



杭州2022第19屆亞運會 競賽技術手冊

舉重



本手冊係依HAGOC 2023年2月公佈之《Sport Technical Handbook 2.0》編譯，
各項資訊如有變動，須以HAGOC後續修訂的英文版本為準。

杭州2022第19屆亞運會 競賽技術手冊

(2.0版)



Heart to Heart, @Future 心心相融, @未来

本手冊係依HAGOC 2023年2月公佈之《Sport Technical Handbook 2.0》編譯，各項資訊如有變動，須以HAGOC後續修訂的英文版本為準。

前 言

2023年9月23日至10月8日，第19屆亞運會將在中國杭州舉行。這座城市正以它一如既往的開放、友好和熱情迎接來自亞洲各地的朋友們。

杭州2022年亞運會的口號是“心心相融，@未來”。杭州以互聯網城市固有的氣質表達各國人民在亞運會大舞臺上互相包容，用心交融，體現亞奧理事會大家庭團結向上，和諧共榮，同時激勵運動健兒自信樂觀、不畏挑戰，與“更快、更高、更強、更團結”的奧林匹克精神契合，也寄託著開創未來，共建亞洲和人類命運共同體的美好願望。

此手冊的電子版本以中、英兩種文字介紹了與舉重相關的競賽技術資訊，各種服務安排以及各相關體育組織的聯絡方式等。我們非常榮幸地向你們呈上此手冊，真誠地希望對你們參加杭州亞運會能有所幫助。

目 錄

I.公共資訊.....	1
1.杭州2022第19屆亞運會簡介.....	3
2.註冊與啟動.....	4
3.身份註冊卡有效期.....	5
4.交通.....	5
5.住宿.....	5
6.媒體採訪.....	6
7.醫療服務.....	6
8.氣象資訊.....	7
II.競賽技術資訊.....	11
1.競賽日期.....	13
2.競賽場館.....	13
3.競賽管理.....	13
4.競賽項目.....	13
5.競賽日程.....	14
6.競賽規則.....	15
7.競賽形式.....	16
8.競賽報名.....	16
9.技術官員與仲裁委員會.....	17
10.技術會議.....	17
11.抗議與申訴.....	17
12.器材與服裝.....	18
13.運動禁藥管制.....	18
14.頒獎.....	18
15.競賽資訊中心.....	18
III.技術手冊認可.....	19
IV.公共聯絡資訊.....	23
V.附件.....	27

T

公共資訊

I. 公共資訊

1. 杭州2022第19屆亞運會簡介

時間：2023年9月23日-10月8日

主辦城市：杭州市協辦城市：寧波市、溫州市、紹興市、金華市、湖州市

運動：40個種類·61個科目

場館：54個競賽場館·31個訓練場館

定位：中國新時代·杭州新亞運

總體要求：簡約安全精彩辦會理念：綠色智能節儉文明

1.1 會徽



會徽：潮湧 (TidesSurging) 。

取意於世界三大潮汐河流之一的中國錢塘江潮。

1.2 吉祥物



吉祥物：琮琤、宸宸、蓮蓮。其造型特徵、名稱分別取意於中國杭州三大世界遺產良渚古城、京杭大運河、西湖。

1.3 亞運村

亞運村由運動員村、技術官員村與媒體村組成，總用地面積113公頃，建築面積約241萬平方公尺，共有108幢建築。此外，在杭州淳安、桐廬還設有兩個運動員分村（飯店），在杭州以外的金華市、寧波市象山縣和溫州市設有三個運動員分村（飯店）。

1.4 其他公共資訊

請參考相關公共部門和國際組織網站。

2. 註冊與啟動

杭州亞組委將於2022年11月向負責單位元發放註冊指南更新檔。線上註冊將從2022年12月20日開始到2023年5月20日截止。

杭州亞組委將於2023年7月20日開始，向已確認《註冊狀態報告》的負責單位發放和郵寄待啟動的身份註冊卡。在抵達中國-杭州時，參賽者應持有效身份證件

和待啟動身份註冊卡，前往各註冊機構辦理身份註冊卡啟動業務。身份註冊卡只有在啟動後，才能作為杭州亞運會通行證件使用，享有卡片所顯示相應場館及場館內註冊分區的通行許可權。

3. 身份註冊卡有效期

外籍人員可憑本人有效護照或其他國際旅行證件和杭州亞組委簽發的有效身份註冊卡自2023年8月24日零時至10月23日24時（待定）多次入境出境中國內地（大陸）。

4. 交通

杭州亞運會期間，為運動員及隨隊官員提供抵離、比賽、訓練、觀賽等交通服務，交通服務提供週期為2023年9月9日至2023年10月11日。為各國家（地區）奧會分配一定數量的工作專用車輛，供其自行支配使用，並提供駕駛服務。具體交通政策詳見《2022年第19屆亞運會交通服務詳情方案》。

