



人人运动 学会游泳

2025年上海市青少年游泳达标挑战赛

静安站

秩序册

主办单位：上海市体育局
承办单位：上海市游泳协会
协办单位：沈坚强游泳俱乐部



“人人运动 学会游泳”
2025 年上海市青少年游泳达标挑战赛静安站
竞赛规程

一、赛事组织

- 1、主办单位：上海市体育局
- 2、承办单位：上海市游泳协会
- 3、协办单位：沈坚强游泳俱乐部

二、赛事信息

- 1、比赛时间：2025 年 8 月 10 日（周日）08:30-14:00
- 2、比赛地点：沈坚强游泳俱乐部一师附小分部
- 3、比赛地址：静安区武宁南路 48 号

三、参与对象及赛事规模

- 1、参与对象：上海市在校三年级至九年级学生，身体健康且具备基本游泳能力（可独立完成 15 米游泳）。
- 2、比赛规模：300 名参赛者

四、竞赛分组

- 1、年龄组：

甲组（七至九年级）	2010 年 9 月 1 日~2013 年 8 月 31 日
乙组（五、六年级）	2013 年 9 月 1 日~2015 年 8 月 31 日
丙组（三、四年级）	2015 年 9 月 1 日~2017 年 8 月 31 日
- 2、性别组：分设男子组、女子组

五、赛事内容

1. 趣味体验项目：水上投篮

说明：参赛者入水后听从工作人员指令，可以任何泳姿游向篮球筐，到达篮球筐下方指定位置，参赛者即在水中进行投篮，每名参赛者有三次投篮机会，投进一球即完成挑战。

2. 达标挑战项目：

15 米自由泳、15 米蛙泳（9-10 级）
25 米自由泳、25 米蛙泳（7-8 级）

3. 拓展活动项目： 水上安全课堂（视屏讲座）

六、比赛办法及晋级规则

- 1、采用中国游泳协会最新审定出版的《游泳竞赛规则》执行。
- 2、采用标准 25 米室内泳池，水下出发。
- 3、按五个分区赛男女各组别成绩汇总排名的前 36 名晋级决赛（分 25 米自由泳、25 米蛙泳两个项目）。

七、报名及参赛办法

- 1、上海市在校三年级至九年级学生等均可个人或学校/单位组队报名参赛，参赛运动员必须持有效身份证件（身份证、学籍卡、护照等）进行报名、参赛。
- 2、参赛运动员须身体健康并具有一定的游泳基础，比赛报到时需递交由监护人签字的《健康承诺书》；
- 3、本次赛事通过赛事官方统一平台“上操场”微信小程序进行报名，每人限报 1 项达标挑战项目、1 项趣味体验项目。
- 4、赛事服务费：50 元/人（含赛事保险、参赛纪念品）。

八、奖励办法

- 1、每名参赛运动员可获纪念品一份
- 2、达标运动员按照相应等级颁发《达标证书》。

九、申诉

成绩异议需在比赛结束 30 分钟内以书面形式向裁判长申诉，仲裁组裁决结果为最终结论。

十、参赛须知

- 1、参赛运动员必须按指定时间和地点报到，报到后听从工作人员安排，先行于一楼更衣室更衣后到达指定位置候场(三楼羽毛球馆)。
- 2、本次比赛无运动员热身环节，请在开赛前 30 分钟报到。
- 3、未尽事宜，临时通知。

“人人运动 学会游泳”
2025 年上海市青少年游泳达标挑战赛静安站
赛前通知

一、参赛时间

第一场：08:00-08:15 签到、08:15 检录、08:30 开赛

- | | | |
|---|--------|---------|
| 1 | 男女各年龄组 | 15 米自由泳 |
| 2 | 男女各年龄组 | 15 米蛙泳 |
| 3 | 男子丙组 | 25 米自由泳 |
| 4 | 女子丙组 | 25 米自由泳 |
| 5 | 男子丙组 | 25 米蛙泳 |
| 6 | 女子丙组 | 25 米蛙泳 |

第二场：09:00-09:15 签到、09:15 检录、09:30 开赛

- | | | |
|---|------|---------|
| 1 | 男子乙组 | 25 米自由泳 |
| 2 | 女子乙组 | 25 米自由泳 |
| 3 | 男子乙组 | 25 米蛙泳 |
| 4 | 女子乙组 | 25 米蛙泳 |

第三场：10:00-10:15 签到、10:15 检录、10:30 开赛

- | | | |
|---|------|---------|
| 1 | 男子甲组 | 25 米自由泳 |
| 2 | 女子甲组 | 25 米自由泳 |
| 3 | 男子甲组 | 25 米蛙泳 |
| 4 | 女子甲组 | 25 米蛙泳 |

