

泳动中国，健康趣游

China Swim Day-Swim for Health and Fun

2025 年“世界泳联中国游泳日”（上海主会场）

竞赛规程

一、组织机构

指导单位：世界泳联

主办单位：国家体育总局游泳运动管理中心、中国游泳协会

承办单位：上海市体育局、上海市游泳协会

协办单位：上海市城市运动中心

二、活动时间与地点

活动时间：2025 年 9 月 26 日（星期五）上午 9:30

活动地点：上海城市运动中心（河南中路 1 号）

三、参赛对象

全国各游泳协会、冬泳协会、少体校、俱乐部、在沪外籍游泳爱好者等单位统一组队参加，香港、澳门地区游泳代表队均可报名参加，报名人数每队不得少于 5 人，本次比赛不接受个人报名，总人数约 300 人。

四、竞赛项目与分组

组别		项数	项目设置（男子、女子）
少儿组	7 - 9 周岁	8	竞赛项目：50 米自由泳、50 米蛙泳、100 米自由泳、100 米蛙泳 接力项目：男女混合 4x50 米自由泳接力（限青年组、中年组、长青组）
少年组	10 - 12 周岁	8	
青年组	18 - 35 周岁	9	
中年组	36 - 55 周岁	9	
长青组	56 - 65 周岁	9	

竞赛项目：

1. 男子/女子 50 米蛙泳
2. 男子/女子 50 米自由泳
3. 男子/女子 100 米蛙泳
4. 男子/女子 100 米自由泳
5. 4x50 米自由泳接力（混合团体，2 男 2 女）

分组设置：每个单项按性别和上述年龄组别分别进行比赛和录取名次。接力项目各组别限报一队（2 男 2 女，必须为青年组、中年组、长青组运动员）

年龄分组：为保证公平与安全，按年龄分组：

少儿组： 7 - 9 周岁（2016 年 9 月 26 日至 2018 年 9 月 25 日出生）

少年组：10 - 12 周岁（2013 年 9 月 26 日至 2016 年 9 月 25 日出生）

青年组：18 - 35 周岁（1989 年 9 月 26 日至 2007 年 9

月 25 日出生)

中年组: 36 - 55 周岁 (1969 年 9 月 26 日至 1989 年 9 月 25 日出生)

长青组: 56 - 65 周岁 (1959 年 9 月 26 日至 1969 年 9 月 25 日出生)

注: 所有参赛者需签署健康承诺书, 56 岁以上者需提供近六个月体检证明)*

五、 参加办法

(一) 参赛报名信息

1. 报名方式:

本次报名使用水马小程序报名。

2. 报名时间: 即日起至 2025 年 9 月 15 日 17:00 止, 额满即止。

3. 报名费用: 100 元/人。

4. 资格审核: 主办方将对报名人员进行资格审核。

5. 所有比赛项目只进行一次决赛, 按成绩排列名次, 成绩相同名次并列, 取消下一名次。

6. 各代表队领队 1 人, 教练若干人, 参赛者人数不限, 每名参赛者限报 2 个单项。

7. 组委会为所有参赛者购买个人意外伤害险。

（二）运动员身体健康要求

游泳是一项负荷强度较大的运动，对参与者身体状况有较高的要求，参与者应身体健康，参赛运动员可根据自己的身体状况和实际能力选择报名。

组委会建议参赛运动员前去相应医疗机构进行健康体检，有以下疾病患者或情况者不允许参加比赛：

1. 先天性心脏病和风湿性心脏病；
2. 高血压和脉管疾病；
3. 心肌炎和其它心脏病；
4. 冠状动脉病和严重心律不齐；
5. 血糖过高或过低的糖尿病；
6. 饮酒后；
7. 不适合本项运动者。

