

(2026 年 2 月)



Organizer
主辦機構



Co-organizer
協辦機構



Subvented by
資助機構



《第 69 屆體育節 - 全港少年軟式壘球錦標賽》

比賽日期： 2026 年 5 月 2 - 3 日 (星期六、日)

比賽地點： 大坑東遊樂場(三號足球場及欖球場)

比賽章則

為配合本會場地設施及 Tee 座軟式壘球競賽模式，此章則只列出部份特殊規則，其他無列出之規則，一律參照世界棒壘球聯盟 (WBSC) 所訂之比賽規例。中國香港壘球總會有權對所有競賽規則及賽程作出修訂，但會作事前通知。

1. 參賽資格：

- 1.1 2013年至2020年出生，男女均可，隊員名額最少11名球員，報名名額上限20名球員。
- 1.2 每場比賽必須有負責領隊或負責教練在場。

2. 費用：

報名費用每隊港幣\$400元正 (支票抬頭：中國香港壘球總會) 請於背面填上參賽隊伍名稱，報名後退出之球隊，報名費將不獲發還。

3. 報名辦法：

- 3.1 球隊報名表可於本會網頁www.softball.org.hk下載；
- 3.2 所有文件包括 (參賽確認報名表格、球隊註冊報名表、球員註冊報名表、家長同意書、備有照片的學生手冊或政府發出的有效身份證明文件副本) 須在2026年4月15日 (星期三) 下午6時前，親身遞交或郵寄到九龍天光道中國香港壘球總會；
- 3.3 參賽名額10隊，如報名隊伍數量多於名額，大會將於2026年4月16日 (星期四) 下午進行抽籤，並於2026年4月17日 (星期五)公佈成功入選隊伍名單。
- 3.4 所有球員必須填寫家長同意書；
- 3.5 球隊遞交表格後，如參賽球員名單仍未滿額，必須在 2026 年 4 月 27 日 (星期一) 前遞交所需更新文件 (球隊註冊報名表、球員註冊報名表、家長同意書、備有照片的學生手冊或政府發出的有效身份證明文件副本) 至本會；
- 3.6 每名球員只可代表一隊球隊；
- 3.7 球員一經註冊不得轉換球隊；

4. 抽籤及球隊領隊會議：

2026 年 4 月 24 日 (星期五) 下午 7 時於網上進行。(以最終確認參賽電郵為準)

(2026 年 2 月)

5. 獎項：

盃賽: 冠、亞、季、殿軍可獲頒獎盃一座及各球員獎牌一枚。

碟賽: 冠、亞、季、殿軍可獲頒獎碟一隻。

優異獎可獲頒獎碟一隻。

6. 賽制：

10 隊參賽隊伍分兩小組〔A 及 B 組〕（分組名單將於報名後抽籤決定），小組不多於 5 隊球隊將以單循環方式作賽，小組首兩名將出線第二階段盃賽四強賽，小組第三及第四名將出線第二階段碟賽四強賽，小組第五名可獲優異獎。淘汰賽後該四隊將按名次獲得盃賽及碟賽的冠、亞、季及殿軍獎項。