二、签到

- 1 本次比赛无运动员热身环节，非参赛运动员不得进入泳池，请运动员根据各年龄

组的开赛时间提前 15-30 分钟报到。

2 参赛运动员必须持有效身份证件（身份证、学籍卡、护照等）进行签到、检录、参赛。

3 参赛运动员须身体健康并具有一定的游泳基础，签到时需递交由监护人签字的《自愿参赛责任及风险告知书》；

4 如有运动员突发紧急情况，无法按竞赛日程准时出席比赛的，采用随到随游(补游时间截止至 8 月 10 日下午 14:00) 。

5 因场地有限，每名参赛运动员限 1 名家长陪同。

6 家长请在三楼羽毛球馆候场位置以大屏形式观看比赛，不要拥挤在一楼大厅。

三、注意事项

1 本次比赛为达标赛，25 米项目纪录成绩，15 米项目不记录成绩，各组别所有 15 米和 25 米项目，必须游完全程方可获取证书，中途放弃者视为不达标没有证书。

2 本次比赛静安分站赛不统计名次，待所有分赛区完成后，由大赛组委会统计全市排名。

3 比赛采用水下出发，发令以各就各位之后的哨声为准。

4 更衣室更衣箱不提供钥匙，贵重物品请自行保管，以免遗失。

5 三楼候场休息区域考虑到连同运动员检录区域，为避免参赛运动员着凉故不设空调，敬请谅解。

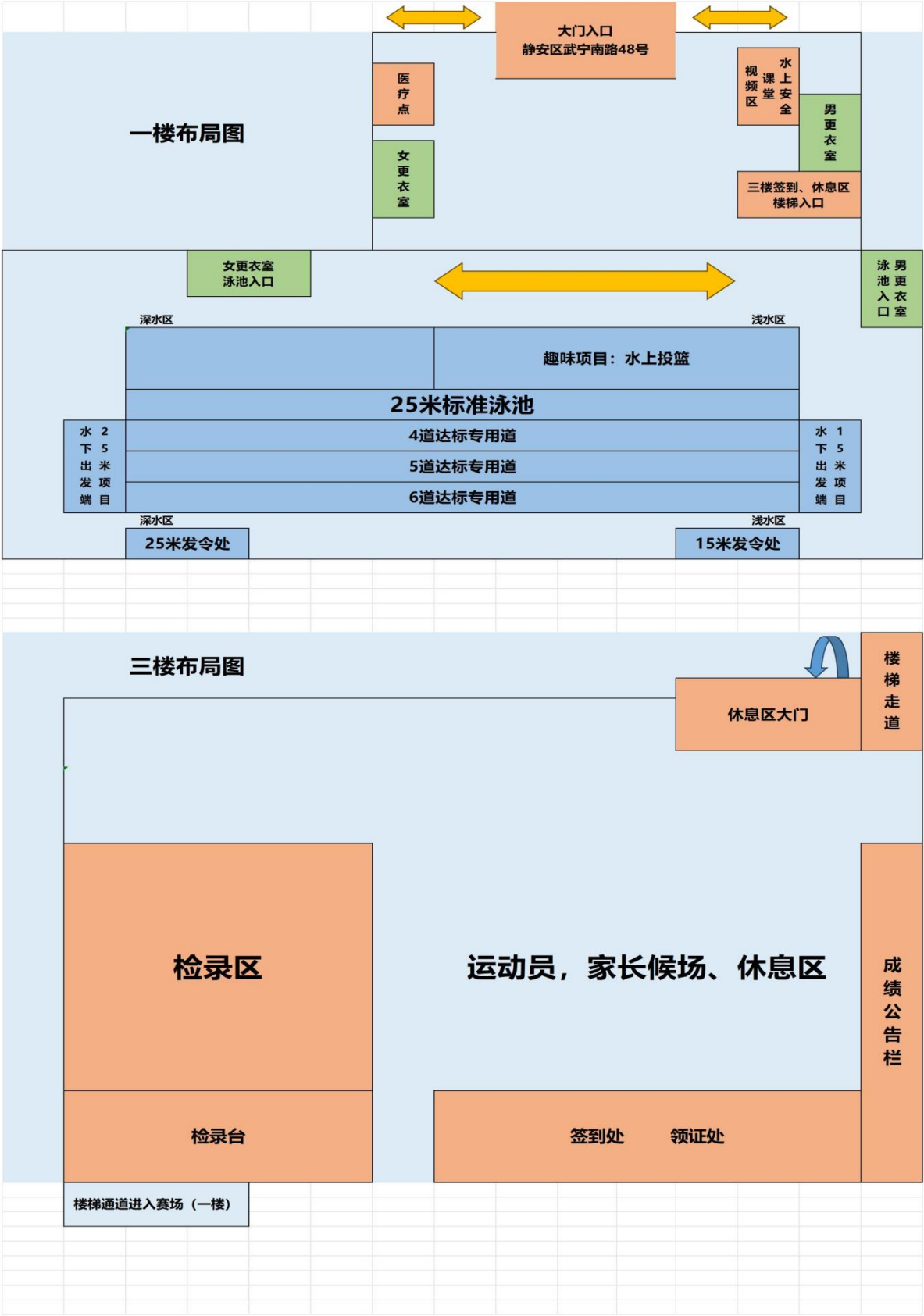
6 建议运动员在到达赛场前换好泳装（备好拖鞋、大浴巾）。

7 本次比赛场馆方不提供停车服务，附近交通便捷，公交 93、824、94、45 等，地铁 14 号线武定路站 1 号出口均可到达。

“人人运动 学会游泳”

