



2026年第6屆三亞亞洲沙灘運動會
運動技術手冊

The 6th Asian Beach Games Sanya 2026
Technical Handbook (V1.0)

2025年8月

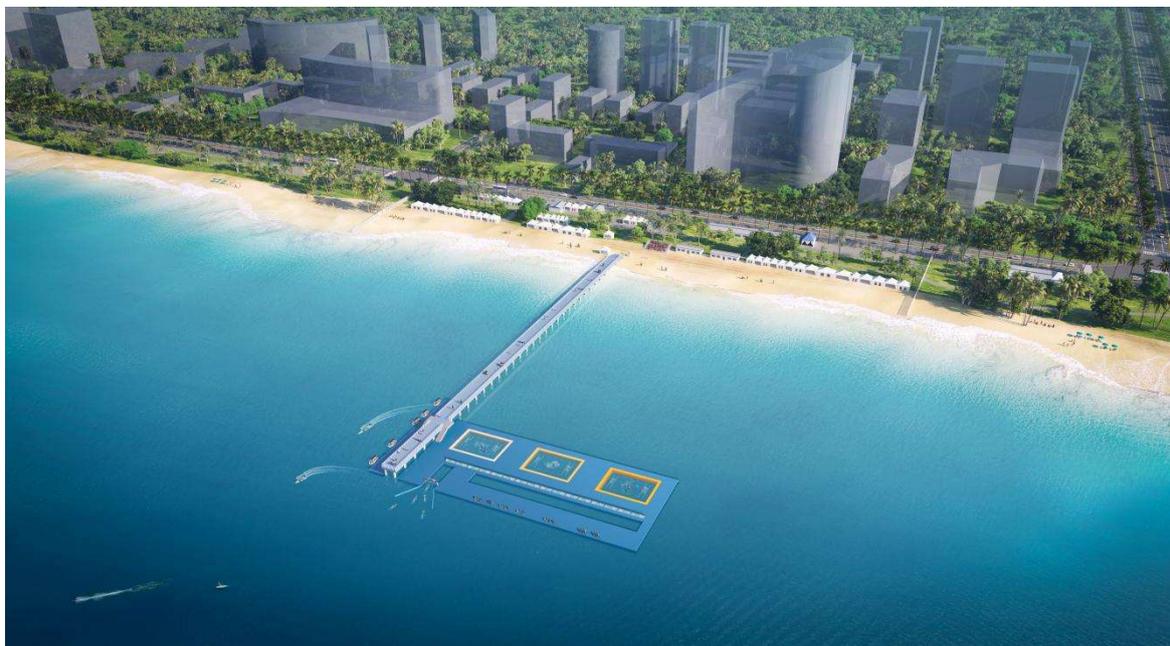


目 錄

1 水上運動（公開水域游泳 & 水球）	1
2 籃球（3x3 籃球）	8
3 沙灘田徑.....	13
4 龍舟.....	17
5 足球（沙灘足球）	22
6 手球（沙灘手球）	29
7 柔術.....	35
8 卡巴迪（沙灘卡巴迪）	43
9 帆船.....	48
10 運動攀登（速度賽）	54
11 台克球.....	59
12 鐵人三項（鐵人水陸兩項）	65
13 排球（沙灘排球）	70
14 角力（沙灘角力）	74
附錄：	79

1 水上運動（公開水域游泳&水球）

1.1 比賽場地示意圖



1.2 競賽日期

- 公開水域游泳：2026年4月25日—27日
- 水球：2026年4月22日—29日

1.3 競賽地點

- 公開水域游泳：三亞市天涯區三亞灣海月廣場海上棧橋右側
- 水球：三亞市天涯區三亞灣海月廣場海上棧橋左側

1.4 競賽項目

- 公開水域游泳：男子5公里、女子5公里、男女混合4x1.5公里接

力

- 水球：男子組、女子組

1.5 競賽日程

- 公開水域游泳

日期	項目
4月24日(星期五)	技術會議&抽籤
4月25日(星期六)	男子5公里
4月26日(星期日)	女子5公里
4月27日(星期一)	男女混合4x1.5公里接力

- 水球

日期	項目
4月21日(星期二)	技術會議&抽籤
4月22日—29日(星期三至星期三)	比賽

1.6 訓練安排

- 公開水域游泳：2026年4月23日開始為各隊提供賽前訓練。
- 水球：2026年4月20日開始為各隊提供賽前訓練。

1.7 競賽規則及辦法

- 競賽規則

公開水域游泳比賽規則依據最新版《世界水上運動總會公開水域游泳競賽規則》。

水球比賽規則執行《世界水上運動總會競賽規則》中的《世界水上運動總會沙灘水球競賽規則 2025》。

●競賽形式

公開水域游泳：競賽將採用國際比賽路線，每圈 1.66 公里，5 公里比賽共 3 圈。5 公里比賽不設補給站。

水球：根據參賽隊伍報名情況進行分組；賽前抽籤決定組別與排序。比賽分為兩節，每節比賽時長 10 分鐘，兩節比賽之間休息 5 分鐘。每隊參賽運動員人數為 7 人，包含 4 名場上運動員（含 1 名守門員）及 3 名替補運動員。

1.8 參賽資格

●OCA 轄下 NOC 會員有資格選派運動員參加 2026 年第 6 屆亞洲沙灘運動會。

●只有符合 OCA 會章和技術手冊規定的運動員才有資格參加比賽。

●參賽運動員必須在比賽當年 12 月 31 日至少年滿 14 歲，並符合《OCA 會章》中參賽資格規定。

1.9 參賽人數

公開水域游泳			
比賽	運動員	替補	最多運動員數量
男子 5 公里	2	0	2
女子 5 公里	2	0	2
男女混合 4x1.5 公里接力	4	0	4
各 NOC 最大報名運動員數：8			

水球			
比賽	運動員	替補	最多運動員數量
男子	7	0	7
女子	7	0	7
各 NOC 最大報名運動員數：14			

- 各代表隊隨隊官員人數按《NOC 註冊指南》規定執行。

1.10 技術會議

- 公開水域游泳

4 月 23 日上午：領隊會議及現場視察

4 月 23 日下午：技術官員會議

4 月 24 日：訓練

- 水球

4 月 21 日，具體時間與地點另行公告。

1.11 抽籤

按照世界水上運動總會慣例做法，在 OCA 監督下進行公開抽籤。公開水域游泳比賽抽籤將在技術會議中進行；水球比賽抽籤將在 2026 年 3 月進行，具體日期、時間、地點及方式另行公佈。

1.12 抗議和申訴

技術方面的抗議或申訴應根據世界水上運動總會公開水域游泳或水球競賽規則處理；非技術事件應按照 OCA 憲章向 OCA 申訴流程處理。如要申訴，須在比賽結束時由該隊領隊向技術委員會提出抗議，並在記錄表上簽字，在比賽結束後 30 分鐘之內將書面抗議及申訴費 200 瑞士法郎(根據即時匯率兌換等價美金)一併提交至仲裁委員會。仲裁委員會需在當天展開調查，並依據仲裁錄影等證據作出仲裁決議。申訴成功，退還申訴費用；申訴不成功，申訴費用不予退還。