7. 競賽模式：

7.1 首輪以分組單循環方式比賽，次輪以首輪名次晉級淘汰賽，每場比賽必須有領隊或教練在場；

7.2 勝一場得 3 分、和一場得 1 分、負一場得 0 分、棄權得 0 分，積分多者為優勝隊伍；

7.3 如遇兩隊積分相等：

7.3.1 按循環賽對壘時「勝者為勝」賽果決定名次，勝方在前；

7.3.2 若兩隊積分相等及比賽和局，則計算兩隊在循環賽中的失分總數決定名次，失分少者名次列前；

7.3.3 如再相等，由大會公開抽籤決定。

7.4 如遇超過兩隊積分相等：

7.4.1 按照有關隊伍在循環賽互相對壘之賽果決定名次，全勝者名次列前；（餘下積分相同的隊伍則按 7.3 或 7.4 方法排名）

7.4.2 如有關隊伍勝負均等，則計算有關隊伍在循環賽中互相對壘的總失分數決定名次，失分少者名次列前；（餘下失分數相同的隊伍則按 7.3 或 7.4 方法排名）

7.4.3 如再相等，由大會公開抽籤決定。

7.5 比賽局數：

7.5.1 每場比賽由擲毫決定主隊和客隊（客隊先進攻、主隊先防守）；

7.5.2 每場比賽最多為五局（三局為有效局）；

7.6 比賽時限：

7.6.1 比賽至 45 分鐘不開新局；

7.6.2 比賽於限時內得分相同，則判和局；

7.6.3 比賽時間達 45 分鐘及至完成上半局，如主隊領前，比賽即時結束；如客隊領前或雙方得分相同，比賽必須繼續至完局或主隊反勝為止；

7.6.4 採用「領先規則」，比賽時間達 45 分鐘，如一方領先 8 分或以上，比賽即時結束；

7.6.5 淘汰賽不設和。若比賽時限屆滿而雙方平手時，最後一局殘壘人數多者獲勝。例：殘

(2026 年 2 月)

壘數 3 人勝 2 人；殘壘 2 人勝 1 人。若仍相同，則比壘位多者獲勝，若再相同，則由裁判主持猜銅板決定勝負。

8. 器材及服裝：

- 8.1. 以下器材由主辦單位指定及提供：本壘板、雙色壘包、投手板、11 吋 (28cm) 軟式壘球、樂樂球棒、擊球座；(球隊可自備球棒，惟必須為海棉或橡膠製造，如主辦單位認為該球棒對其他參賽者構成危險性，該球隊必須使用大會提供之球棒，不得異議。)
- 8.2. 防守球員要使用自備的壘球手套；
- 8.3. 擊球員、跑壘員及壘指導員可自行決定戴上合規格之擊球頭盔；
- 8.4. 所有球員不可穿金屬釘鞋，但可穿一般運動鞋或膠製顆粒鞋；
- 8.5. 參賽隊伍各球員出賽時，必須按穿著整齊球隊制服及帽，且背後附有不少於 6 吋 (15.24cm) 高之背號，否則主裁判將有權即時取消其出賽資格。

9. 競賽規則 [附錄 1 : 比賽場地] [附錄 2 : 常見規則問題說明]：

- 9.1. 場地：
 - 9.1.1. 壘間距離：60 呎 (18.28M) ；
 - 9.1.2. 投手板與本壘板距離：43 呎 (13.1M) ；
 - 9.1.3. 不可折返線：20 呎 (6.09 米)
 - 9.1.4. 內野無效區：用 15 呎 (4.57M) 半徑劃出之扇形區域；
 - 9.1.5. 全壘打距離：150 呎 (45.72M) ；
 - 9.1.6. 本壘板左側直線：最短為 4 呎 (1.21M)，最長為 6 呎 (1.82M) ；
- 9.2. 打擊和跑壘規定：
 - 9.2.1. 採用 Tee 座擺放壘球打擊；
 - 9.2.2. 採用七名打擊者賽例；
 - 9.2.3. 擊球員必須於擊球區內開始擊球，不可採用觸擊或助跑擊球，違者計好球一個。
 - 9.2.4. 如擊球員揮棒只打中 Tee 座而沒有碰到球，即時判死球，計好球一個。跑壘員須返回擊球前所佔的壘包。
 - 9.2.5. 擊出之球第一落點未超過場內 15 呎線屬界外球，計好球一個。
 - 9.2.6. 二好球後再揮空棒或擊成界外球，為三好球判出局。
 - 9.2.7. 擊球員第一次甩棒(沒有擊中人)會被警告，維持進攻結果。如遂球員再犯或第一次甩棒擊中人，即時判出局，跑壘員需返回擊球時所佔的壘包。
 - 9.2.8. 當一壘、二壘及三壘板出現攻防時，進攻隊衝壘須踩橘色安全壘板，守備隊踩白色壘板。其餘跑壘過程，跑壘員可踩橘色或白色壘板。
 - 9.2.9. 當本壘出現攻防時，進攻隊需衝過本壘板左側一直線，守備隊踩 Tee 座本壘板。
 - 9.2.10. 每個壘位均可衝壘，但不可滑壘(包括以手及腳)，滑壘一律判出局。
 - 9.2.11. 跑壘員上壘後必須踩在白色或橙色壘板上，等擊球員擊出球後才可離壘前進，不可盜壘，違者判出局。跑壘員跑向下一個壘位，踩到或超過 20 呎不可折返線，就須繼續向

(2026 年 2 月)