（三）在比赛中，个人身体及其它个人原因导致的人身损害和财产损失，由参与者及监护人自行承担责任。

（四）少儿组、少年组、长青组运动员及监护人要密切关注参运动员的身体健康状况，如出现不适症状请立即停止比赛。

（五）在比赛中，因个人身体及其它个人原因导致的人身损害和财产损失，由参赛者个人承担责任。

（六）参赛运动员应确保经常性参加游泳锻炼，并确保

具备能够完成所参加项目距离，游泳比赛的运动能力和身体健康水平。

（七）现役专业注册运动员不得参赛。

（八）按照年龄组的要求，不得越组报名，一经发现取消资格和成绩。

（九）参赛运动员必须认真遵守所有本次比赛的竞赛和安全规定。如实提交赛会所需文件：所有参赛者需提交风险告知书，长青组参赛者必须提供本人近六个月内二级以上医疗机构健康检查体检报告书。（内含：心电图、血压数据、并加盖医疗机构公章）

七、 竞赛办法

1. 采用中国游泳协会审定的最新《游泳竞赛规则》。
2. 所有项目均采用一次性决赛，按成绩排列名次。
3. 运动员参赛时，必须向检录裁判员出示本人有效身份证件原件，否则不得参赛。
4. 冒名顶替、弄虚作假者，一经发现立即取消其所有比赛成绩和资格。
5. 裁判长和主要裁判员由上海市游泳协会选派国家级或一级裁判员担任。
6. 设立仲裁委员会，由上海市游泳协会派出。

八、 录取名次与奖励

（一）奖励

1. 所有参赛者将获得“2025 年世界泳联中国游泳日”纪念证书。
2. 各组别单项录取前八名颁发奖状。
3. 各组别团体总分前三名颁发奖杯。

（二）计分方法

1. 各单项有 9 名以上（含 9 名）运动员（队）参加的，录取前 8 名，不足 9 名，按实际参赛人（队）数录取名次，按 9、8、7、6、5、4、3、2、1 记分。
2. 如名次并列，将并列名次的下一个或几个空出，空出名次的分值与获得名次的分值相加后的平均数作为名次的所得分值，计入相关代表单位。

3. 团体总分计分方法：

- （1）各年龄组单项得分累计相加记取团体总分：
- （2）得分多者列前，得分相同，以第 1 名多者名次列前，以此类推。

九、报名与报到

（一）网上报名

本次比赛不接受个人报名。各队指定专人统一进行报名。请各参赛队报名时登录网站 <http://www.yue716.com>, 选择本次比赛对应的入口“2025 世界泳联中国游泳日（上海主会

场)”，然后点击【去报名】进行报名（第一次使用本系统的代表队请先登录微信小程序“水马运动”，并用手机号码进行登录）；或在微信小程序“水马运动”中选择本次比赛对应入口，进行报名。报名流程可在网站中查看，过程中如有技术问题请在工作时间（周一至周五，上午 09:00-12:00，下午 14:00-17:30）拨打技术咨询电话：0531-81602556。关于规程和规则有关问题请与上海市游泳协会联系，联系方式：021-64171255（周一到周五 9:30-17:00）。

（二）逾期或不按规定报名者，不予安排参赛。请参赛队在 9 月 15 日前完成网上报名。

联系人：曲老师：021-64171255，手机：13668692893.

十、经费

（一）参加比赛的运动员须缴纳 100 元赛事服务费，请以参赛队为单位统一支付，并且务必备注：中国游泳日-参赛单位名称（人数）。请于 2025 年 9 月 15 日 17:00 前完成支付。

付款二维码：

上海市游泳协会

100159960023

支持  数字人民币
e-CNY



开户行：工行上海市裕德路支行，1001270209008990185

交费时请务必备注：中国游泳日-参赛单位名称（人数）。

（二）交费完成后将付款完成的截图发送至
shyyxh00@outlook.com，邮件格式为中国游泳日-参赛单位
名称-联系人-联系电话。

（三）竞赛服务费于 2025 年 9 月 15 日 17:00 前汇款
完毕，因个人未能参加比赛者，报名费不予退还。

十一、 其他事宜

1. 本规程未尽事宜，另行通知。
2. 本规程解释权属本次赛事主办单位。