1.13 器材和服裝

公開水域游泳：參賽運動員和其他相關人員所著服裝和所用器材必須符合世界水上運動總會公開水域游泳競賽規則的規定。

水球：參賽運動員及其他相關人員所著服裝和所用器材必須符合世界水上運動總會水球競賽規則的規定。

1.14 競賽管理

●公開水域游泳

技術代表

姓名：Mr.Ronnie Chiu Wong 王敏超

電話：**+852 2572 8594**

電子信箱：**info@hkgswimming.org.hk**

競賽主任

姓名：許琦

電話：**+86 13911983075**

電子信箱：

●水球

技術代表

姓名：Mr.Katsumi (Ken) Kuroda 黑田克己

電話：**+81-90-5440-8228**

電子信箱：**pallanuoto512@gmail.com**

競賽主任

姓名：趙琪

電話：**+86 13911995760**

電子信箱：

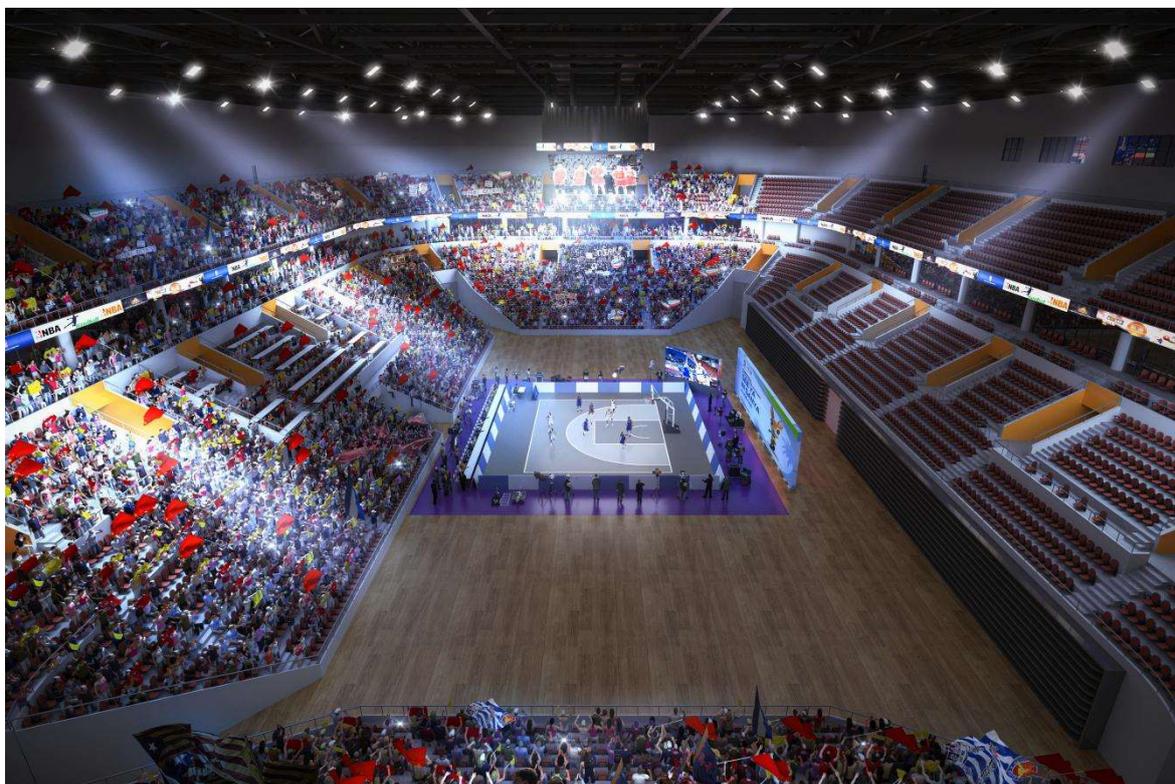
1.15 技術手冊核可

技術手冊通過 OCA、世界水上運動總會及亞洲水上運動總會核可。

*本技術手冊中包含的比賽日程等詳細資訊可能會發生變化。如有任何變化，亞沙會組委會將及時通知各 NOC。

2 籃球（三人籃球）

2.1 比賽場地示意圖



2.2 競賽日期

2026年4月23日—29日

2.3 競賽地點

三亞市吉陽區三亞體育中心體育館

2.4 競賽項目

男子組、女子組

2.5 競賽日程

競賽日程將於人數報名結束後公佈。

2.6 訓練安排

2026 年 4 月 21 日開始為各隊提供賽前訓練。

2.7 競賽規則及辦法

- 競賽規則

3x3 籃球比賽將按照現行的 FIBA 3x3 籃球競賽規則規定執行。

- 競賽辦法

競賽編排方式將根據參賽隊伍總數最終確定。

2.8 分組

所有分組按照國際慣例根據 FIBA 2026 年 1 月 1 日版的 3x3 籃球國家協會排名進行蛇形排列。

2.9 參賽資格

- OCA 會員國家/地區奧會有資格選派運動員參加 2026 年第六屆亞洲沙灘運動會。

- 只有符合 OCA 章程和技術手冊規定的運動員才有資格參加比賽。

- 所有運動員必須持有經確認的 play.fiba3x3.com 個人檔案。

- 運動員不得曾代表其他國家/地區奧會的國家隊參賽。

- 運動員不得曾代表其他國家的國家隊(籃球或三人籃球)參加 FIBA 的主要官方賽事，除非經 FIBA 作為特殊情況批准。

2.10 參賽人數

各奧會可報兩支隊伍分別參加 3x3 籃球的男子組和女子組比賽，每支隊伍最多可報 4 人。

3x3 籃球			
比賽	運動員	替補	最多運動員數量
男子組	4	0	4
女子組	4	0	4
各奧會最大報名運動員數：8			

- 各代表隊隨隊官員人數按《奧會註冊指南》規定執行。

2.11 技術會議

- 技術官員會議將於報名和賽程確定後召開，具體時間待定。
- 技術會議將於賽前召開，具體時間待定。

2.12 申訴

申訴應按照 FIBA 最新的官方三人籃球規則提出。

- 如果某球隊認為下列情況已對該隊造成不利，可以提出申訴：
 - a. 記錄、計時或進攻計時器出現錯誤，且沒有被裁判員糾正。
 - b. 棄權、取消、延期、不恢復或不進行比賽的決定。

- c. 違反所適用的隊員資格規定的行為。
- 某隊提出申訴時，只有官方影片和資料能夠被使用以做出決定。
- 為了使該申訴被接受，應遵從下列程序：
 - a. 球隊的一名隊員應在比賽結束後，裁判員和比賽監督在記錄表上簽字之前，立即在記錄表上簽字，並在記錄表背面提供申訴理由的書面解釋。
 - b. 每次申訴應支付 200 美金的費用，如申訴被拒絕，該費用將不予退回。
- 比賽監督(或在比賽前夜舉行的技術會議上指定的負責申訴程序的人)，應儘快對申訴做出裁決，無論如何該裁決不應晚於下一場小組賽或淘汰輪開始之前。他的裁決被認為是該賽事仲裁的最終裁決，不接受進一步的審查或上訴。例外：對有關參賽資格問題的裁決可根據適用的條例規定提出上訴。

2.13 器材和服裝

- 器材

亞沙會 3x3 籃球比賽使用的器材和服裝必須符合 FIBA 的規定和官方三人籃球規則。

2.14 競賽管理

技術代表

姓名：

電話：

電子信箱：

競賽主任

姓名：葉天寧

電話：+86 15810227985

電子信箱：

2.15 技術手冊核可

技術手冊通過 OCA、FIBA 核可。

*本技術手冊中包含的比賽日程等詳細資訊可能會發生變化。如有任何變化，亞沙會組委會將及時通知各國家/地區奧會。

3 沙灘田徑

3.1 比賽場地示意圖



3.2 競賽日期

2026 年 4 月 23 日—26 日

3.3 競賽地點

三亞市天涯區鳳凰島廣場

3.4 競賽項目

男子 60 公尺、女子 60 公尺、男子 4×60 公尺接力、女子 4×60 公尺

接力、男子跳遠、女子跳遠、男子跳高、女子跳高、男子鉛球、女子鉛球。

3.5 競賽日程

競賽日程將於人數報名結束後公佈

3.6 訓練安排

2026 年 4 月 21 日開始為各隊伍提供賽前訓練服務。

3.7 競賽規則及辦法

- 競賽規則

沙灘田徑項目比賽將執行《世界田徑總會田徑競賽與技術規則 2025 版》。

- 競賽辦法

競賽編排方式將根據參賽總數最終確定。

3.8 參賽資格

- OCA 會員國家/地區奧會有資格選派運動員參加 2026 年第六屆亞洲沙灘運動會。

- 只有符合 OCA 章程和技術手冊規定的運動員才有資格參加比賽。

3.9 參賽人數

沙灘田徑			
項目設置	運動員	替補	最多運動員數量
男子 60 公尺	2	0	2
女子 60 公尺	2	0	2
男子 4x60 公尺接力	4	2	6
女子 4x60 公尺接力	4	2	6
跳遠男子組	2	0	2
跳遠女子組	2	0	2
跳高男子組	2	0	2
跳高女子組	2	0	2
鉛球男子組	2	0	2
鉛球女子組	2	0	2
各奧會最大報名運動員數：28			

- 各代表隊隨隊官員人數按《奧會註冊指南》規定執行。

3.10 技術會議

- 技術官員會議將於賽前兩天召開。
- 代表隊領隊/教練技術會議將於賽前一天召開。

3.11 抗議和申訴

如果對比賽結果或認為裁判員的某個判罰或在比賽中發生的任何事件不滿，比賽結束後運動員本人、運動員代表或隊伍代表必須通過比賽技術資訊中心提出抗議，在比賽結果公佈後 30 分鐘之內將書面抗議提交給技術代表。

3.12 器材和服裝

沙灘田徑比賽的設備和設施將符合世界田徑總會制定的規範條例，
著裝應符合 OCA 的規定。

3.13 競賽管理

技術代表：

姓名：Mr.Cuddikotta Valson 庫迪科塔·瓦爾森

電話：

電子信箱：valson@asianathletics.com

競賽主任

姓名：楊中民

電話：+86 13911999573

電子信箱：

3.14 技術手冊核可

技術手冊通過 OCA 和亞洲田徑總會核可。

*本技術手冊中包含的比賽日程等詳細資訊可能會發生變化。如有任何變化，亞沙會組委會將及時通知各國家/地區奧會。

4 龍舟

4.1 比賽場地示意圖



4.2 競賽日期

2026 年 4 月 23 日—25 日

4.3 競賽地點

三亞市天涯區河西路三亞河（新風橋至情人橋段）

4.4 競賽項目

(1) 男子組 12 人龍舟 100 公尺直道賽

- (2) 女子組 12 人龍舟 100 公尺直道賽
- (3) 男子組 12 人龍舟 200 公尺直道賽
- (4) 女子組 12 人龍舟 200 公尺直道賽
- (5) 男子組 12 人龍舟 400 公尺直道賽
- (6) 女子組 12 人龍舟 400 公尺直道賽

4.5 競賽日程

競賽日程將於人數報名結束後公佈。

4.6 訓練安排

2026 年 4 月 21 日開始為各隊伍提供賽前訓練服務。

4.7 競賽規則及辦法

- 競賽規則

龍舟比賽的競賽組織與技術要求將執行國際龍舟總會《競賽規則》；龍舟器材標準執行中國龍舟協會《中國龍舟競賽規則（2020 版）》要求。如對規則的理解因版本不同而產生分歧時，以中文版本為準。若出現任何規則以外的不可預見性的問題，則由亞洲龍舟總會指派的技術代表決定採取相應的措施進行處理。

如果任何參賽隊伍對亞洲龍舟總會指派的技術代表的決定有異議，可遵循規則規定的程序進行申訴。

- 競賽辦法

競賽編排方式將根據參賽隊伍總數最終確定。

4.8 參賽資格

- OCA 會員國家/地區奧會有資格選派運動員參加 2026 年第六屆亞洲沙灘運動會。
- 只有符合 OCA 章程和技術手冊規定的運動員才有資格參加比賽。

4.9 參賽人數

龍舟			
項目設置	運動員	替補	最多運動員數量
12 人 100 公尺男子	12	2	14
12 人 100 公尺女子	12	2	14
12 人 200 公尺男子	12	2	14
12 人 200 公尺女子	12	2	14
12 人 400 公尺男子	12	2	14
12 人 400 公尺女子	12	2	14
各奧會最大報名運動員數：28			