前，若跑壘員其後折返跑向上一個壘，即時判出局。

- 9.2.12. 攻方教練可於該棒次裁判員第一次宣佈「PLAY BALL」前，根據球員身高調整 Tee 座一次，違規判擊球員出局。
- 9.2.13. Tee 座擊球員不可在同一打席內轉換到另一邊擊球區，警告無效者將被判出局
- 9.2.14. 若擊出之場內高飛球飛越全壘打線，或直接擊中全壘打線或雪糕筒，判全壘打；
- 9.2.15. 若擊出之場內高飛球在觸碰到防守球員的手套或身體部位後飛越全壘打線，判全壘打；
- 9.2.16. 若擊出之界內高飛球在外野落地後彈出全壘打線或滾出兩側場外(不論防守球員有否碰球)，判場地二壘安打；所有壘上跑壘員推進兩個壘；
- 9.2.17. 若擊出之界內滾地球超越 150 呎外野區或滾出兩側場外(不論防守球員有否碰球)，判場地二壘安打；所有壘上跑壘員推進兩個壘；
- 9.2.18. 若擊出之界內滾地球或高飛球在外野落地後彈上天光道球場軟板上的圍網(不論防守球員有否碰球)，判場地二壘安打；所有壘上跑壘員推進兩個壘；(如適用)
- 9.2.19. 兩位跑壘員佔同一壘位，前位跑壘員有權佔有該壘，在球到達該壘時，後上之跑壘員則出局。除非在強迫進壘的情況，則後位跑壘員有權佔有該壘，因此在球到達該壘時，前位之跑壘員則出局；
- 9.2.20. 當第 7 位擊球員擊出有效界內球時(即使不是二出局的情況)，防守球員可選擇直接封殺進攻球員或將球傳回至本壘完局，否則比賽繼續；若出現 9.2.17、9.2.18 或 9.2.19 的情況，判場地二壘安打；
- 9.2.21. 跑壘員必須衝過本壘板左側一直線(而非踏上 Tee 座)才算得分，若跑壘員沒有經過得分線，視作沒有踩壘處理；
- 9.2.22. 攻方需依照出場表上所填寫的球員次序進行打擊；
- 9.2.23. 不設指定代打擊球員(DP)。
- 9.2.24. 攻方需依照出場表上所填寫的球員次序進行打擊；不設“打擊順序錯誤”提訴(appeal)及相關罰則。按以下執行：
- 9.2.24.1 球員、教練、領隊、裁判或記錄員可提出發現錯位擊球員；
- 9.2.24.2 裁判員宣佈第一次「PLAY BALL」前，球員、教練、領隊、裁判或記錄員可提出糾正，由正位擊球員合法取代。
- 9.2.24.3 裁判員宣佈第一次「PLAY BALL」後，任何一次有效擊球前，球員、教練、領隊、裁判或記錄員可提出糾正，由正位擊球員合法取代，而且繼承他的好球數。
- 9.2.24.4 錯位擊球員完成打擊後，即使球員、教練、領隊、裁判或記錄員提出錯位打擊，正位擊球員只作輪空(喪失此次打擊的機會)處理，不作處罰，錯位擊球員所造成得分及進壘均為合法。接著打擊球員便是錯位擊球員的下一棒，直至該局完成 7 次打擊，或達到三個出局數。
- 9.2.24.5 當裁判對下一位擊球員已宣布 play ball，則不可提出上一打席的錯位打擊。

9.3. 防守規定：

- 9.3.1. 每局防守球員為九名，守方只准在正常防守位置準備防守；

(2026年2月)

- 9.3.2. 三壘手、游擊手、左外野手不可以超越中線到右邊防守；
- 9.3.3. 一壘手、二壘手、右外野手不可以超越中線到左邊防守；
- 9.3.4. 捕手在球正式擊出之前，需留在本壘右後方之圓圈範圍內等候；
- 9.3.5. 捕手在球正式擊出之後，可以走本壘板附近準備防守；
- 9.3.6. 投手在球正式擊出之前，需以任何一隻腳踩投手板上，等擊球員擊出球後才可離板；
- 9.3.7. 擊球員揮擊前，防守球員皆不可超過投手板趨前防守；【罰則】違者警告，屢勸不聽則強迫換離守備位置及不能繼續參與該場餘下賽事；
- 9.3.8. 不可用觸殺，防守球員一律以踩壘封殺出局，如果持球碰觸到跑壘員不判出局，比賽繼續進行；如防守球員作出的觸殺影響跑壘員跑壘，則判根據妨礙(obstruction)作出判決。
- 9.3.9. 擊出球後，只要球在內野區，防守球員無意再傳殺任何跑壘員而將球傳回本壘或投手時，即為死球狀況，跑壘員須回到已佔上之壘位，等下一棒揮擊後再前進。
- 9.3.10. 除非防守球員違規、受傷或身體不適，否則守方不能在局中轉換防守位置或球員。
- 9.3.11. 每場比賽允許攻守雙方各暫停2次，每次2分鐘。