5. 住宿

杭州亞運會期間，各國家（地區）奧會運動員和隨隊官員將入住運動員村及運動員分村。運動員村內共有37棟公寓樓，2600套公寓房，超過10,000名運動員和隨隊官員入住運動員村。運動員村將於2023年9月16日正式開村，10月11日閉村。出於對人員安全保障，各區域通行需要各自的認證卡。

6. 媒體採訪

6.1 混合採訪區

混合採訪區是運動員比賽結束後退場必經的一個區域，以便讓註冊媒體記者在賽後第一時間採訪運動員。運動員經過該區域時沒有義務必須接受註冊媒體記者的採訪。

頒獎儀式結束後，獲獎運動員（隊）依然需要經過混合採訪區接受媒體記者的採訪（如有需要）。

6.2 新聞發佈廳

原則上每場決賽賽事結束後，進行賽後新聞發佈會。足球、籃球、排球等團體項目原則上在每場比賽後均需進行新聞發佈會。

新聞發佈廳提供專業逐步口譯服務，如有需要，運動員所屬代表團的新聞官應負責將本國語言翻譯成英語。

6.3 場地攝影位

在每個競賽場館的競賽區（FOP）或競賽區週邊區域，將設置場地攝影位，提供給註冊攝影記者對比賽進程進行拍攝。進入場地攝影位進行拍攝的註冊攝影記者將身穿輔助通行識別物。此外，部分項目的場地攝影位元將採用攝影車、攝影船、馬道遙控相機、碉堡、水下遙控相機等形式，進行拍攝。

7. 醫療服務

競賽場館和訓練場館設置醫務室（醫療點），配備救護車，在場館開放期間由專業醫護人員為參會人員提供基本醫療、急救及病人轉診服務。

運動員村設綜合門診部，設急診內科、急診外科、骨科門診、婦科門診、眼科門診、口腔科門診、耳鼻喉科門診、針灸推拿科門診、康復醫學科門診等9個臨床科室；藥劑科、超音波檢查室、心電圖室、放射科、檢驗科等5個醫技科室，由專業醫護人員提供24小時基本醫療、急救及病人轉診服務。基本醫療、急救及病人轉診服務免費提供，其他醫療服務費用按保險有關規定支付。除此之外產生的費用由患者本人負擔。

患有慢性疾病的人員請到亞運會定點醫院就醫，場館和住地醫務室不提供慢性病診療服務。

8. 氣象資訊

8.1 杭州市氣候

杭州地處東南沿海北部，屬於亞熱帶季風氣候。杭州市近30年(1991~2020年)平均氣溫17.5°C，平均相對濕度73.6%，年平均降水量1491.8公分，年平均日照時數1642.4小時。9月平均氣溫24.6°C，平均風速為2.1公尺/秒，降水量113.3公釐。10月平均氣溫19.3°C，平均風速為1.9公尺/秒，降水量74.1公釐。以下為杭州市近30年9月和10月的氣象資料請參閱。

近30年(1991~2020年)杭州市9月&10月氣候概況

氣象要素	9月	10月
盛行風向	北西北	北西北
平均風速(公尺/秒)	2.1	1.9
最大風速(公尺/秒)	14.0	10.7
極大風速(公尺/秒)	22.6	17.2
平均氣溫(°C)	24.6	19.3
平均最高氣溫(°C)	28.7	23.6
平均最低氣溫(°C)	21.4	15.8
平均月降雨量(公釐)	113.3	74.1
最大月降雨量(公釐)	247.5	331.0
月平均降雨日數	11.0	8.0

8.2 寧波市氣候

寧波屬北亞熱帶濕潤型季風氣候，氣候溫和濕潤，四季分明，冬夏季風交替明顯，雨量豐沛。以下為寧波市近30年9月和10月的氣象資料請參閱。

近30年（1991～2020年）寧波市9月&10月氣候概況

氣象要素	9月	10月
盛行風向	西北	西北
平均風速（公尺/秒）	2.0	1.9
最大風速（公尺/秒）	9.8	15.5
極大風速（公尺/秒）	20.2	23.6
平均氣溫（℃）	24.8	19.7
平均最高氣溫（℃）	28.8	24.0
平均最低氣溫（℃）	21.8	16.3
平均月降雨量（公釐）	176.3	88.9
最大月降雨量（公釐）	495.0	424.0
月平均降雨日數	13.5	8.9