- 各代表隊隨隊官員人數按《奧會註冊指南》規定執行。

4.10 技術會議

- 技術官員會議將於賽前兩天召開。
- 代表隊領隊/教練技術會議將於賽前一天召開；視情況安排其他會

議。

4.11 抽籤

按照國際龍舟總會規則要求，在 OCA 監督下進行公開抽籤。龍舟比賽抽籤將在 2026 年 3 月進行，具體日期、時間、地點及方式另行公佈。

4.12 抗議和申訴

所有有關比賽競賽組織與技術方面的抗議或申訴，根據國際龍舟總會《競賽規則》執行。

4.13 器材和服裝

參加本屆亞沙會龍舟比賽的運動員和其他相關人員所著服裝和所用器材必須符合 OCA 和亞洲龍舟總會的規定。

4.14 競賽管理

技術代表

姓名：Mr. WEI Wei 魏偉

電話：+86 13336403888

電子信箱：1322595955@qq.com

競賽主任

姓名：何懿

電話：+86 13910968141

電子信箱：5629134@qq.com

4.15 技術手冊核可

技術手冊通過 OCA 和亞洲龍舟總會核可。

*本技術手冊中包含的比賽日程等詳細資訊可能會發生變化。如有任何變化，亞沙會組委會將及時通知各國家/地區奧會。

5 足球（沙灘足球）

5.1 比賽場地示意圖



5.2 競賽日期

2026年4月22日—30日

5.3 競賽地點

三亞市天涯區三亞灣禦海路沙灘

5.4 競賽項目

男子組、女子組

5.5 競賽日程

競賽日程將於抽籤分組後公佈。

5.6 訓練安排

2026 年 4 月 20 日開始為各隊伍提供賽前訓練服務。

5.7 競賽規則及辦法

● 競賽規則

- a. 沙灘足球比賽執行 FIFA 制定的最新版《沙灘足球競賽規則》。
- b. 如對規則的理解因版本不同而產生分歧時，以英語版本為準。

● 競賽辦法

- a. 參賽隊數不足 7 支隊伍時，採用單循環賽辦法進行比賽，決出比賽名次。
- b. 如參賽隊為 7 至 8 支隊伍，分兩組進行單循環比賽，根據小組成績進行交叉淘汰賽，決出比賽名次。
- c. 如參賽隊為 9 至 12 支隊伍，分三組進行單循環比賽，根據小組成績進行交叉淘汰賽，決出比賽名次。
- d. 如參賽隊為 13 至 16 支隊伍，分四組進行單循環比賽，根據小組成績進行交叉淘汰賽，決出比賽名次。
- e. 決定名次辦法。

◆ 單循環及小組賽賽制的名次排序

· 常規時間獲勝球隊積 3 分，踢罰球 PK 獲勝球隊積 1 分，常規時間

失敗球隊和罰球 PK 失敗球隊積 0 分。

·積分多者名次列前。

·如果兩隊或兩隊以上積分相等，依下列順序排列名次：

相互間積分多者，名次列前；

相互間淨勝球數多者，名次列前；

相互間進球總和多者，名次列前；

組內比賽淨勝球多者，名次列前；

組內比賽總進球數多者，名次列前；

組內比賽公平競賽積分多者，名次列前；

抽籤優勝者，名次列前。

·罰球 PK 階段進球不計入淨勝球和進球數統計。

◆ 淘汰賽賽制的名次排序

如常規時間比賽結束後仍為平局，雙方以互踢罰球 PK 的辦法決定最終勝負。

f. 紀律處罰和程序

◆ 警告與罰令出場：

·同一場比賽中獲得 2 次（黃牌）警告的球員在得到第二次警告時自動終止比賽。

·在比賽期間因紅牌或罰令出場的球員和（或）比賽官員自動禁賽一場。

·在比賽期間累計獲得 2 次（黃牌）警告的球員自動禁賽一場。

·任何在完成小組賽時只帶有一次警告的參賽隊員，該警告不帶入八

強。

·在比賽期間被罰令出場的球員和（或）比賽官員不可繼續參加本場比賽。

·任何禁賽的球員和（或）比賽官員不得進入替補席和技術區域。

5.8 參賽資格

●OCA 會員國家/地區奧會有資格選派運動員參加 2026 年第六屆亞洲沙灘運動會。

●只有符合 OCA 章程和技術手冊規定的運動員才有資格參加比賽。

5.9 參賽人數

各奧會可報兩支隊伍分別參加沙灘足球的男子組和女子組比賽，每支隊伍最多可報 24 人，最終確定 12 人參賽。

沙灘足球			
項目設置	運動員	替補	最多運動員數量
男子	5	7	12
女子	5	7	12
各奧會最大報名運動員數：24			

●各代表隊隨隊官員人數按《奧會註冊指南》規定執行。

5.10 技術會議

●技術官員會議將於賽前兩天召開。

- 代表隊領隊/教練技術會議將於賽前一天召開；如有需要，淘汰賽前一天將再召開一次。

5.11 抽籤

按照亞洲足球總會規則要求，在 OCA 監督下進行公開抽籤。沙灘足球比賽抽籤將在 2026 年 3 月進行，具體日期、時間、地點及方式另行公佈。

5.12 抗議和申訴

- 抗議是指對任何對比賽有直接影響的事件和任何違反規程有關事件的異議。
- 除非另有規定，否則認為有效的抗議應為：
 - a. 在相關比賽結束後兩小時內，以書面形式向亞足總比賽監督提交抗議書；
 - b. 在比賽結束後二十四小時內向組委會提交一份完整的書面報告，包括抗議書原件的副本；
 - c. 比賽結束後二十四小時內上交 300 美金，抗議成功可退還費用。
- 任何正式的抗議決定如不符合規程，則該項抗議將不予接受。在所有比賽結束後，所有的抗議將不予接受。

5.13 器材和服裝

參加亞沙會沙灘足球比賽的運動員和其他相關人員所著服裝和所用

器材必須符合國際足總的規定。

a. 參賽隊應提供兩套顏色不同、且對比明顯的隊服(一套為明顯深色，另一套為明顯淺色)。此外，參賽隊應為守門員挑選兩套顏色對比明顯的隊服。這兩套守門員隊服必須既彼此之間區別明顯，也與球隊服裝之間區別明顯。

b. 球員應在球衣(背面和正面)和短褲上印上註冊的號碼。球衣上的號碼必須為對比色號碼，背面高度為 25 公分，正面高度為 10 公分，而短褲上的號碼應為 10 公分高(印在短褲的前面，右下方)。在普遍使用的數位中，號碼的範圍應為 1-15，1 號為守門員的號碼。

c. 運動員的姓名應印在號碼上方(7.5 公分高)的球衣背面以對比色顯。

d. 技術會議上確定參賽球隊在每場比賽中應穿的隊服顏色。

5.14 競賽管理

技術代表

姓名：

電話：

電子信箱：

競賽主任

姓名：劉盼盼

電話：+86 18612332629

電子信箱：

5.15 技術手冊核可

本技術手冊通過 OCA 和亞洲足球總會核可。

*本技術手冊中包含的比賽日程等詳細資訊可能會發生變化。如有任何變化，亞沙會組委會將及時通知各國家/地區奧會。

6 手球（沙灘手球）

6.1 比賽場地示意圖



6.2 競賽日期

2026 年 4 月 22 日—30 日

6.3 競賽地點

三亞市天涯區天涯海角遊覽區西門

6.4 競賽項目

男子組、女子組

6.5 競賽日程

競賽日程將於參賽隊伍報名結束後公佈。

6.6 訓練安排

2026 年 4 月 20 日開始為各隊伍提供賽前訓練服務。

6.7 競賽規則及辦法

● 競賽規則：

採用國際手球總會最新審定的《IHF Rules of the Game (Beach Handball) 》。

● 競賽辦法：

- ◆ 參賽隊數不足 8 支隊伍時，採用單循環賽辦法進行比賽，決出比賽名次。
- ◆ 如參賽隊為 8 至 12 支隊伍，分兩組進行單循環賽，根據小組成績進行交叉賽，決出比賽名次。
- ◆ 如參賽隊為 13 至 16 支隊伍，分四組進行單循環賽，根據小組成績進行交叉賽，決出比賽名次。
- ◆ 決定名次辦法。
 - a. 根據沙灘手球規則，沙灘手球比賽每場比賽共 2 節（另加決勝節），每節比賽單獨計算勝負，勝 1 節得 1 分，負隊得 0 分，每節比賽平局則採用「金球」決出勝負。如雙方前兩節比賽結束得分相同，則必須進行「一對一」決勝節決出本場勝負。在每場比賽中以 2：0 或 2:1

(含決勝節)獲勝的球隊積 2 分，負隊積 0 分；

積分依據國際手球總會頒佈的最新沙灘手球規則進行。積分多者名次列前，棄權者取消其全部比賽成績。

b.如遇兩隊或兩隊以上積分相等，按下列辦法計算名次：

- 有關隊相互間比賽積分多者名次列前；
- 有關隊相互間比賽淨勝節數多者名次列前；
- 有關隊相互間比賽淨勝分多者名次列前；
- 有關隊相互間比賽總得分多者名次列前；

c.如果仍然相等，積分相同的隊按下列方法計算名次：

- 全部比賽的淨勝節數多者名次列前；
- 全部比賽的總勝節數多者名次列前；
- 全部比賽的淨勝分多者名次列前；
- 全部比賽的總得分多者名次列前；

d.如仍相等，則採用抽籤的方法決定，由仲裁委員會代表在有關隊代表參加的情況下進行抽籤決定。

6.8 參賽資格

- OCA 會員國家/地區奧會有資格選派運動員參加 2026 年第六屆亞洲沙灘運動會。

- 只有符合 OCA 章程和技術手冊規定的運動員才有資格參加比賽。

6.9 參賽人數

各奧會可報兩支隊伍分別參加沙灘手球的男子組和女子組比賽，每支隊伍最多可報 10 人參賽。

沙灘手球			
項目設置	運動員	替補	最多運動員數量
男子組	4	6	10
女子組	4	6	10
各奧會最大報名運動員數：20			

- 各代表隊隨隊官員人數按《奧會註冊指南》規定執行。

6.10 技術會議

- 技術官員會議將於賽前兩天召開。
- 代表隊領隊/教練技術會議將於賽前一天召開；如有需要，決賽前一天將再召開一次。

6.11 抽籤

按照亞洲手球總會規則要求，在 OCA 監督下進行公開抽籤。沙灘手球比賽抽籤將在 2026 年 3 月進行，具體日期、時間、地點及方式另行公佈。

6.12 抗議和申訴

如果認為比賽結果或裁判員的某個宣判或在比賽中發生的任何事件已對該隊造成不利影響，比賽結束時該隊隊長必須通知主裁判員他們對比賽結果提出抗議，並在記錄表上簽字，在比賽結束後 20 分鐘之內將書面抗議提交至仲裁委員會處。