9.4. 上壘與出局：

- 9.4.1. 3好球判出局，包括第3球為界外球（包括內野無效球）。
- 9.4.2. 如防守球員將球傳出場外，所有跑壘員，由球離開防守球員一刻起計，保送一個壘位。
- 9.4.3. 當擊球員擊出之高飛球被接殺時，擊球員出局，比賽即時停止，跑壘員必須返回擊球時所佔之壘包。

10. 賽前準備及賽後確認：

- 10.1. 隊伍需於第一天的首場比賽前30分鐘向主辦機構報到處之記分員核實球員身份。
- 10.2. 隊伍亦需於比賽前30分鐘向主辦機構報到處之記分員遞交打擊順序表，打擊順序表必須由負責領隊或負責教練簽署。
- 10.3. 比賽開始列隊時，球員不足9人則作棄權論（該場比賽會被判該組別最高失分）；
- 10.4. 比賽完結後，雙方領隊需於記分紙上簽署確認。

11. 比賽改期

- 11.1 比賽前或比賽進行時遇場地欠佳、天氣惡劣、天色昏暗或地區之一般空氣質素健康指數達重水平（即級別10+），本會根據情況決定能否作賽，比賽隊伍必須服從；
- 11.2 如天文台在比賽前2小時懸掛三號或以上颱風訊號、黃色暴雨或其他更高的警告訊號，比賽取消；
- 11.3 賽事安排
 - a) 若第一天比賽取消超過四場或以上，第二天比賽將按賽程繼續進行分組循環賽，賽事不計算成績，所有隊伍獲頒「參與獎狀」；
 - b) 若第一天賽程取消少於四場比賽，第二天比賽將會進行補賽並繼續進行淘汰賽，淘汰賽後將按名次獲得獎項；
 - c) 若第二天賽程取消任何一場比賽，賽事將不計算成績，所有隊伍獲頒「參與獎狀」；

(2026年2月)

d) 若比賽完成三整局，比賽結束，不會補賽；

11.4 特別安排

如因包括但不限於天雨 / 雷暴 / 場地情況不適合等影響，中國香港壘球總會有權視乎比賽場地情況延遲或取消比賽，各參賽隊伍不得異議。如球隊未接獲壘總通知，則仍需要到達場地報到，並等候球會之最終決定。

12. 裁判員：

裁判員及計分員由主辦單位委派，所有球員及領隊必須遵守在場裁判員之任何判決。

13. 訟裁委員會：

不接受賽後上訴，主辦單位會安排賽事主委監察，並即時決定最終裁決。

14. 紀律：

所有領隊、教練、球員必須服從主裁判之指示及決定，另領隊、教練、球員應保持運動員良好的紀律與體育精神，避免在比賽中用嚴厲的語言責備球員，若嚴重違規者，裁判可能會按情況要求當事人離開球場；不能參與餘下所有比賽。