2025 上海市青少年游泳达标挑战赛静安站

赛场平面图





“人人运动 学会游泳”

2025 上海市青少年游泳达标挑战赛静安站

达标项目工作委员会名单

协会工作人员：刘秋苹 沈坚强

裁判长：万 坚

裁判员：姜 平 顾斌倩 田园诗 张佳林

活动项目工作委员会名单

负责人：王 蕾

救生员：沈伟九 时加和 马方化 管兵

医务处：徐 颖

检录处：高 颖 钮劭超 周宇峰

达标赛事组：吴 凡 陈 沁 周 炯

趣味游戏组：马文涛 郭 王 顾乐闻

签到证书组：施 娟 汪丽萍 王 琦 周惠国

机动组：裘锦彪 王 蕾

后勤组：刘彬彬 石军洋

“人人运动 学会游泳”

2025 上海市青少年游泳达标挑战赛静安站

人数统计

参赛组别	达标项目	男	女	总人数
各年龄组	15 米(9-10 级)	5	3	8
丙组	25 米(7-8 级)	47	40	87
乙组	25 米(7-8 级)	36	28	64
甲组	25 米(7-8 级)	24	14	38
		112	85	197

“人人运动 学会游泳”

2025 上海市青少年游泳达标挑战赛静安站

竞赛日程

第 1 场

2025-8-10 08:30

项次	性别组别	项目	人数	组数
1	男女各年龄组	15 米自由泳	3	1
2	男女各年龄组	15 米蛙泳	5	2
3	男子丙组	25 米自由泳	26	9
4	女子丙组	25 米自由泳	34	12
5	男子丙组	25 米蛙泳	21	7
6	女子丙组	25 米蛙泳	6	2

第 2 场

2025-8-10 09:30

项次	性别组别	项目	人数	组数
1	男子乙组	25 米自由泳	28	10
2	女子乙组	25 米自由泳	16	6
3	男子乙组	25 米蛙泳	8	3
4	女子乙组	25 米蛙泳	12	4

第 3 场

2025-8-10 10:30

项次	性别组别	项目	人数	组数
1	男子甲组	25 米自由泳	18	6
2	女子甲组	25 米自由泳	10	4
3	男子甲组	25 米蛙泳	6	2
4	女子甲组	25 米蛙泳	4	2

“人人运动 学会游泳”

2025 上海市青少年游泳达标挑战赛静安站

秩序单

第 1 场

2025-8-10 08:30

1.男女各年龄组 15 米自由泳 3 人 1 组

组次/泳道

4

5

6

1

葛骏屹
男

李嘉霖
女

吴美靓
女

2.男女各年龄组 15 米蛙泳 5 人 2 组

组次/泳道

4

5

6

1

王嘉翔
男

周游攸
男

2

陆谦溢
男

周知淼
男

吴美靓
女

3.男子丙组 25 米自由泳 26 人 9 组

组次/泳道

4

5

6

1

裴 祺

张子墨

2

陈艺林

钟佳辰

Edward

3

王梓宸

罗居恒

傅潇涵

4

白宸源

刘恩泽

蔡震烨

5

金煜宸

陈彦宁

沈承沅

6

何祎博

谭 莘

郭立宇

7

夏昀珩

孔宁泽

黄奕博

8

张庭礼

叶天然

梁璟桀

9

朱泽睿

池彦麒

徐梓睿

4.女子丙组 25 米自由泳 34 人 12 组

组次/泳道	4	5	6
1		施承淇	屠慕妍
2		王彦歆	徐曼悦
3	黎雅欣	薛咏琳	Emma
4	徐安晴	朱雯佳	付芃舒
5	王希元	董琚凡	华晗君
6	王淇琢	陈恣仪	潘陆依
7	赵一涵	高恺汐	吴梦芸
8	王 旻	张恩泽	胡楮雯
9	窦馨艺	姚馨怡	孟志欣
10	杨铭佳	吴晓涵	韩伊一
11	李沫洋	沈诗涵	陈 希
12	王睿晗	彭荟伊	曹宸绫