8.3 溫州市氣候

溫州屬中亞熱帶季風氣候，冬夏季風交替顯著，溫度適中，四季分明，雨量充沛。以下為溫州市近30年9月和10月的氣象資料請參閱。

近30年（1991～2020年）溫州市9月&10月氣候概況

氣象要素	9月	10月
盛行風向	北	北東北
平均風速（公尺/秒）	1.3	1.2
最大風速（公尺/秒）	12.7	11.1
極大風速（公尺/秒）	19.9	26.0
平均氣溫（℃）	25.7	21.2
平均最高氣溫（℃）	30.1	25.9
平均最低氣溫（℃）	22.7	17.9
平均月降雨量（公釐）	211.1	80.2
最大月降雨量（公釐）	511.3	273.8
月平均降雨日數	12.8	8.3

8.4 湖州市氣候

湖州市（德清縣）地處北亞熱帶季風氣候區，季風顯著，氣候溫和，空氣濕潤。

以下為湖州市近30年9月和10月的氣象資料請參閱。

近30年（1991～2020年）湖州市（德清縣）9月&10月氣候概況

氣象要素	9月	10月
盛行風向	東東南	西西北
平均風速（公尺/秒）	2.3	1.7
最大風速（公尺/秒）	13.0	12.0
極大風速（公尺/秒）	21.4	17.7
平均氣溫（℃）	24.1	18.3
平均最高氣溫（℃）	27.9	23.2
平均最低氣溫（℃）	21.1	14.7
平均月降雨量（公釐）	97.4	75.2
最大月降雨量（公釐）	280.1	297.9
月平均降雨日數	10.0	11.4

8.5 紹興市氣候

紹興地處亞熱帶季風氣候區，季風顯著，四季分明，氣候溫和，濕潤多雨。以下

為紹興市近30年9月和10月的氣象資料請參閱。

近30年（1991～2020年）紹興市9月&10月氣候概況

氣象要素	9月	10月
盛行風向	東東北	北西北
平均風速（公尺/秒）	1.8	1.6
最大風速（公尺/秒）	16.8	9.7
極大風速（公尺/秒）	26.2	19.0
平均氣溫（℃）	24.5	19.2
平均最高氣溫（℃）	28.4	23.4
平均最低氣溫（℃）	21.5	15.9
平均月降雨量（公釐）	132.8	80.7
最大月降雨量（公釐）	249.6	402.4
月平均降雨日數	12.0	9.0

8.6 金華市氣候

金華屬亞熱帶季風氣候，四季分明，年溫適中，雨水豐沛，幹濕兩季明顯，盆地氣候特徵顯著。以下為金華市近30年9月和10月的氣象資料請參閱。

近30年（1991～2020年）金華市9月&10月氣候概況

氣象要素	9月	10月
盛行風向	東	東
平均風速（公尺/秒）	2.2	2.1
最大風速（公尺/秒）	9.6	9.4
極大風速（公尺/秒）	23.0	15.8
平均氣溫（℃）	25.2	20.0
平均最高氣溫（℃）	29.6	24.6
平均最低氣溫（℃）	21.9	16.4
平均月降雨量（公釐）	84.9	49.6
最大月降雨量（公釐）	214.0	145.9



競賽技術資訊

II. 競賽技術資訊

1. 競賽日期

杭州2022第19屆亞運會舉重比賽將於2023年9月27日至10月4日在蕭山體育中心體育館舉行。

2. 競賽場館

杭州2022第19屆亞運會舉重比賽將在蕭山體育中心體育館舉行，比賽場地尺寸長39.9公尺、寬21.6公尺、高15.2公尺，共1張舉重台，擁有觀眾座位1901座。熱身館內設有16張舉重台。蕭山體育中心體育館距離運動員村11.7公里。

舉重訓練場館位於浙江體育職業技術學院重競技館，訓練場地尺寸長39.9公尺、寬21.6公尺、高15.2公尺，設有28張舉重台。浙江體育職業技術學院重競技館距離運動員村7.1公里。

3. 競賽管理

3.1 技術代表: Shakhriilo Makhmudov (烏茲別克)

3.2 競賽主任：何一群

4. 競賽項目

杭州2022第19屆亞運會舉重比賽設14個項目，其中男子項目7個，女子項目7個。具體項目如下：

男子 (7) : 61kg、67kg、73kg、81kg、96kg、109kg、+109kg ;