15. 球員義務：

比賽隊伍必需保持場地及球員席的整潔。

16. 修改及解釋章則：

賽會有權隨時修改、增刪及解釋本章則之任何條文，參賽球會/球隊不得異議。

17. 保險：

本會已為此活動購買第三者責任保險，學員如有需要，可自行決定購買閣下認為合適之保險。

18. 賽事記錄：

本會可在活動中進行拍攝或錄影用於賽事記錄或推廣宣傳用途。

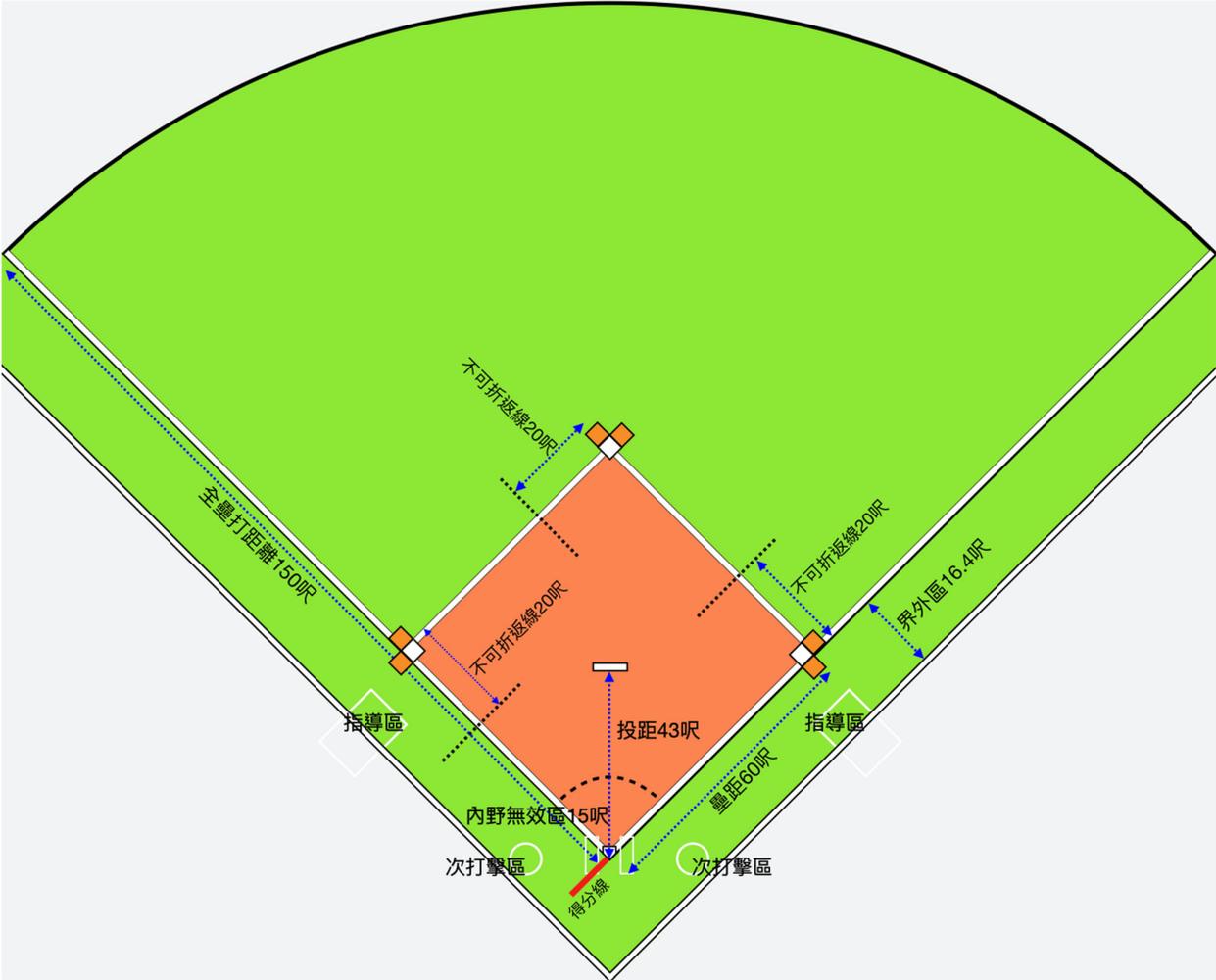
19. 查詢電話：

2711-1198 / 2711-1876

中國香港壘球總會

2026年2月

附錄 1 : 比賽場地



附錄 2：常見規則問題說明

1. 用力揮棒時打到球座也碰到球，球很緩慢在場內滾動，算有效球嗎？

答：裁判應立即宣判「無效球」，只要球的第一落點不是在內野無效區外，裁判應立即宣判界外球，算好球一個，打擊者回來重新揮棒；但若已是兩好球，此球算第三好球，則判三振出局！

2. 跑壘者安全衝過二壘壘包，正回頭慢慢走向二壘，看到守備球員拿球來觸殺他，趕緊跑向三壘，結果被觸殺在三壘前。

答：Tee座軟式壘球特殊規則「沒有觸殺出局」，每一個壘包都可以像一壘一樣衝過去再走回來，跑壘員負險上壘而超越不可折返線，守備球員便需要封殺三壘。

3. 打擊者擊出球後，最多可以跑幾壘？

答：若擊出的球一直在150呎的扇形場內，則跑者可以任意跑壘。若擊出的球離開150呎的扇形場，則根據9.2.15 – 9.2.18判決，不論跑壘員於球離開場區時已經跑佔任何壘。

