



2022-23 幼苗籃球區際比賽



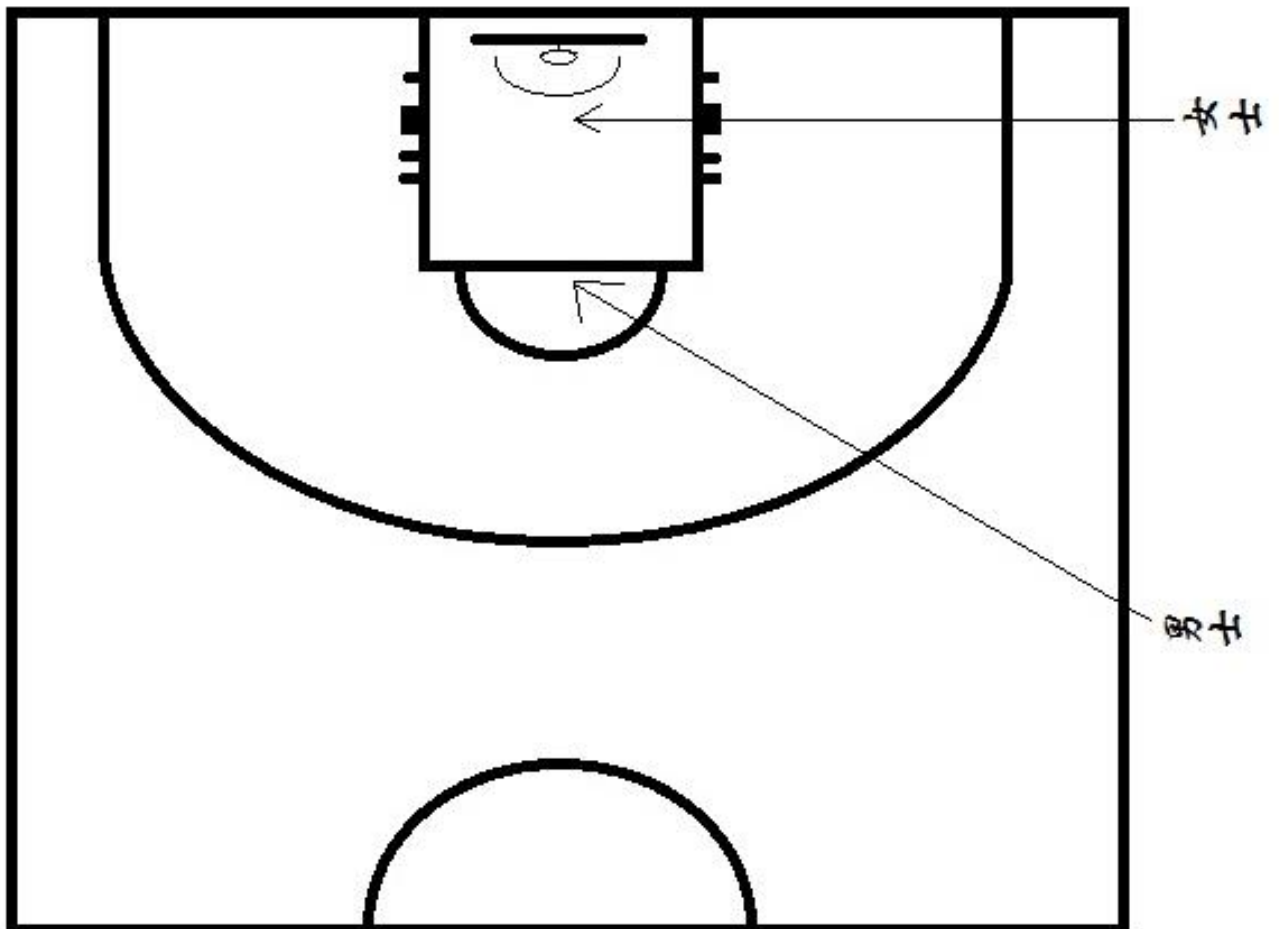
暨

技術挑戰賽

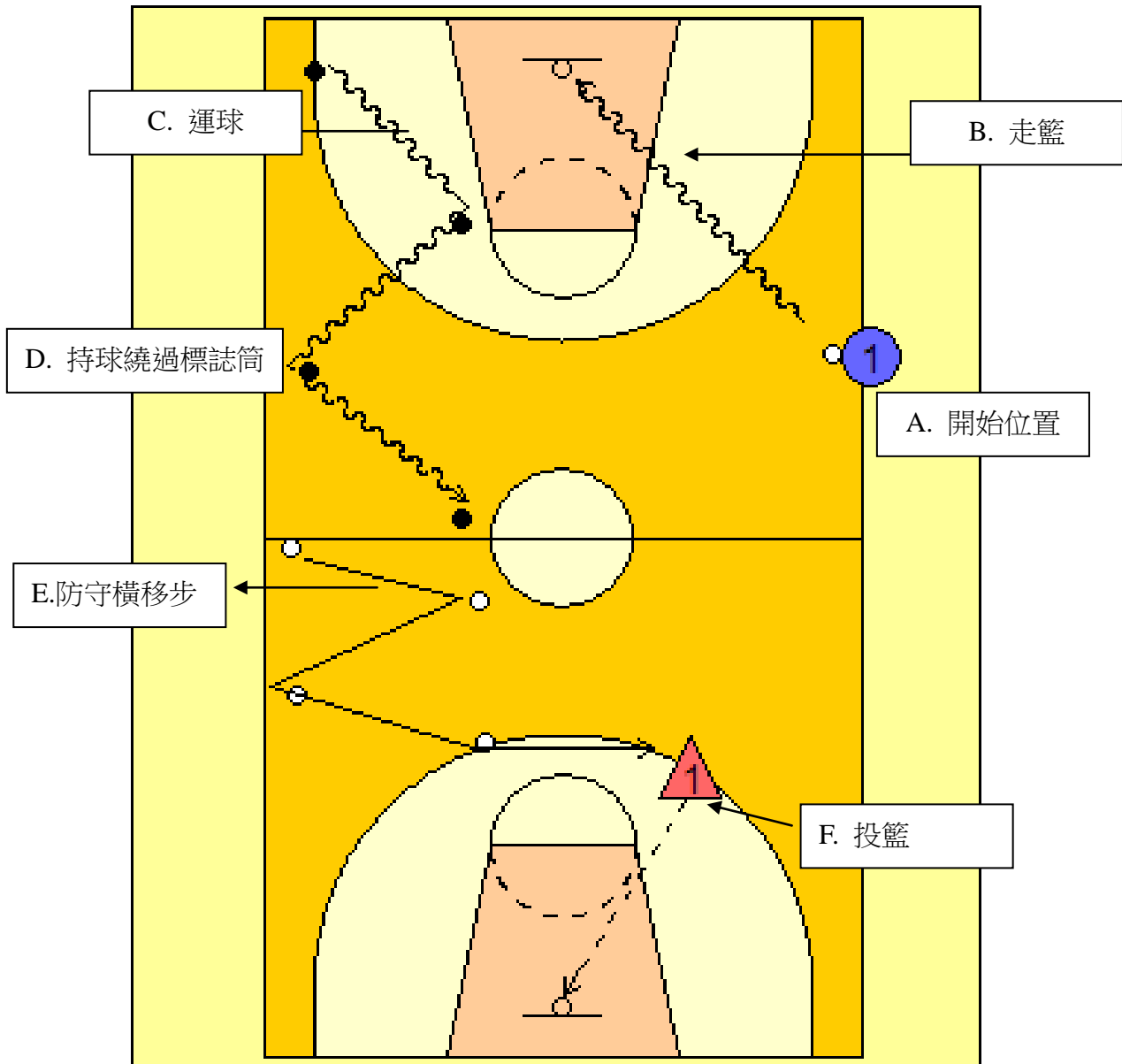
日期：	2022年12月4日（星期日）		
地點：	順利邨體育館		
時間：	上午九時 - 下午七時		
程序：	09:00 - 11:05	女子組初賽	女子組初賽
	11:05 - 11:30	女子組季軍賽	
	11:30 - 11:55	女子組冠軍賽	
	12:45 - 13:45	技術挑戰賽【全場】	技術挑戰賽【全場】
	14:00 - 16:05	男子組初賽	男子組初賽
	16:05 - 16:30	男子組季軍賽	
	16:30 - 16:55	男子組冠軍賽	

親子籃球技術投籃賽

1. 參賽隊伍須由一名成人(父親或母親)及學員組成二人隊伍參賽。
2. 參賽隊伍為 40 隊，將採取先到先得的形式報名(12:15 前截止報名)。
3. 每隊比賽時間為 30 秒。
4. 投籃方式將已輪換方式進行，一人射球後，然後把球交給隊友，再由隊友射球，如比類推。
5. 如有違例，例如同一名球員於同一時間投籃兩次，將會因每次犯規而扣去一分。
6. 學員可自由選擇位置進行投籃，家長則在指定位置進行投籃(父親，母親的投籃位置是不同)。



幼苗籃球技術挑戰賽



1. 每班自行選出兩名球員組成代表隊代表參賽，技術挑戰賽是一個計時賽，參賽隊伍須以最短時間順序完成 4 個基本籃球技術，最快完成者為勝。
2. 參賽者從開始位置 (A) 出發，以右手走籃 (B)，如球不入籃要重頭開始。(一次機會重做)
3. 之後於底線 (C) 開始運球 (D) 繞過標誌筒。期間不能接觸到標誌筒。
4. 持球進行防守橫移步 (E) 。
5. 運球至 (F) 進行投籃，未能投進可於任何地點補投。(一次機會補投)

如有違例，例如在運球時接觸到標誌筒或帶球時未能完全繞過標誌筒，將會因每次犯規加時 1 秒於總時間內。