

108 年花蓮縣縣長盃跆拳道錦標賽暨中小學聯合運動會 全國少年、全國青少年、全國運動會花蓮縣代表隊選拔賽

競賽時間表

日期	時間	項目	當日比賽量級及場次
5 月 25 日 (星 期 六)	07:00~07:30	報 到	第一場地賽程 上午:品勢賽程 下午:全運會、全青選拔 第二場地賽程 品勢賽程
	07:30~08:30	過 磅 <small>(全運、全青選拔過磅)</small>	
	08:30~09:00	檢 錄	
	09:00~12:00	上午賽程	
	12:00~13:00	中午休息 <small>(26日賽程過磅)</small>	
	13:00~13:30	開 幕	
	13:00~17:00	下午賽程	
5 月 26 日 (星 期 日)	08:30~09:00	檢 錄	第一場地賽程 上午:全少選拔+推廣組對練賽程 第二場地賽程 推廣組對練賽程
	09:00~12:00	上午賽程	
	12:00~13:00	中午休息	
	13:00~16:00	下午賽程	

1、選手過磅及比賽時應攜帶個人證件審核，並應妥善保管。

2、比賽時間：

全國運動會選拔:每回合 2 分鐘休息 1 分鐘;三回合

全國青、少年選拔:每回合 1 分鐘 30 秒休息 30 秒;三回合

冠亞軍:2 分鐘休息 1 分鐘;三回合

花蓮縣長盃對練賽程:每回合 1 分鐘 30 秒休息 30 秒;三回合