6.13 器材和服裝

參加亞沙會沙灘手球比賽的運動員和其他相關人員所著服裝和所用器材必須符合國際手球總會最新審核的沙灘手球競賽規則《IHF Rules of the Game (Beach Handball) 》及亞洲手球總會的規定。

6.14 競賽管理

技術代表

姓名：Mr. Saleh Bin Ashour 薩利赫·本·阿舒爾

電話：+971 50616 1921

電子信箱：referee55@hotmail.com

競賽主任

姓名：劉若辰

電話：+86 18810326532

電子信箱：

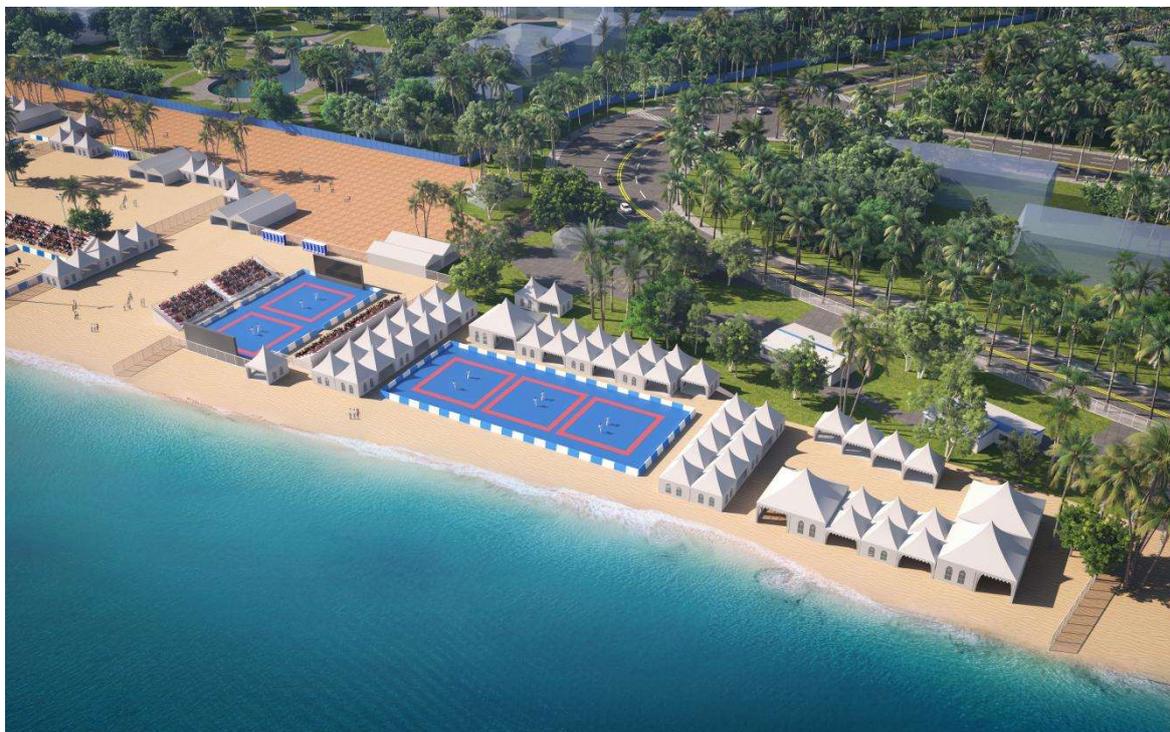
6.15 技術手冊核可

本技術手冊通過國際手球總會和亞洲手球總會核可。

*本技術手冊中包含的比賽日程等詳細資訊可能會發生變化。如有任何變化，亞沙會組委會及時通知各國家/地區奧會。

7 柔術

7.1 比賽場地示意圖



7.2 競賽日期

2026年4月24日—25日

7.3 競賽地點

三亞市天涯區三亞灣禦海路沙灘

7.4 競賽項目

男子62公斤級、男子69公斤級、男子77公斤級，女子52公斤級、女子57公斤級、女子63公斤級。

7.5 競賽日程

日期	賽程	時間	事項	備註
2026年4月23日		10:00 – 13:00	工作人員會議 (國際技術官員及國內技術官員)	待定
		17:30 – 18:30	技術會議 (教練及國家/地區單項運動總會經理)	待定
2026年4月24日	JJ01	10:00 – 18:00	柔術-63 Kg(女子) 柔術-62Kg(男子) 柔術-69 Kg(男子)	資格賽 復活賽 準決賽 季軍賽及決賽 頒獎儀式
2026年4月25日	JJ02	10:00 – 18:00	柔術-52 Kg(女子) 柔術-57 Kg(女子) 柔術-77 Kg(男子)	資格賽 復活賽 準決賽 季軍賽及決賽 頒獎儀式

過磅將在相應級別比賽開始的前一天 16:00-17:00 進行。

最終競賽日程將於人數報名結束後公佈。

7.6 訓練安排

2026年4月22日開始為各隊伍提供賽前訓練服務。

訓練需求表將於各代表團抵達運動員村(飯店)時提供。所有隊伍須通過運動員村的競賽資訊中心，在訓練日前一天的 17:00 前提交訓練

需求表以預約訓練時段。每支隊伍每天至少可預約 60 分鐘的訓練時段。

7.7 競賽規則及辦法

● 競賽規則

第六屆亞沙會柔術比賽將按照現行的國際柔術總會（JJIF）U18 組別競賽規則及賽時生效的相關規則規定執行。若對規則規定的語言解釋存在分歧，應以英文版本為準。凡規則規定未涵蓋的突發情況，應按以下方式處理：

一般問題：根據 OCA 憲章及規定解決

技術問題：根據《國際柔術總會（JJIF）規則與條例》解決，規則與條例手冊可於國際柔術總會網站（<https://jjif.sport/downloads/>）查閱。

● 競賽辦法

適合採用的競賽制度類型如下：

少於 6 名運動員 — 採用循環賽制；

6 名運動員 — 分為兩個小組進行循環賽，每組 3 名運動員；

7 名或以上運動員 — 採用單敗淘汰制，自四分之一決賽起增設復活賽。

競賽編排方式將根據參賽隊伍總數最終確定。

7.8 抽籤與種子排名

抽籤將在技術代表與亞洲柔術聯盟技術團隊的共同管控及主持下，由第六屆亞沙會組委會監督，以線上方式進行。為確保競賽公平，此次亞沙會將按照《國際柔術總會運動規章》（第5條）規定，採用隨機抽籤與種子排名相結合的賽制。種子排名將依據《運動規章2024年版》第7條(f)款中規定的國際柔術總會官方排行榜確定。排行榜的截止日期為2026年3月31日，此後註冊資訊的變更將不予考慮。國際柔術總會世界排行榜中位列各重量級前四的運動員將按《國際柔術總會運動規章》規定的位置確定種子席位。

若上述排名前四的運動員未參賽，則由參賽運動員中排名最高者接替該種子席位，此程序僅適用於排名前20位的運動員。

抽籤的具體日期、時間及地點待定。

7.9 比賽場地 (FOP)

比賽場地尺寸設置為12m×12m，其中「競技區」周邊設1m寬的「安全區」。每塊墊子的厚度為4cm，所有墊子將安裝在平臺上，並須以不同顏色的榻榻米墊覆蓋以區分各區域。

競技區外的區域應稱為安全區。「競技區」與「安全區」共同稱為「比賽區域」。額外設置的安全區不屬於「比賽區域」，但需在周邊預留一公尺寬的區域以確保運動員安全。

7.10 過磅

- 過磅應在待選地點進行，由技術代表及其指定的技術官員管控和監督。
- 各重量級的正式過磅應根據競賽日程，於該重量級相關比賽的前一天完成。
- 每位參賽者應攜帶身份註冊卡參加過磅，且僅允許進行一次上秤過磅。禁止體重超過所屬重量級上限。
- 參加次日比賽的選手可在正式過磅開始前 30 分鐘，使用官方秤進行非正式過磅。

7.11 參賽資格

- OCA 會員國家/地區奧會有資格選派運動員參加 2026 年第六屆亞洲沙灘運動會。
- 只有符合 OCA 章程和技術手冊規定的運動員才有資格參加比賽。

7.12 參賽人數

柔術			
項目設置	運動員	替補	最多運動員數量
男子 62 公斤級	2	0	2
男子 69 公斤級	2	0	2
男子 77 公斤級	2	0	2
女子 52 公斤級	2	0	2
女子 57 公斤級	2	0	2

女子 63 公斤級	2	0	2
各奧會最大報名運動員數：12			

- 各代表隊隨隊官員人數按《奧會註冊指南》規定執行。

7.13 技術會議

- 技術官員會議將於賽前兩天召開。
- 代表隊領隊/教練技術會議將於賽前一天過磅結束後召開

7.14 抗議和申訴

抗議和申訴應根據《國際柔術總會組織與運動規章》第 15 條（質疑與申訴）解決。所有比賽均配備三名（3）裁判對每塊賽墊執法裁判：

- 一（1）名場上裁判
- 兩（2）名場邊影片裁判

裁判組通過無線電通訊系統互相聯繫。

- 影片裁判負責監督比賽
- 影片裁判僅在必要時或收到請求時方可介入干預

所有涉及技術問題的申訴將由國際單項運動總會及亞洲單項運動總會負責處理。若運動員、國家/地區奧會認為存在違反國際單項運動總會/亞洲單項運動總會技術規則或 OCA 章程的行為（不涉及推翻裁判裁決或比賽結果），可向國際運動仲裁法庭（CAS）提出申訴。

