

ระเบียบการแข่งขันกีฬาเอโรบิก
กีฬามหาวิทยาลัยมหิดล ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.2562

1. ประเภทของการแข่งขัน

- | | | |
|------|---------------------------|-----------------------|
| 1.1 | คู่ผสม | รุ่นอายุไม่เกิน 35 ปี |
| 1.2 | คู่ผสม | รุ่นอายุ 36 - 44 ปี |
| 1.3 | คู่ผสม | รุ่นอายุ 45 ปี ขึ้นไป |
| 1.4 | ทีมทั่วไป | รุ่นไม่จำกัดอายุ |
| 1.5 | ทีมทั่วไป | รุ่นอายุ 41 ปี ขึ้นไป |
| 1.6 | บุคคลเดี่ยว ชาย Marathon | รุ่นอายุไม่เกิน 30 ปี |
| 1.7 | บุคคลเดี่ยว ชาย Marathon | รุ่นอายุ 31-40 ปี |
| 1.8 | บุคคลเดี่ยว ชาย Marathon | รุ่นอายุ 41-50 ปี |
| 1.9 | บุคคลเดี่ยว ชาย Marathon | รุ่นอายุ 51 ปีขึ้นไป |
| 1.10 | บุคคลเดี่ยว หญิง Marathon | รุ่นอายุไม่เกิน 30 ปี |
| 1.11 | บุคคลเดี่ยว หญิง Marathon | รุ่นอายุ 31-40 ปี |
| 1.12 | บุคคลเดี่ยว หญิง Marathon | รุ่นอายุ 41-50 ปี |
| 1.13 | บุคคลเดี่ยว หญิง Marathon | รุ่นอายุ 51 ปีขึ้นไป |
| 1.14 | ทีมทั่วไป 3 คน | รุ่นอายุไม่เกิน 35 ปี |
| 1.15 | ทีมทั่วไป 3 คน | รุ่นอายุ 36-44 ปี |
| 1.16 | ทีมทั่วไป 3 คน | รุ่นอายุ 45 ปีขึ้นไป |

หมายเหตุ การนับอายุให้ใช้ ปี พ.ศ. ที่ ทำการแข่งขัน (พ.ศ.2562) เป็นตัวตั้ง แล้วลบด้วยปี พ.ศ. เกิดของนักกีฬา (ไม่นับวันและเดือน) ยกตัวอย่าง ปีแข่งขัน พ.ศ.2562 ปีเกิด พ.ศ. 2530 มีอายุเท่ากับ 2562-2530 เท่ากับ 32 ปี

2. คุณสมบัติของผู้เข้าแข่งขัน

ให้เป็นไปตามระเบียบคณะกรรมการบริหารกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ว่าด้วย การ จัดการ แข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการอุดมศึกษา พ.ศ. 2559

3. จำนวนผู้เข้าแข่งขัน

3.1 ประเภททีมทั่วไป ให้แต่ละหน่วยงานส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันได้ไม่จำกัดจำนวนทีม แต่ในทีม ต้องมีนักกีฬาจำนวน 8 คน

3.2 ประเภทคู่ผสม ให้แต่ละหน่วยงานส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันได้ในรุ่นอายุได้ไม่จำกัดจำนวน โดยในแต่ละคู่ต้องมีนักกีฬาชาย 1 คน และนักกีฬาหญิง 1 คน

3.3 ประเภทชายเดี่ยว และหญิงเดี่ยว (Marathon) ให้แต่ละหน่วยงานส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันได้ไม่ จำกัด

3.4 ประเภททีมทั่วไป 3 คน ให้แต่ละหน่วยงานส่งนักกีฬาร่วมการแข่งขันได้ได้ไม่จำกัด

4. วิธีการจัดการแข่งขัน

4.1 ประเภทคู่ผสม (Mixed Pairs) และทีมทั่วไป 3 คน (Trios)

4.1.1 ใช้เวลาระหว่าง 1.55 – 2.05 นาที สำหรับการแข่งขัน

4.1.2 ใช้เพลงอิสระ ที่มีความเร็วไม่เกิน 160 จังหวะต่อนาที (160 bpm.)