女子 (7) : 49kg、55kg、59kg、64kg、76kg、87kg、

+87kg。

5. 競賽日程

日期	單元	時間	性別	項目	階段
2023年9月27日 (星期三)	WLF01	09:00-11:30	女子	49公斤級B組	
		11:30-14:00	男子	61公斤級B組	
		15:00-17:30	女子	49公斤級A組	頒獎
		19:00-21:30	男子	61公斤級A組	頒獎
2023年9月28日 (星期四)	WLF02	09:00-11:30	男子	67公斤級B組	
		11:30-14:00	女子	55公斤級B組	
		15:00-17:30	男子	67公斤級A組	頒獎
		19:00-21:30	女子	55公斤級A組	頒獎
2023年9月29日 (星期五)	WLF03	09:00-11:30	女子	59公斤級B組	
		11:30-14:00	男子	73公斤級B組	
		15:00-17:30	女子	59公斤級A組	頒獎
		19:00-21:30	男子	73公斤級A組	頒獎
2023年9月30日 (星期六)	WLF04	15:00-17:30	女子	64公斤級B組	
		19:00-21:30	女子	64公斤級A組	頒獎
2023年10月1日 (星期日)	WLF05	15:00-17:30	男子	81公斤級B組	
		19:00-21:30	男子	81公斤級A組	頒獎
2023年10月2日 (星期一)	WLF06	09:00-11:30	男子	96公斤級B組	
		11:30-14:00	女子	76公斤級B組	
		15:00-17:30	男子	96公斤級A組	頒獎
		19:00-21:30	女子	76公斤級A組	頒獎

日期	單元	時間	性別	項目	階段
2022年10月3日 (星期二)	WLF07	09:00-11:30	女子	87公斤級B組	
		11:30-14:00	男子	109公斤級B組	
		15:00-17:30	女子	87公斤級A組	頒獎
		19:00-21:30	男子	109公斤級A組	頒獎
2022年10月4日 (星期三)	WLF08	09:00-11:30	男子	+109公斤級B組	
		11:30-14:00	女子	+87公斤級B組	
		15:00-17:30	男子	+109公斤級A組	頒獎
		19:00-21:30	女子	+87公斤級A組	頒獎

注：本比賽日程將依據最後審核參賽報名人數(隊伍)而定。

根據國際舉重聯合會技術和競賽規則，每場比賽賽前2小時進行過磅，時長1小時。

6. 競賽規則

杭州2022第19屆亞運會舉重比賽將按照國際舉重聯合會(IWF)技術和比賽規則及規程(TCRR)的最新技術和競賽規則進行。

詳細資訊請查看國際舉重聯合會網頁：www.iwf.sport/。

如果對規則的解釋有任何爭議，國際舉重聯合會規則和規程英文版本將被認為具有約束力。規則未納入的事項按以下規定處理：

- 技術問題：根據國際舉重聯合會規則和規程解決；
- 一般問題：根據亞奧理事會章程和規則解決。

7. 競賽形式

舉重比賽將按照國際舉重聯合會技術和比賽規則及規程的最新技術和競賽規則進行，包括抓舉和挺舉。成績將根據兩種舉重項目(抓舉和挺舉)的總重量排名。每個重量級別兩種試舉累計重量的前三名運動員獲得金、銀和銅牌。