- 申訴：

僅針對部分不可質疑的競賽規則提出，如抽籤錯誤或分組/對陣表編

排有誤；

- 應在對決結束前/後提出，不得作為挑戰的替代方案。

- 挑戰：

- 應針對任何可能合理改變比賽結果的競賽規則違反行為提出，如記分錯誤、時間（未）正常運行；

- 應在單場對決開始至結束期間提出。

- 不得在裁判宣佈對決結束後提出，僅可在對決進行期間提出挑戰。

7.15 器材和服裝

參加第六屆亞沙會柔術比賽的運動員和其他相關人員所著服裝和所用器材必須符合亞洲柔術聯盟的規定。參賽選手應穿著經國際柔術總會認證的柔術道服，顏色為白色。運動員及其他相關參賽人員所著服裝均須符合 OCA 及國際柔術總會現行規則規定。

未經 OCA 和第六屆亞沙會組委會的事先同意，運動員及技術官員均不得在其比賽服裝上附加任何形式的商業廣告。

7.16 競賽管理

技術代表：

姓名：Mr.Alexandre Nascimento 亞歷山大·納西門托

電話：+971 56 2126035

電子信箱：alexandre@jjau.org

競賽主任：

姓名：袁凱

電話：+86 13520193669

電子信箱：

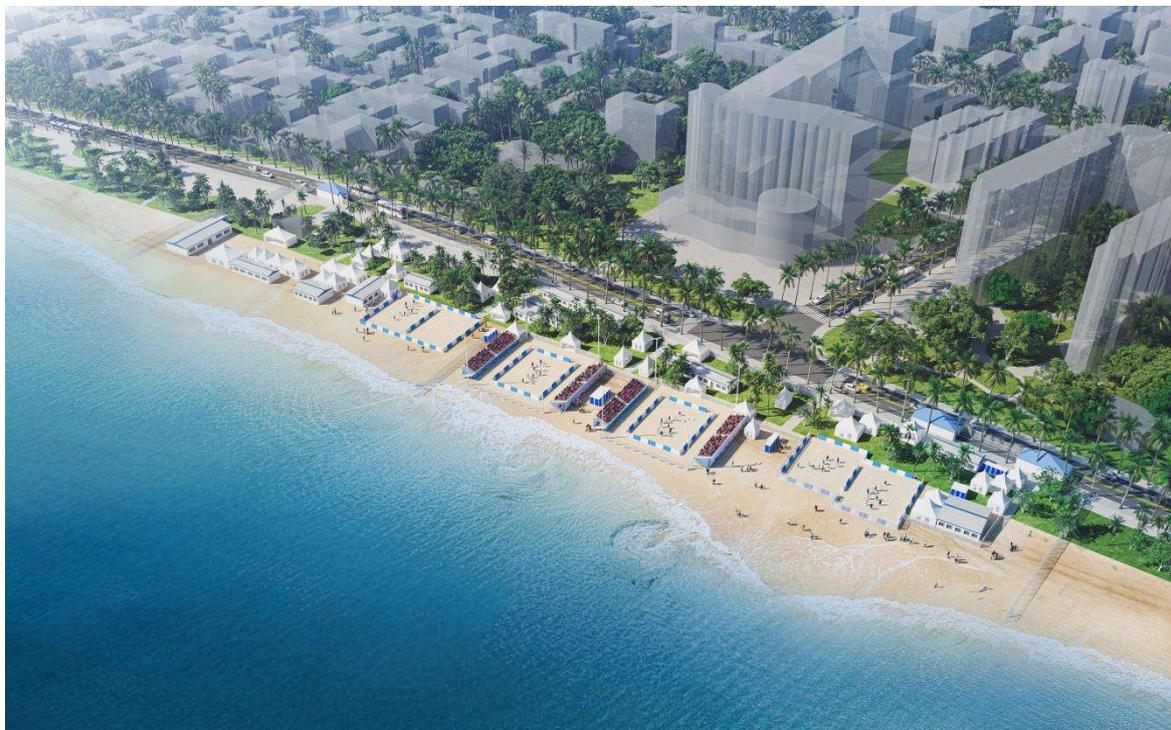
7.17 技術手冊核可

本技術手冊通過 OCA 和國際柔術總會、亞洲柔術聯盟核可。

*本技術手冊中包含的比賽日程等詳細資訊可能會發生變化。如有任何變化，亞沙會組委會將及時通知各國家/地區奧會。

8 卡巴迪（沙灘卡巴迪）

8.1 比賽場地示意圖



8.2 競賽日期

2026年4月23日—26日

8.3 競賽地點

三亞市天涯區三亞灣海月廣場沙灘

8.4 競賽項目

男子組、女子組

8.5 競賽日程

競賽日程將於人數報名結束後公佈。

8.6 訓練安排

2026 年 4 月 21 日開始為各隊伍提供賽前訓練服務。

8.7 競賽規則及辦法

● 競賽規則

沙灘卡巴迪比賽將執行國際卡巴迪總會最新《國際卡巴迪競賽規則》及相關規定。

如對規則的理解因版本不同而產生分歧時，以英語版本為準。若出現任何規則以外的不可預見性的問題，則根據 OCA 章程和國際卡巴迪總會、亞洲卡巴迪總會規則和規程，採取相應的措施進行處理。

如果任何參賽隊對國際卡巴迪總會、亞洲卡巴迪總會指派的技術代表的決定有異議，應遵循規則規定程序申訴。

● 競賽辦法

競賽編排方式將根據參賽隊伍總數最終確定。比賽安排在 4 月 23 日至 26 日每天的上午、下午。若報名隊伍達到 7 支或 7 支以上，比賽將採取預賽、準決賽及決賽。預賽採用分組循環賽，每組積分前兩名的隊伍進行交叉準決賽，勝者進行冠亞軍決賽，敗者並列第三名（根據亞洲卡巴迪總會 AKF 最新規則，敗者之間不需要進行比賽）。若

報名隊伍少於 7 支，比賽將採取單循環制，積分前兩名的隊伍將爭奪金牌。

8.8 參賽資格

- OCA 會員國家/地區奧會有資格選派運動員參加 2026 年第六屆亞洲沙灘運動會。
- 只有符合 OCA 章程和技術手冊規定的運動員才有資格參加比賽。

8.9 參賽人數

沙灘卡巴迪			
項目設置	運動員	替補	最多運動員數量
男子組	4	2	6
女子組	4	2	6
各奧會最大報名運動員數：12			

- 各代表隊隨隊官員人數按《奧會註冊指南》規定執行。

8.10 技術會議

- 技術官員會議將於比賽前兩天召開。
- 代表隊領隊/教練技術會議將於比賽前一天召開；如有需要，決賽前一天將再召開一次。
- 運動員過磅將於比賽前一天進行。

8.11 抽籤

按照國際卡巴迪總會規則要求，在 OCA 監督下進行公開抽籤。沙灘卡巴迪比賽抽籤將在 2026 年 3 月進行，具體日期、時間、地點及方式另行公佈。

8.12 抗議和申訴

所有有關比賽技術方面的抗議或申訴，依據國際卡巴迪總會最新規則執行。

8.13 器材和服裝

參加亞沙會沙灘卡巴迪比賽的運動員和其他相關人員所著服裝和所用器材必須符合亞洲卡巴迪總會的規定。

所有參賽運動員和隊伍都必須要自備運動服裝：

a. 參賽運動員應至少準備 2 套（深色、淺色各 1 套）比賽服裝，號碼尺寸需符合規則要求。

b. 在每場比賽之前，隊伍服裝要達成一致意見，如果意見不一致的，由現場裁判決定。

8.14 競賽管理

技術代表

姓名：Muhammad Sarwar 穆罕默德·薩瓦爾

電話：

電子信箱：asiankabaddi@yahoo.com

pakkabaddifederation@yahoo.com

競賽主任

姓名：夏陽

電話：+86 18131337370

電子信箱：

8.15 技術手冊核可

本技術手冊通過國際卡巴迪總會和亞洲卡巴迪總會核可。

*本技術手冊中包含的比賽日程等詳細資訊可能會發生變化。如有任何變化，亞沙會組委會將及時通知各國家/地區奧會。

9 帆船

9.1 比賽場地示意圖



9.2 競賽日期

2026年4月23日—28日

9.3 競賽地點

三亞市天涯區三亞灣海虹廣場

9.4 競賽項目（8個）

水翼帆板男子（2006年及以後出生）、水翼帆板女子（2006年及以後出生）、OP帆板男子（2011年及以後出生）、OP帆板女子（2011年及以後出生）、ILCA4男子（2009年及以後出生）、ILCA4女子

(2009 年及以後出生)、風箏水翼板男子、風箏水翼板女子

9.5 競賽日程

競賽排程將於人數報名結束後公佈。

9.6 訓練安排

2026 年 4 月 21 日開始為各隊伍提供賽前訓練服務。

9.7 競賽規則

- 第六屆亞洲沙灘運動會帆船比賽競賽將執行《世界帆船總會競賽規則 (RRS) 》，詳細資訊請查看世界帆總網頁：www.sailing.org；
- 如果各語言版本出現歧義，以英文版本為準；
- 任何規則中未提及的事件出現爭議時，按如下方式處理：
一般性事件由 OCA 裁定解決，技術性事件由世界帆船總會及亞洲帆船總會裁定解決。

9.8 競賽形式

各項比賽將以多輪次系列賽形式進行，不進行獎牌賽。所有級別將被安排在 5 天競賽日及 1 天預備日，最終以競賽通知及航行細則為準。

(Nor&SI)

9.9 參賽資格

●OCA 會員國家/地區奧會有資格選派運動員參加 2026 年第六屆亞洲沙灘運動會。

●只有符合 OCA 章程和技術手冊規定的運動員才有資格參加比賽。

9.10 參賽人數

每個參賽國家/地區奧會每個項目最多可報 2 條船（板）；各參賽國家/地區奧會最多報名船（板）數不超過 20 人。

帆船			
項目設置	運動員	替補	最多運動員數量
水翼帆板男子 (2006 年及以後出生)	1-2	0	2
水翼帆板女子 (2006 年及以後出生)	1-2	0	2
OP 帆板男子 (2011 年及以後出生)	1-2	0	2
OP 帆板女子 (2011 年及以後出生)	1-2	0	2
ILCA4 男子 (2009 年及以後出生)	1-2	0	2
ILCA4 女子 (2009 年及以後出生)	1-2	0	2
風箏水翼板男子	1-2	0	2
風箏水翼板女子	1-2	0	2
各奧會最大報名運動員數：16 名（8 名男運動員，8 名女運動員）			