5.男子丙组 25 米蛙泳 21 人 7 组

组次/泳道	4	5	6
1	李秉德	黄奕博	Edward
2	孙浩宇	凤天翊	戴祯临
3	黄楚跃	王博源	李梓豪
4	康文煊	韩明德	孙柏宇
5	徐梓懿	王明钰	巴颢箴
6	顾喆予	王曦晨	陆罗赟
7	彭钰杰	沈鸣泽	孟维祯

6.女子丙组 25 米蛙泳 6 人 2 组

组次/泳道	4	5	6
1	温知晞	王一宁	Emma
2	黎纯瑜	周姝圻	龚翊芊

第2场

2025-8-10

09:30

1.男子乙组 25 米自由泳 28 人 10 组

组次/泳道

4

5

6

1		黄熙铖	朱宇恒
2		郭一涵	薛奕晨
3	洪笃辉	柳铖元	郭景昊
4	郑弘霖	刘名翰	李沛瑄
5	柴奕锋	徐浩洋	孙翊博
6	陈茂洲	刘梓彦	马云章
7	石祥铭	杨其儒	裴辰睿
8	罗艺宸	汪屹逍	邓铭鸿
9	刘栩铭	郑晨轩	袁 琦
10	赵启博	王靖霖	宗峻亿

2.女子乙组 25 米自由泳 16 人 6 组

组次/泳道

4

5

6

1		强俊旻	徐梓芸
2		陈思妍	黄钰霏
3	阮小妍	张煜菡	郑丹瑜
4	胡蓓悠	忻 晴	赵艺雯
5	方艺琳	严 烁	瞿 霖
6	王欣慈	曹婧瑶	童芊卓

3.男子乙组 25 米蛙泳 8 人 3 组

组次/泳道

4

5

6

1		聂卓然	王欣翊
2	梅 霖	刘文心	谢辰轩
3	张天诚	杜钧豪	刘安欣

4.女子乙组 25 米蛙泳 12 人 4 组

组次/泳道

4

5

6

1	徐若芸	钱芋君	陈奕涵
---	-----	-----	-----

组次/泳道	4	5	6
2	郁令仪	何 灵	刘蓓颐
3	汪宜桦	陆欣妍	张怡萱
4	朱馨蕊	朱苹玥	冯彦嘉

第3场

2025-8-10 10:30.00

1.男子甲组 25 米自由泳 18 人 6 组

组次/泳道	4	5	6
1	毛柏翔	丁逸豪	王韬翔
2	冯辰鼎	熊 兹	赵启增
3	朱书醇	郑云杰	周俊辰
4	陆 帝	王薪杰	陈瑾瑜
5	李天然	华弈晰	诸灏诚
6	颜凡皓	赵骋烨	项 然

2.女子甲组 25 米自由泳 10 人 4 组

组次/泳道	4	5	6
1		胡娉婷	何诗赟
2		杨沐夕	王梓瑶
3	何雯漪	王笑涵	曹若楠
4	吴羨好	俞梓涵	徐梓馨

3.男子甲组 25 米蛙泳 6 人 2 组

组次/泳道	4	5	6
1	毛柏翔	蒋铭鸿	陈瑞劼
2	朱浩宇	徐仕杰	莫非凡

4.女子甲组 25 米蛙泳 4 人 2 组

组次/泳道	4	5	6
1		杨筱洁	王梓昕
2		钱璟珩	吴羨好

2025 年“人人运动 学会游泳”上海市青少年游泳达标挑战赛分区赛自愿参赛责任及风险告知书

一、本人（队）自愿报名参加 2025 年“人人运动 学会游泳”上海市青少年游泳达标挑战赛分区赛并签署本责任书。

二、本人（队）已全面了解并同意遵守赛事所制订的各项竞赛规程、规则、要求及采取的安全措施。

三、本人（队）已完全了解自己的身体状况，确认自己身体健康状况良好，具备参赛条件，已为参赛做好充分准备，并在认可赛事组委会在比赛前购买的“人身意外伤害保险”；监护人经审慎评估，确认被监护人身体状况符合参赛条件，并自愿承担相应风险。

四、本人（队）充分了解本次比赛可能出现的风险，已准备必要的防范措施，以对自己安全负责的态度参赛。

五、本人（队）愿意承担比赛期间发生的自身意外风险责任，且同意对于非赛会原因造成的伤害等任何形式的损失大会不承担任何形式的赔偿。

六、本人（队）同意接受赛会在比赛期间提供的现场急救性质的医务治疗，但在离开现场后，在医院救治等发生的相关费用由本队（人）负担。

七、本人承诺以自己的名义参赛，决不冒名顶替，否则自愿承担全部法律责任。

八、本人及家长（监护人）已认真阅读并全面理解以上内容，且对上述所有内容予以确认并承担相应的法律责任。

运动员姓名：

参赛单位（盖章）：

运动员家长（监护人）签名：

运动队领队签名：

2025 年 月 日

