

# 游泳測驗標準及規則

## (一) 方法：

1. 發令員位於出發台前三公尺處。
2. 發令員發「預備」口令，受測者立於水中腰背部緊貼池邊後，槍響後出發，受測者以自由式游畢200公尺。
3. 計時員見信號指示，立即按下碼錶，俟游者身體任何部位碰觸終點時停錶。
4. 不得使用浮具。
  - 自由式係指不限泳姿，受測者得自選最擅長或最有利的泳姿接受測驗(中途不著地可換泳姿)。

## (二) 成績：以秒為單位，記錄至百分之一秒。

## (三) 重要規則：

1. 中途不得著地、走步或拉消波繩。
2. 不得使用浮具。
3. 違規罰則：一律以0分計。
4. 男生未於4分40秒內完成者，女生未於5分40秒內完成者；不予通過。

## (四) 發生技術違規時(例腳著地)由終點計時員舉紅旗並停止計時。

## (五) 本規則如有未盡事宜，依中華民國游泳協會最新版之游泳規則為準。