● 各代表隊隨隊官員人數按《奧會註冊指南》規定執行。

9.11 技術會議

- 技術官員會議將於賽前兩天召開。
- 代表隊領隊/教練技術會議將於賽前一天召開；每日教練會議將於每日比賽前召開。

9.12 抗議和申訴

抗議和申訴應按照國際帆船總會最新比賽規則提出。所有與技術方面有關的申訴將由國際帆船總會或亞洲帆船總會負責。

如果任何運動員/國家（地區）奧會認為違反了國際帆船總會或亞洲帆船總會的技术規則或 OCA 章程，且與這類行為與裁判的判定或比賽成績無關，可以向國際運動仲裁委員會上訴。

9.13 服裝

- 參加亞沙會帆船比賽的運動員和其他相關人員所著服裝必須符合 OCA、世界帆船總會和亞洲帆船總會規定。
- 所有技術官員和運動員在事先未取得 OCA 和亞沙會組委會同意之前，均不能在競賽服裝上展示任何形式的商業廣告。
- 風箏水翼板比賽號碼衣由組委會統一提供。
- 所有參賽者必須自備符合級別規則的浮力工具。

9.14 器材

● OP、ILCA4 全套比賽器材由組委會統一提供，比賽用帆及配件可由運動員自備。

- 水翼帆板全套器材由組委會統一提供。
- 風箏水翼板器材由選手自備。
- 帆號、會旗貼等運動員自備。
- 所有參賽器材都須通過組委會器材檢查和量測方可參賽。

9.15 隊伍支持艇

組委會提供少量橡皮艇用於隊伍支援，租賃方式另行通知。

9.16 競賽管理

技術代表

姓名：Abdur Rehman Arshad 阿卜杜勒·拉赫曼·阿爾沙德

電話：

電子信箱：sararshad@gmail.com

競賽主任：王佳鑫

電話：+8610-67026922

電子信箱：tongwenyun_cya@126.com

9.17 技術手冊核可

技術手冊通過國際帆船總會和亞洲帆船總會核可。

*本技術手冊中包含的比賽日程等詳細資訊可能會發生變化。如有任何變化，亞沙會組委會將及時通知各國家/地區奧會。

10 運動攀登（速度）

10.1 比賽場地示意圖



10.2 競賽日期

2026年4月26日—27日

10.3 競賽地點

三亞市天涯區天涯海角遊覽區西門

10.4 競賽項目（4個）

速度男子、速度女子、速度接力男子、速度接力女子

10.5 競賽日程

日期	時間	事項
4月26日	待定	速度男子、女子預決賽
4月27日	待定	速度接力男子、女子預決賽

- 最終競賽日程及具體時間根據報名情況及比賽時天氣條件進行調整。

10.6 訓練安排

2026年4月24日開始為各隊伍提供賽前訓練服務。

10.7 競賽規則

- 運動攀登競賽規則執行《國際運動攀登總會運動攀登競賽規則及條例 2026 版》。
- 如果各語言版本出現歧義，以英文版本為準。
- 任何規則及條例中未提及的事件出現爭議時，按如下方式處理：
一般性事件由 OCA 裁定解決，技術性事件由國際運動攀登總會亞洲理事會裁定解決。

10.8 競賽形式

各項比賽將採取多輪淘汰賽的方式進行。

本次競賽的所有運動攀登項目將採用國際運動攀登總會官方速度運動攀登路線。

10.9 參賽資格

- OCA 會員國家/地區奧會有資格選派運動員參加 2026 年第六屆亞洲沙灘運動會。
- 只有符合 OCA 章程和技術手冊規定的運動員才有資格參加比賽。

10.10 參賽人數

每個參賽國家/地區奧會最多報名人數不超過 8 人。

運動攀登			
項目設置	運動員	替補	最多運動員數量
速度男子	4	0	4
速度女子	4	0	4
速度接力男子	4	0	4
速度接力女子	4	0	4
各奧會最大報名運動員數：8			

- 各代表隊隨隊官員人數按《奧會註冊指南》規定執行。

10.11 技術會議

- 技術官員會議將於賽前兩天召開。
- 代表隊領隊/教練技術會議將於賽前召開，具體時間地點待定；如有需要，決賽前將再召開一次。

10.12 抗議和申訴

抗議和申訴應按照最新的國際運動攀登總會運動攀登競賽規則及條

例處理，非技術事件應按照 OCA 章程向 OCA 申訴處理。

10.13 服裝

- 參加亞沙會運動攀登比賽的運動員和其他相關人員所著服裝必須符合 OCA、國際運動攀登總會亞洲理事會規定。
- 所有技術官員和運動員在事先未取得 OCA 和亞沙會組委會同意之前，均不能在競賽服裝上展示任何形式的商業廣告。