4.1.3 นักกีฬาจะต้องคิดท่าทางการเคลื่อนไหวที่ใช้สำหรับการแข่งขันเอง โดยคำนึงถึง

4.1.3.1 ท่าบังคับ 7 ท่าพื้นฐานในการเต้นแอโรบิก

4.1.3.2 เวลาสำหรับการแข่งขัน

4.1.3.3 ความเร็วจังหวะดนตรี

4.1.3.4 การใช้พื้นที่ และทิศทาง ขณะทำการแข่งขัน

4.2 ประเภททีมทั่วไป (Group)

4.2.1 ใช้เวลาระหว่าง 4.55 – 5.05 นาที สำหรับการแข่งขัน

4.2.2 ใช้เพลงอิสระ ที่มีความเร็วไม่เกิน 160 จังหวะต่อนาที (160 bpm.)

4.2.3 นักกีฬาจะต้องคิดท่าทางการเคลื่อนไหวที่ใช้สำหรับการแข่งขันเอง โดยคำนึงถึง

4.2.3.1 ท่าบังคับ 7 ท่าพื้นฐานในการเต้นแอโรบิก

4.2.3.2 เวลาสำหรับการแข่งขัน

4.2.3.3 ความเร็วจังหวะดนตรี

4.2.3.4 การใช้พื้นที่ และทิศทาง ขณะทำการแข่งขัน

หมายเหตุ การเคลื่อนไหวที่เป็นท่าบังคับ 7 ท่าไปมีดังต่อไปนี้

1. ลันจ์ (Lunge)
2. เตะ (Kick)
3. ยกเข่า (Knee Lift)
4. ย่ำเท้า (March)
5. จ็อกกิ้ง (Jog)
6. กระโดดสลับเท้า (Skip)
7. กระโดดตบ (Jumping Jack)

4.2.4 แต่ละทีมสามารถแสดงท่ายก (Lift) ได้ 1 ครั้ง

4.2.5 ท่าห้ามแสดง (Prohibited Move)

4.2.5.1 การโยน หมายถึง บุคคลหนึ่งหรือมากกว่าโยนนักกีฬาคนใด คนหนึ่งหรือมากกว่า จากที่ใดที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง โดยมีการปล่อยตัวนักกีฬาออกจากมือหรือให้พื้นมือไปสู่อากาศ

4.2.5.2 การเอนตัว การเอนตัวไปข้างหลังไม่ว่าจะเป็นการเคลื่อนไหวที่อยู่กับที่หรือเคลื่อนที่

4.2.6 ชุดแข่งขัน และอุปกรณ์การแข่งขัน

4.2.6.1 ให้แต่งกายด้วยชุดกีฬาที่เหมาะสมกับการเดินแอโรบิก

4.2.6.2 การแข่งขันประเภททีม ผู้เข้าแข่งขันควรแต่งกายโทนสีเดียวกันทั้งทีม

4.2.6.3 ห้ามใช้เครื่องประดับบนชุดแต่งกาย หรือบนร่างกาย เช่น ริงบิ้น แอร์แบน ผ้าพันข้อมมือ หรือข้อเท้า หรือเครื่องประดับต่างๆ

4.2.6.4 ห้ามใช้อุปกรณ์ทุกชนิด ประกอบการแข่งขัน

หมายเหตุ 1. การกระทำผิดในข้อ 4.2.5 จะถูกตัด 1 คะแนน ต่อการแสดง 1 ครั้ง จากคะแนนรวม

2. ผู้เข้าแข่งขันที่อายุมากกว่า สามารถลงมาเล่นรุ่นที่อายุต่ำกว่าได้ 1 ชนิดเท่านั้น

3. ผู้เข้าแข่งขันที่มีอายุมากกว่า ไม่สามารถขึ้นไปเล่นรุ่นที่อายุมากกว่าได้

4. ผู้เข้าแข่งขันสามารถเลือกได้รุ่นอายุเดียวเท่านั้น

4.3 ประเภทชายเดี่ยวและหญิงเดี่ยว (Marathon)