8. 競賽報名

8.1 資格

a 只有亞奧理事會成員的各國家（地區）奧會才有資格選派運動員參加杭州2022第19屆亞運會舉重比賽。

b 只有符合亞奧理事會章程和規則及其細則的運動員才有資格參加舉重比賽。

8.2 報名時間

a 按項目報名（截止時間）：2021年2月20日24：00（北京時間，東八區區時）

b 按人數報名（截止時間）：2023年3月15日（北京時間，東八區區時）

c 按姓名報名（截止時間）：2023年7月15日（北京時間，東八區區時）

8.3 報名政策

個人項目：每個國家（地區）奧會在每個重量級別的比賽中最多報2名運動員。

總數：每個國家（地區）奧會最多可派出7名男運動員和7名女運動員組成的1支代表隊參賽。

年齡限制：所有運動員必須年滿15歲（所有參加杭州亞運會的舉重運動員必須在2008年12月31日或之前出生，按運動員的出生年份計算年齡）。

任何在最終報名階段或抽籤階段後撤回運動員或隊伍的國家（地區）奧會將受到亞奧理事會執委會的處罰。

9. 技術官員

國際技術官員必須獲國際舉重聯合會資格認可，由亞洲舉重聯合會任命或推薦。國內技術官員由國家體育總局舉重摔跤柔道運動管理中心選派。

亞洲/國際單項體育聯合會有權任命技術代表和國際技術官員，但必須要與亞

奧理事會協調並獲得其批准。一旦發現任何違反亞洲/國際單項體育聯合會的比賽規則或規程的行為，亞奧理事會有權取消違規人員的身份註冊卡並向相關機構提出換人。

10. 技術會議

技術會議於2023年9月26日舉行，地點待定。

11. 抗議與申訴

裁判委員會（Jury）並非仲裁委員會（Jury of Appeal）；除挑戰外，舉重項目無針對裁判委員會決議的申訴。裁判委員會（部分國際技術官員）應根據最新的國際舉重聯合會的比賽規則處理挑戰。所有與技術方面有關的挑戰將由國際舉重聯合會或亞洲舉重聯合會負責。

如果任何運動員/國家（地區）奧會認為違反了國際舉重聯合會或亞洲舉重聯合會的技术規則或亞奧理事會章程，且與這類行為與裁判的判定或比賽成績無關，可以向國際體育仲裁委員會上訴。

12. 器材與服裝

運動員和相關參賽人員的服裝和器材必須符合亞奧理事會和國際舉重聯合會的規定。未經亞奧理事會和杭州亞組委的允許，任何運動員和技術官員不得在比賽服裝上做商業廣告。

13. 運動禁藥管制

為維護運動員健康公平的競賽權益，杭州2022第19屆亞運會的運動禁藥管制將嚴格遵循《World Anti-doping Code》和《OCA Anti-doping Rules》實施。

14. 頒獎

每個重量級別兩種試舉累計重量的前三名運動員分別獲得金、銀、銅牌。頒獎典禮開始前，工作人員負責引領獲獎運動員到頒獎等候區。運動員須穿著國家（地區）奧會的官方領獎服。

15. 競賽資訊中心

所有與舉重運動相關的資訊都可以從競賽資訊台獲取。此類資訊台設置在比賽場館和運動員村的競賽資訊中心。

3

技術手冊認可

III. 技術手冊認可

杭州2022第19屆亞運會《舉重技術手冊》於2022年8月24日獲亞洲舉重聯合會認可。

4

公共聯絡資訊

IV. 公共聯絡資訊

國際舉重聯合會	秘書長	Antonio Urso (義大利)
	地址	Maison du Sport International Av. de Rhodanie 54, Switzerland-1007, Lausanne
	電話	+41 21 601 3227
	郵箱	iwf@iwfnet.net
	網址	www.iwf.sport
亞洲舉重聯合會	主席	Mohammed Yusuf Al Mana (卡達)
	秘書長	Mohammed ALHA RBI
	地址	4th Floor, Al Bidda Tower P.O. Box 2473 , Doha Qatar
	電話	+974 44943274
	傳真	+974 44943076
	郵箱	awfederation@yahoo.com ; info @awfederation.com
	網址	www.awfederation.com
技術代表	姓名	Shakhrillo Makhmudov (烏茲別克斯坦)
	電話	+998 99-892-99-90
	郵箱	uzbek_weightlifting@yahoo.com shakhrillo.makhmudov@iwfnet.net

第19屆亞運會
組委會

競賽部

部長	朱啟南
地址	杭州市上城區望江街道富春路150號
郵編	310000
電話	+86(0)571-85259508
郵箱	jsb@hangzhou2022.cn
網址	www.hangzhou2022.cn

競賽主任

姓名	何一群
手機	+8610-67021303
郵箱	juzhongxh2018@163.com

中國奧會

地址	北京市東城區體育館路2號
郵編	100763
電話	+861067116669
傳真	+861067115858
郵箱	coc@olympic.cn
網址	www.olympic.cn

5

附 件

2. 競賽場館



蕭山體育中心體育館

3. 舉重比賽場地圖



5. 贊助商



————— 杭州亞運會官方合作夥伴 —————
Official Prestige Partners of Hangzhou Asian Games



————— 杭州亞運會官方贊助商 —————
Official Sponsors of Hangzhou Asian Games



————— 杭州亞運會官方獨家供應商 —————
Official Exclusive Suppliers for Hangzhou Asian Games

老闆電器 蒙娜麗莎 耀有光 百勝中國 奧克斯

顧家家居 隅田川 松下電器 力高控股 中國郵政

納愛斯 新東方 迪安診斷



心心相融, @未来

Heart to Heart, @Future

本手冊係依HAGOC 2023年2月公布之《Sport Technical Handbook 2.0》編譯·
各項資訊如有變動·須以HAGOC後續修訂的英文版本為準。