4. 打安打跑壘員跑到二壘，當二壘手將球傳給捕手時，二壘跑壘員趁機跑向三壘。

答：不可以再跑，請他回到二壘重新開始，只要球回到內野區，守備員也無意再傳殺任何跑壘員，當他將球傳回本壘或投手時即為死球狀況，由下一棒揮棒後再開始玩。

5. 一、二壘有人無人出局，擊出內野上空高飛球，要判內野高飛球打擊者出局嗎？

答：Tee座軟式壘球沒有內野必死飛球規定，規則9.2.18已列明，當擊球員擊出之高飛球被接殺時，擊球員出局，比賽即時停止，跑壘員必須返回擊球時所佔之壘包，因此壘上跑壘員看到球擊出即可跑壘，等被接殺後進入死球狀態，再回原壘位即可。

6. 試揮棒要不要算好球一個？試揮還是真揮棒如何判別？

答：球員打擊前難免要比一下球的位置，如果只是在球後面比試就拉回來，不算揮棒。但只要揮過球的位置或碰掉球，就判已揮棒，算好球一個，如有故意戲弄守備球員，裁判應提醒球員及教練，這是不允許的。

7. 跑壘員安打跑上一壘時又左轉跑了兩步才走回來？此時球傳踩二壘算出局嗎？

答：一般過壘轉彎跑兩步就停下來，未超過20呎，可以回到一壘，傳球踩二壘不判出局；但是，停下後後又拔腿跑向二壘已超過20呎，才跑回一壘，這就要即時判出局。

8. 跑壘員在二、三壘之間跑來跑去，應該傳球到那一壘才算出局？

答：Tee座軟式壘球沒有夾殺和觸殺，所以守備員在處理球時，只要跑壘員已離開二壘壘包並超過不可折返線，則以三壘為封殺壘包，如又折回二壘，即時宣判二壘跑壘員「出局」。如未超過不可折返線，則以二壘為封殺壘包。

(2026年2月)

9. 一壘沒人，二、三壘有人，球打到游擊手，三壘跑了，二壘跑壘員可以不前進嗎？

答：可以不前進，因為一壘空著，如果不是強迫進壘，原壘包上的跑壘員可以不跑。

10. 在三壘旁界外區接到高飛球，算出局嗎？

答：判出局，凡高飛球無論場內或界外區及內野無效區以內，只要接到都判出局。

11. 可以單手打擊嗎？

答：不可以單手打擊，一定要雙手握棒揮擊。打到球以後才可以變成單手棄棒。

12. 擊出深遠外野安打，跑壘員上二壘，但是經過一壘時踩白色壘板，算出局嗎？

答：不判出局，雙色壘板目的是避免衝撞和踩到腳，有攻防時則嚴格規定防守踩白色攻擊踩橘色。

註：雙色壘包說明

A. 擊出之球，除擊中一壘橙色壘包為界外球外，其餘壘包被擊中均為界內球。

B. 衝過各壘的跑壘員，回原壘後則使用白色壘包，做為起始壘包。

C. 衝過壘的跑壘員，如屬於**負險狀態**下，欲回原壘時，則**雙色壘包均可使用**，而防守球員只可使用白色壘包。

13. 可以助跑或移位揮棒嗎？

答：不可以助跑揮棒，跳躍或跑步打擊都不可以，裁判要明確告知不可以助跑打擊，通常只有前腳可滑動一步揮棒，違者判該球打擊無效，算好球一個，重新打擊。

14. 比賽暫停有次數規定嗎？

答：每一場比賽每隊限2次暫停，每次限2分鐘。請教練們多利用中場交換攻守時交代球員攻防重點，善用比賽中的2次暫停。

15. 比賽球員可以換守備位置嗎？換下來還可以再上去嗎？

答：比賽時想將場內球員更換守備位置，只要在中場交換攻守時向裁判申請（**報准**），就可以對調或換人，先發球員則可以再上場一次，但預備球員，無論是替換防守、代打或代跑，換下去後都不可以再上場。

16. 滿壘，第7位擊球員擊出後，三壘跑壘員跑回本壘，打擊者被封殺在一壘前，三壘回本壘得分算不算？

答：第7位擊球員被封殺在一壘前，得分都不算，即使先跑回來，一壘才被封殺仍不算。記錄為三壘殘壘，得分不算。