4.3.1 ให้นักกีฬาทุกคนเดินตามผู้นำเดิน

4.3.2 จัดการแข่งขันเพียง 1 รอบ โดยใช้ระยะเวลาในการเดิน 15 นาที

4.3.3 คณะกรรมการจัดการแข่งขันแอโรบิกจะเป็นผู้รับผิดชอบเรื่องเพลงและผู้นำเดิน

4.3.4 กรรมการจะพิจารณาจากความแข็งแรงของท่าทาง การเคลื่อนไหวของร่างกาย การแสดงออก และความทนทานในการเดิน

5. กำหนดการแข่งขัน

วันศุกร์ที่ 29 มี.ค.62 เวลา 13.00 น. (เวลาอาจจะมีการเปลี่ยนแปลง จะแจ้งกำหนดการอย่างละเอียดให้ทราบภายหลัง)

6. ชุดแข่งขันและอุปกรณ์การแข่งขัน

ให้ผู้เข้าแข่งขันทุกคนแต่งกายในชุดที่เหมาะสมสำหรับกีฬาแอโรบิก

7. ข้อปฏิบัติในการแข่งขัน

7.1 ผู้เข้าร่วมการแข่งขันต้องยอมรับคำตัดสินและให้ความร่วมมือในการปฏิบัติงานของคณะกรรมการจัดการแข่งขัน กรรมการผู้ตัดสินและเจ้าหน้าที่ซึ่งปฏิบัติหน้าที่ในการแข่งขันอย่างเคร่งครัด

7.2 ตลอดเวลาการแข่งขัน ผู้เข้าแข่งขันต้องประพฤติตนให้สมกับความเป็นนักกีฬาที่ดี และต้องปฏิบัติตามระเบียบและกติกาการแข่งขันอย่างเคร่งครัด

7.3 ผู้ใดฝ่าฝืนหรือไม่ปฏิบัติตามระเบียบนี้ ให้คณะกรรมการฝ่ายเทคนิคการกีฬา ในคณะกรรมการบริหารกีฬามหาวิทยาลัยฯ พิจารณาลงโทษในเบื้องต้นตามสมควรแก่กรณี และหากเห็นว่าไม่เพียงพอให้นำเสนอคณะกรรมการบริหารกีฬามหาวิทยาลัยฯ เพื่อพิจารณาลงโทษเพิ่มเติมต่อไป

8. กรรมการตัดสินและเจ้าหน้าที่

ให้อยู่ในดุลยพินิจของคณะกรรมการจัดการแข่งขัน โดยความเห็นชอบของคณะกรรมการฝ่ายกีฬาแอโรบิก ในคณะกรรมการบริหารกีฬามหาวิทยาลัยฯ

9. เกณฑ์การตัดสิน

ประเภทบุคคล พิจารณาจากความแข็งแรงของท่าทาง การเคลื่อนไหวของร่างกาย การแสดงออก และความทนทานในการเดิน

ประเภทคู่ผสม (Mixed Pairs) ประเภททีมทั่วไป 3 คน (Trios) และประเภททีมทั่วไป (Group)

พิจารณาจากทำบั้งกับ 7 ทำพื้นฐาน ความแข็งแรง การเคลื่อนไหวของร่างกาย การแสดงออก การใช้พื้นที่ ระยะเวลาที่ใช้ และความพร้อมเพียง

10. การประท้วง

ให้เป็นไปตามข้อบังคับคณะกรรมการบริหารกีฬามหาวิทยาลัยมหิดล

11. รางวัลการแข่งขัน

รางวัลที่ 1 เหรียญชูบทอง

รางวัลที่ 2 เหรียญชูบเงิน

รางวัลที่ 3 เหรียญชูบทองแดง

*กรณีมีบุคลากรในหน่วยงานเดียวกันได้รับรางวัลทั้ง 3 อันดับ คณะกรรมการจะมอบเหรียญรางวัลให้เฉพาะบุคลากรคนที่มีอันดับมากที่สุด 2 อันดับแรกเท่านั้น

12. ในกรณีที่มีปัญหาเกี่ยวกับการใช้ระเบียบนี้ ให้คณะกรรมการฝ่ายเทคนิคการกีฬา ในคณะกรรมการบริหารกีฬามหาวิทยาลัยมหิดลเป็นผู้วินิจฉัยชี้ขาด

13. ให้ประธานกีฬาแอโรบิก กีฬามหาวิทยาลัยมหิดล รักษาการตามระเบียบนี้