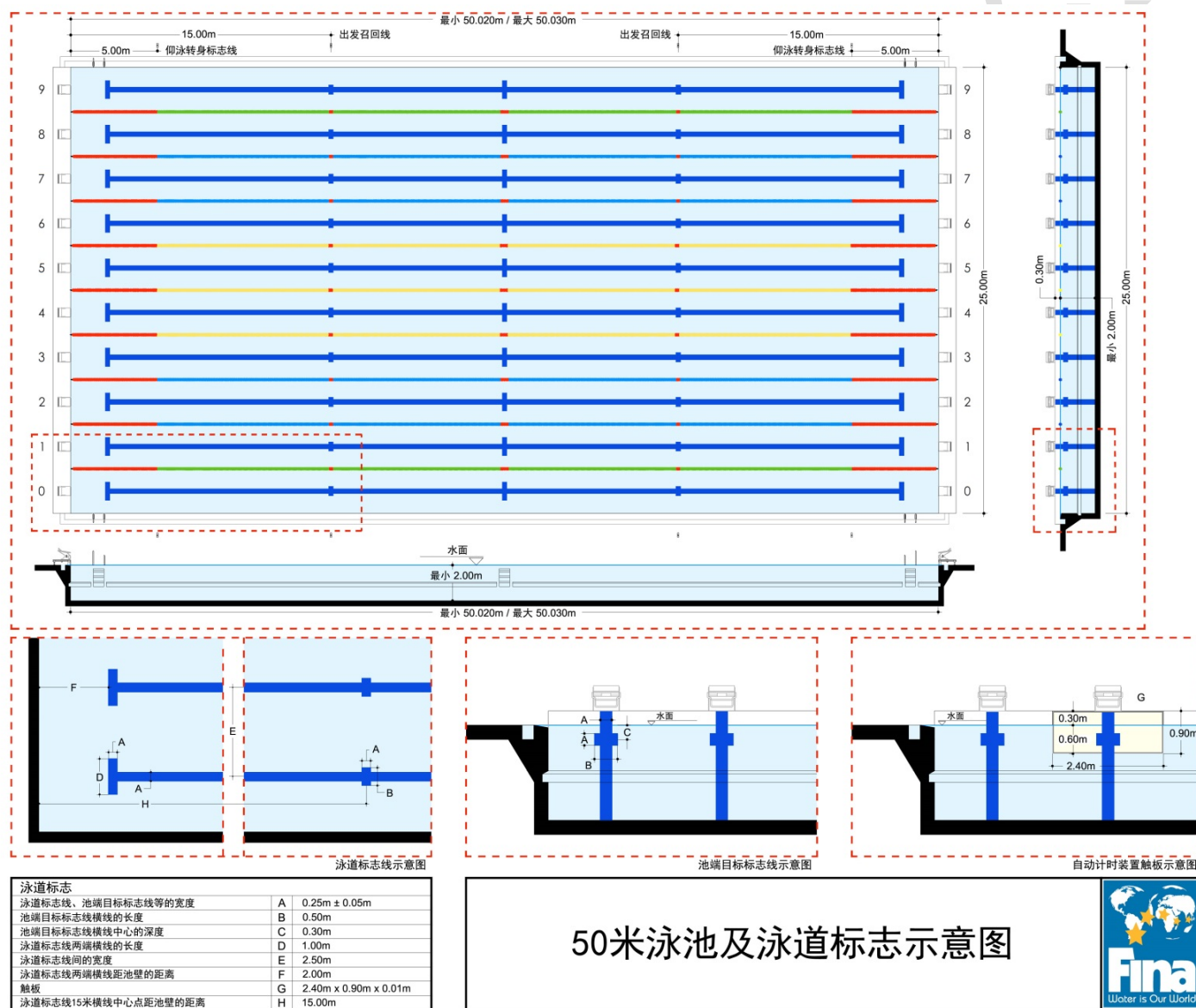
当申诉涉及仲裁委员会成员所在地区时，该成员可发表意见，但不能参与投票。仲裁委员会的裁决为最终裁决。

（二）如胜诉，退还抗议费。

第八条 基层比赛

基层比赛可根据实际情况参照本《规则》执行。

附录一 50米泳池及泳道标志示意图



附录二 25 米泳池及泳道标志示意图