10.14 器材

所有運動員的安全帶及個人裝備均需自備，且必須符合國際運動攀登總會核可的標準。

10.15 競賽管理

技術代表

姓名：Naoto Hakamada 羽鎌田直人

電話：+817013011816

電子信箱：hakamadanaoto@gmail.com

競賽主任

姓名：厲國偉

電話：+86 18601391009

電子信箱：

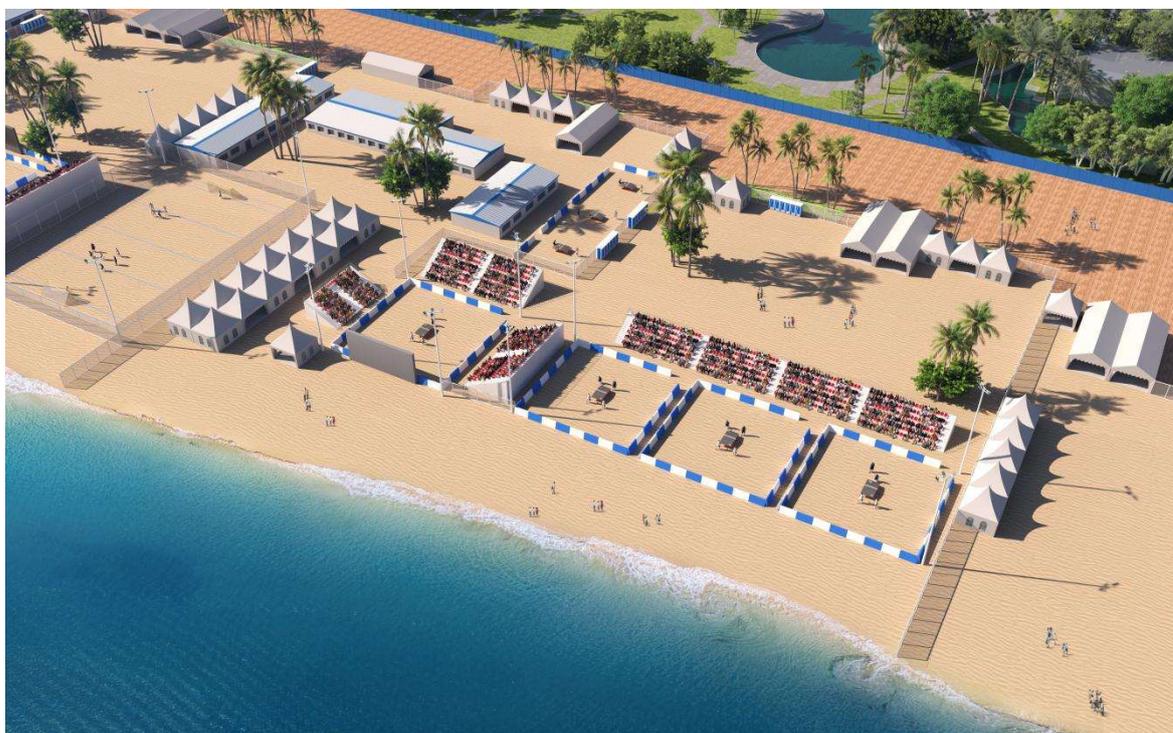
10.16 技術手冊核可

本技術手冊通過國際運動攀登總會亞洲理事會核可。

*本技術手冊中包含的比賽日程等詳細資訊可能會發生變化。如有任何變化，亞沙會組委會將及時通知各國家/地區奧會。

11 台克球

11.1 比賽場地示意圖



11.2 競賽日期

2026年4月25日—28日

11.3 競賽地點

三亞市天涯區三亞灣禦海路沙灘（包括熱身場地）

11.4 競賽項目（3個）

男子雙打、女子雙打、混合雙打

11.5 競賽日程

競賽日程的第一版草案將於人數報名結束後公佈。

11.6 訓練安排

2026 年 4 月 23 日開始為各隊伍提供賽前訓練服務。

11.7 競賽規則及辦法

- 競賽規則

執行《國際台克球總會競賽規則 2024》。

- 競賽辦法

本屆比賽將採取小組賽加淘汰賽賽制決出前三名，競賽編排方式將根據隊伍總數最終確定。

11.8 參賽資格

- OCA 會員國家/地區奧會有資格選派運動員參加 2026 年第六屆亞洲沙灘運動會。

- 只有符合 OCA 章程和技術手冊規定的運動員才有資格參加比賽。

11.9 參賽人數

台克球			
比賽	運動員	替補	最多運動員數量
男子雙打	2	0	2
女子雙打	2	0	2
男女混合雙打	2	0	2
各奧會最大報名運動員數：6			

- 各代表隊隨隊官員人數按《奧會註冊指南》規定執行。

11.10 技術會議

- 技術官員會議的召開時間由技術代表確定，但通常安排在賽前 1 天。
- 代表隊領隊技術會議將於賽前 48 小時內召開；如有需要，決賽前再召開一次。

11.11 抽籤

在 OCA 及首席技術官員的監督下，組委會將採用抽籤的方式決定分組；抽籤日期、時間和地點將另行公佈，但通常安排在賽前 1 天。

11.12 抗議和申訴

如果對比賽結果或認為裁判員的某個宣判或在比賽中發生的任何事件已對該隊不利，比賽結束時該隊隊長必須通知主裁判員他們對比賽

結果提出抗議，並在記錄表上簽字，在比賽結束後 20 分鐘內將書面抗議提交值班的技術代表。

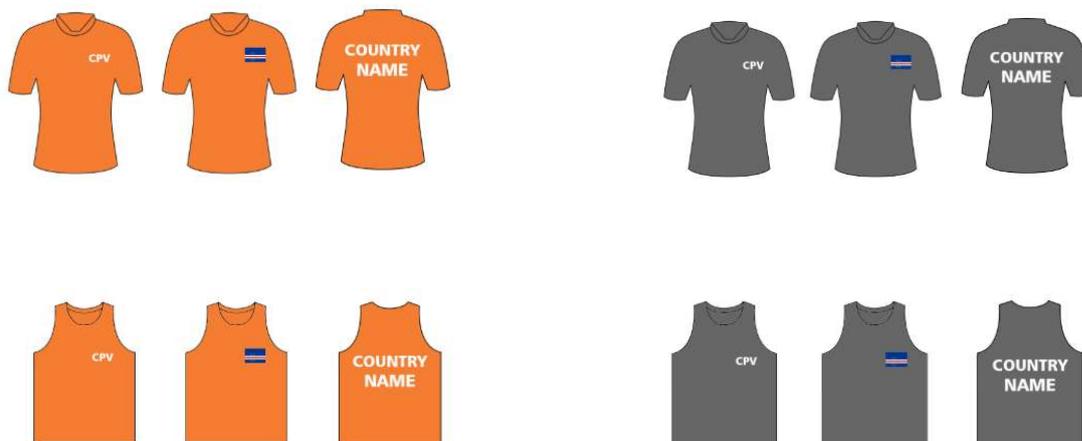
11.13 器材和服裝

參加亞沙會台克球比賽的運動員和其他相關人員所用器材必須符合國際台克球總會的規定。

所有參賽運動員和隊伍都必須要自備運動服裝：

- a. 所有運動員和參賽隊伍必須自備每人不少於兩套運動服，並且是一套深色和一套淺色；
- b. 在每場比賽之前，隊伍服裝要達成一致意見，如果意見不一致的，由現場裁判決定；
- c. 各隊比賽運動員必須身著同品牌、同款式、同顏色的比賽服；
- d. 在上衣的背面，一定要印上運動員的名字和 NOC 名字；在上衣正面（右上方）可以展示奧會的縮寫字母或者會旗；
- e. 運動服包括短袖或無袖上衣、短褲、短裙或一件式運動服、腕帶、墨鏡、帽子和發帶。球員選擇是否穿鞋；光腳、腳纏繃帶和/或穿著室內鞋（直底鞋）都可以接受。彈力緊身衣或緊身服裝須遮住肘部和膝蓋，應穿在短袖或無袖襯衫或短褲或裙子下面。彈力緊身衣的主色調必須與外部著裝相同，而且與對手有明顯的區別。球員不得因為著裝獲取任何利益，更不得違反比賽組織者的規定。
- f. 禁止佩戴任何珠寶首飾（項鍊、戒指、手鐲、耳環、皮革手帶、橡膠手套等），禁止使用任何未經批准的危險器材。

g.可允許佩戴頭飾，但不能有伸出表面的部件。



11.14 競賽管理

技術代表

姓名：Reka Reichard 雷卡·理查

電話：+36304550851

電子信箱：reka.reichard@fiteq.org

Chief ITO: Aron Varga

Email: aron.varga@teqball.com

Tel: +36301174510

競賽主任：劉紫煙

電話：+86 13167347116

電子信箱：

11.15 技術手冊核可

本技術手冊通過 OCA 和國際台克球總會核可。

*本技術手冊中包含的比賽日程等詳細資訊可能會發生變化。如有任何變化，亞沙會組委會將及時通知各國家/地區奧會。

12 鐵人三項（水陸兩項）

12.1 比賽場地示意圖



12.2 競賽日期

2026年4月23日—25日

12.3 競賽地點

三亞市天涯區三亞灣婚紗攝影基地海域和公路

12.4 競賽項目和距離

- 競賽項目

男子個人、女子個人、混合接力

- 比賽距離

男子個人：跑步 2.5 公里+游泳 1 公里+跑步 2.5 公里

女子個人：跑步 2.5 公里+游泳 1 公里+跑步 2.5 公里

混合接力：跑步 1.25 公里+游泳 0.5 公里+跑步 1.25 公里（每棒）

12.5 競賽日程

4 月 23 日：男子個人比賽、女子個人比賽

4 月 24 日：備用比賽日（訓練日/休息日）

4 月 25 日：混合接力比賽

12.6 訓練安排

2026 年 4 月 21 日開始為各隊伍提供賽前訓練服務。

12.7 競賽規則及辦法

- 競賽規則

水陸兩項比賽將執行最新版《世界鐵人三項總會競賽規則》。

- 競賽辦法

執行最新版《世界鐵人三項總會競賽規則》。

如對規則的理解因版本不同而產生分歧時，以英文版為主。若出現任何規則以外不可預見的問題，則根據 OCA 有關條款，採取相應的措

施進行處理。

混合接力競賽辦法：每隊由 4 人組成，2 男 2 女，每人完成 1 次，參賽順序：女-男-女-男，每人需完成 1.25 公里跑步、0.5 公里游泳、1.25 公里跑步，運動員需在接力區完成接力，最後一名運動員通過終點完成比賽，用時短者，名次靠前。

出發選位：在亞洲鐵人三項總會官方代表、技術代表的監督下，參賽運動員/隊伍在技術會採用抽籤的方式決定出發位置。

12.8 參賽資格

- OCA 會員國家/地區奧會有資格選派運動員參加 2026 年第六屆亞洲沙灘運動會。
- 只有符合 OCA 章程和技術手冊規定的運動員才有資格參加比賽。

12.9 參賽人數

水陸兩項			
項目設置	運動員	替補	最多運動員數量
男子個人	2	0	2
女子個人	2	0	2
混合接力	2 男+2 女	1 男+1 女	6
各奧會最大報名運動員數：3 男+3 女			

- 各代表隊隨隊官員人數按《奧會註冊指南》規定執行。

12.10 技術會議

個人比賽技術會議將於 4 月 21 日下午召開

混合接力比賽技術會將於 4 月 23 日下午召開

地點：運動員村

12.11 抗議和申訴

抗議和申訴將按照最新版《世界鐵人三項總會競賽規則》的規定執行。

12.12 器材和服裝

參加亞沙會水陸兩項比賽的運動員和其他相關人員所著服裝和所用器材必須符合 OCA 和世界鐵人三項總會的規定。未經 OCA 和三亞亞沙會組委會的允許，任何運動員和技術官員不得在比賽服裝上做商業廣告。

12.13 競賽管理

技術代表

姓名：Ms. Kamilya Syzdykova 卡米莉亞·西茲迪科娃

電話：

電子信箱：kamiltai@gmail.com

競賽主任

姓名：懷甯寧

電話：+86 15210715362

電子信箱：huaining@ctsa.org.cn

12.14 技術手冊核可

技術手冊通過 OCA、亞洲鐵人三項總會核可。

*本技術手冊中包含的比賽日程等詳細資訊可能會發生變化。如有任何變化，亞沙會組委會將及時通知各國家/地區奧會。

13 排球（沙灘排球）

13.1 比賽場地示意圖



13.2 競賽日期

2026 年 4 月 23 日—29 日

13.3 競賽地點

三亞市天涯區天涯海角遊覽區西門

13.4 競賽項目

男子組、女子組

13.5 競賽日程

詳細競賽日程於技術會後公佈

13.6 訓練安排

2026 年 4 月 21 日開始為各隊伍提供賽前訓練服務。

13.7 競賽規則及辦法

- 競賽規則

執行國際排總《沙灘排球競賽規則 2025-2028》及最新相關規定。

- 競賽辦法

比賽分兩階段進行，小組數量和淘汰賽隊伍需根據報名隊伍確定，第一階段小組賽各隊根據賽前技術會議的抽籤結果分別在各小組內進行單循環比賽；各小組前兩名進入第二階段比賽，各隊將通過抽籤決定單敗淘汰賽對陣情況。

