

第十二屆香港盃 - 國際藝術體操邀請賽2024

年齡組別	項目	Cat A - 賽事規則 (訓練時數每星期 6 小時或以上)	Cat B - 賽事規則 (訓練時數每星期 4-5 小時)	Cat C - 賽事規則 (訓練時數每星期3小時或以下)
- 獎項將根據年齡組別和項目頒發 (A, B, C) - 9名以上運動員的組別將根據出生年份進行分組 1. 無用具項目部份，一系列的近似技巧動作計算為DER： 2個動作計0.1， 3個動作計0.2， 3個動作包含改變高低或軸心計0.3， 3個動作包含改變高低及軸心計0.4， 2. 舞蹈步在Baby - Child 10-12 組別 - 每個0.3，計算數量參考以下詳細賽事規則計算。 3. 身體波浪在Baby - Child 10-12 組別 - 每個0.3，計算數量參考以下詳細賽事規則計算。 4. 預備DER計算最高 0.2(拋，器械在空中1 個轉體，接 計0.1 + 拋或接的方式最多增加0.1，器械在空中時2個轉體也只算1個轉體) 5. 難度及完成度根據2022 - 2024 國際賽事規則計算，可以在所有難度內自由選擇。 6. 根據不同組別，最高難度分有所不同。				
Baby 年齡 3-4 Year 2020或以下	1). <input type="checkbox"/> 2). 自由選擇	NA	NA	3 DB (每個0.1 - 0.2) 最少1個跳步1個轉體1個平衡 1 個舞蹈步 1個身體波浪 最高 2 DA 最高 1 個近似技巧動作(計算0.1 DB) 不計算DER 不需大拋 音樂長度: 1'00 - 1'30 不計算聯合難度
Mini 年齡 5-6 Year 2019 - 2018	1). <input type="checkbox"/> 2). 自由選擇	6 DB (每個0.1 - 0.4) 最少1個跳步1個轉體1個平衡 2 個舞蹈步 2個身體波浪 最高 8 DA 無用具項目部份最高 2 DER 最高1個 預備DER + 0.2 (拋，器械在空中1 個轉體，接) 音樂長度: 1'15 - 1'30 不計算聯合難度	4 DB (每個0.1 - 0.3) 最少1個跳步1個轉體1個平衡 1 個舞蹈步 1 個身體波浪 最高 4 DA 最高 2 個近似技巧動作(計算0.1 DB) 不計算DER 音樂長度: 1'00 - 1'30 不計算聯合難度	3 DB (每個0.1 - 0.2) 最少1個跳步1個轉體1個平衡 1 個舞蹈步 1個身體波浪 最高 2 DA 最高 1 個近似技巧動作(計算0.1 DB) 不計算DER 不需大拋 音樂長度: 1'00 - 1'30 不計算聯合難度
Child 年齡 7-8 Year 2017 - 2016	1). <input type="checkbox"/> 2). 自由選擇	7 DB (每個0.1 - 0.5) 最少1個跳步1個轉體1個平衡 2個舞蹈步 2個身體波浪 最高 10 DA 無用具項目部份最高 3 DER 最高 1 預備DER + 0.2 (拋，器械在空中1 個轉體，接) 音樂長度: 1'15 - 1'30 不計算聯合難度	6 DB (每個0.1 - 0.4) 最少1個跳步1個轉體1個平衡 2 個舞蹈步 2個身體波浪 最高 8 DA 無用具項目部份最高 2 DER 最高1個 預備DER + 0.2 (拋，器械在空中1 個轉體，接) 音樂長度: 1'15 - 1'30 不計算聯合難度	4 DB (0.1 - 0.3 per each) 最少1個跳步1個轉體1個平衡 1 個舞蹈步 1個身體波浪 最高 5 DA 無用具項目部份最高 2 DER, 用具項目部份不計算DER 不需大拋 音樂長度: 1'00 - 1'30 不計算聯合難度
Child 年齡 9-10 Year 2015 - 2014	1). <input type="checkbox"/> 2). 自由選擇 3). 自由選擇	7 DB (每個0.1 - 0.6), 計算聯合難度 最少1個跳步1個轉體1個平衡 2 個舞蹈步 3 個身體波浪 最高 15 DA 最高 3 DER 音樂長度: 1'15 - 1'30	7 DB (每個0.1 - 0.5) 最少1個跳步1個轉體1個平衡 2 個舞蹈步 3 個身體波浪 最高 12 DA 最高 2 DER 音樂長度: 1'15 - 1'30 不計算聯合難度	6 DB (每個0.1 - 0.4) 最少1個跳步1個轉體1個平衡 2 個舞蹈步 2個身體波浪 最高 8 DA 無用具項目部份最高 2 DER 最高1個 預備DER + 0.2 (拋，器械在空中1 個轉體，接) 音樂長度: 1'15 - 1'30 不計算聯合難度
Child 年齡 11-12 Year 2013 - 2012	1). <input type="checkbox"/> 2). 自由選擇 3). 自由選擇	7 DB (每個0.1 - 0.6), 計算聯合難度 最少1個跳步1個轉體1個平衡 2 個舞蹈步 3 個身體波浪 最高 15 DA 最高 3 DER 音樂長度: 1'15 - 1'30	7 DB (每個0.1 - 0.5), 計算聯合難度 最少1個跳步1個轉體1個平衡 2 個舞蹈步 3 個身體波浪 最高 12 DA 最高 2 DER 音樂長度: 1'15 - 1'30	6 DB (每個0.1 - 0.4) 最少1個跳步1個轉體1個平衡 2 個舞蹈步 2個身體波浪 最高 8 DA 無用具項目部份最高 2 DER 最高1個 預備DER + 0.2 (拋，器械在空中1 個轉體，接) 音樂長度: 1'15 - 1'30 不計算聯合難度
Junior Year 2011 - 2009	自由選擇 X 3 Cat B 第一選項可為 <input type="checkbox"/>	根據 FIG 2022 - 2024 賽事規則 音樂長度: 1'15 - 1'30	根據 FIG 2022 - 2024 賽事規則, 但 最高 12 DA 最高 2 DER 音樂長度: 1'15 - 1'30	NA
Senior Year 2008>	By Choice X 4 Cat B 第一選項可為 <input type="checkbox"/>	根據 FIG 2022 - 2024 賽事規則 音樂長度: 1'15 - 1'30	根據 FIG 2022 - 2024 賽事規則, 但 最高 15 DA 最高 2 DER 音樂長度: 1'15 - 1'30	NA