13.8 參賽資格

- OCA 會員國家/地區奧會有資格選派運動員參加 2026 年第六屆亞洲沙灘運動會。

- 只有符合 OCA 章程和技術手冊規定的運動員才有資格參加比賽。

13.9 參賽人數

沙灘排球			
比賽	運動員	替補	最多運動員數量
男子組	4	0	4
女子組	4	0	4
各奧會最大報名運動員數：8			

- 各代表隊隨隊官員人數按《奧會註冊指南》規定執行。

13.10 技術會議

技術會議將於 2026 年 4 月 22 日在運動員村召開。

13.11 抽籤

第一次抽籤分組在技術會議上完成，第二次抽籤在第一階段比賽結束後進行，時間地點另行通知。

13.12 抗議和申訴

所有比賽技術相關的抗議或申訴，根據國際排球總會規則執行。

13.13 器材和服裝

參加亞沙會沙灘排球比賽的運動員和其他相關人員所著服裝和所用器材必須符合亞洲排球總會規定。

13.14 競賽管理

技術代表

姓名：Mr. Kritsada Panaseri (THA) 克裡薩達·帕納塞裡

電話：+66 81 924 9790

電子信箱：ae_bvb@yahoo.com

競賽主任

姓名：劉冰

電話：+86 139 1199 8123

電子信箱：beachvolley@foxmail.com

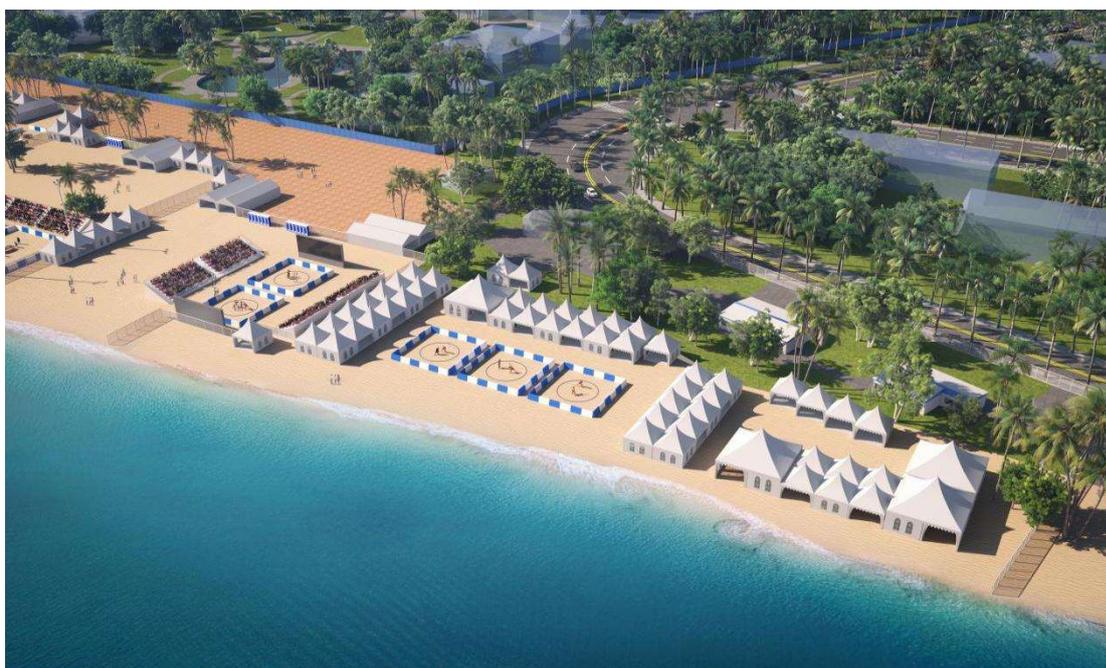
13.15 技術手冊核可

技術手冊通過 OCA、國際排球總會（沙排）及亞洲排球總會核可。

*本技術手冊中包含的比賽日程等詳細資訊可能會發生變化。如有任何變化，亞沙會組委會將及時通知各國家/地區奧會。

14 角力（沙灘角力）

14.1 比賽場地示意圖



14.2 競賽日期

2026年4月28日—29日

14.3 競賽地點

三亞市天涯區三亞灣禦海路沙灘

14.4 競賽項目

男子：70kg、80kg、90kg、+90kg

女子：50kg、60kg、70kg、+70kg

14.5 競賽日程

時間		事項
4 月 28 日 (星期二)	10:00-12:00	循環賽第一輪
	15:00-17:00	循環賽第二輪
4 月 29 日 (星期三)	10:00-12:00	循環賽第三輪
	15:00-18:00	淘汰賽、決賽、頒獎

14.6 訓練安排

2026 年 4 月 26 日開始為各隊伍提供賽前訓練服務。

14.7 競賽規則及辦法

- 競賽規則

比賽將執行國際角力總會最新版本《沙灘角力競賽規則》。如果對規則的解釋有任何爭議，以英文版本為準。

規則未涉及的任何問題或事件的處理依據為：

- 一般問題根據 OCA 章程和技術手冊解決。
- 技術問題由技術代表和裁判長，按照國際角力總會規定協商解決。

- 競賽辦法

比賽採用循環賽加淘汰賽制。小組賽獲得出線名額的運動員進行淘汰賽，通過淘汰賽決出第一名、第二名、第三名。

14.8 參賽資格

- OCA 會員國家/地區奧會有資格選派運動員參加 2026 年第六屆亞洲沙灘運動會。
- 只有符合 OCA 章程和技術手冊規定的運動員才有資格參加比賽。

14.9 參賽人數

沙灘角力			
項目	運動員	替補	最多運動員數量
男子 70kg	1	0	1
男子 80kg	1	0	1
男子 90kg	1	0	1
男子+90kg	1	0	1
女子 50kg	1	0	1
女子 60kg	1	0	1
女子 70kg	1	0	1
女子+70kg	1	0	1
各奧會最大報名運動員數：8			

- 各代表隊隨隊官員人數按《奧會註冊指南》規定執行。

14.10 技術會議

技術官員會議將於賽前兩天召開；代表隊領隊/教練技術會議將於賽前一天召開。

14.11 過磅和抽籤

- 過磅

過磅於比賽當日（賽前兩小時）進行，持續 30 分鐘。運動員向指定的裁判員出示參賽證。必須穿著比賽服，可以在規定的時間內按自己的意願多次稱量體重。不允許有體重浮動，每位運動員的體重必須由裁判員準確的寫在過磅表上。

身體檢查與過磅同時進行。

- 抽籤

在 OCA 及技術代表的監督下，組委會將採用抽籤的方式決定分組。比賽管理團隊將在每天早上過磅後立即為這些運動員組織抽籤。

14.12 抗議和申訴

任何與競賽技術方面相關的抗議或申訴，均需根據世界角力總會的規則處理。

14.13 器材和服裝

參加亞沙會沙灘角力比賽的運動員和其他相關人員所著服裝和所用器材必須符合世界角力總會的規定。

14.14 競賽管理

技術代表

姓名：Pedro Silva 佩德羅·席爾瓦

電話：+351 967 147 755

電子信箱：pedro.silva@uww.org

競賽主任

姓名：Wang Jian 王堅

電話：+86 17603605999

電子信箱：wangjianwr@qq.com

14.15 技術手冊核可

技術手冊通過 OCA、世界角力總會及亞洲角力總會核可。

*本技術手冊中包含的比賽日程等詳細資訊可能會發生變化。如有任何變化，亞沙會組委會將及時通知各國家/地區奧會。

附錄：

根據 OCA 章程和規則，參加第六屆亞洲沙灘運動會的國家/地區奧會應符合以下條件：

OCA 章程和規則第 52 條 參賽資格條例

要獲得參加 OCA 運動會的資格，參賽運動員必須：

1. 根據《奧林匹克憲章》遵守國際奧會/OCA 的規則；
2. 尊重公平比賽和非暴力的精神，遵守比賽場地上的規則；
3. 遵守世界運動禁藥管制機構和 OCA 運動禁藥管制規則的所有規定，不服用上述組織禁止的藥物和物質；
4. 成員必須確保參加 OCA 運動會的任何運動員均是為運動員報名的國家/地區奧會所在國家或地區的國民；
5. 如果在確定運動員在 OCA 運動會所代表的 NOC 時產生爭議，應由組委會解決，除非已遵守章程中規定的參賽資格條例且不存在爭議。

OCA 章程和規則第 52 條 附則

1. 如果發生違反國際奧會第 41 和 42 條規則及其細則，以及違反國際單項運動總會參賽資格條例的情況，相關成員應告知 OCA，由組委會審議並作出最終決議；
2. 同時持有兩（2）國或兩國以上國籍的參賽運動員可自行選擇代表其中一（1）個國家/地區。但是，參賽運動員在代表某個國家/地區參加相關國際單項運動總會認可的奧運會、亞洲的地區級或世界級錦標賽後，即不得再代表其他國家/地區，除非該運動員符合下文第 4 項規定的適用於變更國籍或獲得新國籍的人員的條件；

- 3.如果參賽運動員代表某個國家/地區參加了相關國際單項運動總會認可的奧運會、OCA 運動會、大洲、地區或世界級錦標賽，但之後變更了國籍或獲得新國籍，則在變更國籍或獲得新國籍後三年內不得代表新國家/地區參加 OCA 運動會；
- 4.如果某個國家/地區或殖民地獲得了獨立，或某個國家/地區因國界變動或主權讓渡而併入另一個國家/地區，或新的國家/地區奧會獲得 OCA 認可，則參賽運動員可以繼續代表其現屬或前屬國家/地區。但是，如果參賽運動員願意，其可選擇代表其國家/地區或由新的國家/地區奧會（如存在）報名參加 OCA 運動會。運動員只能做出一次這樣的選擇，且不可逆轉；
- 5.對於本附則未明確涉及的所有情況，尤其是參賽運動員可代表其非國籍的國家/地區，或可選擇希望代表的國家/地區的情況下，應由組委會做出所有決議。決議可以是一般性也可以是針對性的，並且可以針對參賽運動員的國籍、公民身份、住所或居住地提出具體要求，包括任何等待期的期限；
- 6.除非經組委會准許，否則參加 OCA 運動會的任何運動員、教練或官員不得在賽會期間將其形象、姓名、圖片或運動表現用於廣告宣傳。

OCA 章程和規則第 53 條

代表一個國家/地區的必要條件

- 1.只有成員國家/地區奧會的國民有資格代表該國家/地區參加 OCA

運動會。根據參賽運動員希望參加的競賽大項的現行規則，如果該運動員的國籍須接受審查，則必須出示證據（護照、居留證明或其他文件）以證明其符合參賽資格的定義。

如果運動員曾代表某個國家/地區參加 OCA 運動會或國際運動競賽（如奧運會、亞運會、世界運動會、大洲運動會、地區運動會等），則未來不得代表其他國家/地區，除非：

- a. 原出生國或出生地之後併入另一個國家/地區；
- b. 或者，其因為原籍地的國家/地區奧會或國家/地區主管組織當時不是 OCA 的成員，而代表上一個國家/地區參賽；
- c. 符合第 49 條第 4 項附則的規則。

2. 符合下列條件的參賽運動員將視為合格：

- a. 代表國家/地區的是其出生國；
 - b. 是所代表國家/地區的國民或公民，且已在該國家/地區連續住滿三年；
 - c. 已歸化到所代表的國家/地區，且在該國家/地區擁有永久居留權；
3. 在亞洲以外出生的參賽運動員不具備資格，除非其符合 2b 和 2c 的條件（如適用）。

OCA 章程和規則第 53 條 附則

OCA 擁有充分權力就所有非技術性問題剝奪任何運動員的資格。

OCA 章程和規則第 54 條 年齡限制

OCA 運動會的參賽運動員沒有年齡限制，除非國際或亞洲單項運動總會另有規定且經組委會批准。但亞青會的年齡限制為 14 到 17

歲。