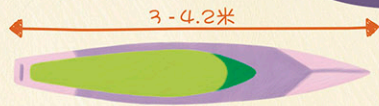


海洋獨木舟知多少

立划板 (Stand Up Paddle)



休閒用的立划板板身較競賽用的立划板闊，頭尾形狀亦較圓，因此划艇者較容易在海面上保持平衡和穩定前進；而競賽所用的立划板則可長達4.2米，板身較為窄長，而且板頭呈尖形，有助加速。

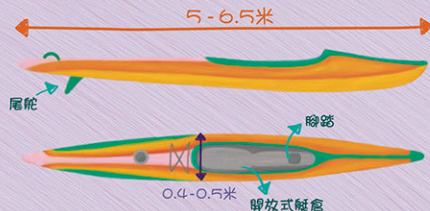
小知識

海洋獨木舟比賽是一項不斷流行的運動，在澳大利亞，加利福尼亞，夏威夷和南非等溫暖的沿海地區尤為受歡迎



立划板起源於六十年代，由夏威夷的滑浪攝影師首創。當時，他們會站在長板上一邊划槳，一邊為逐浪者拍照。立划板操作簡單，即使對初學者來說也容易上手，而且不管是在平靜的湖上或是波濤洶湧的海面上，划艇者都可以享受箇中樂趣。因此，這項運動逐漸廣受歡迎，是在最近十年間興起的水上運動。

逐浪獨木舟 (Surfski)



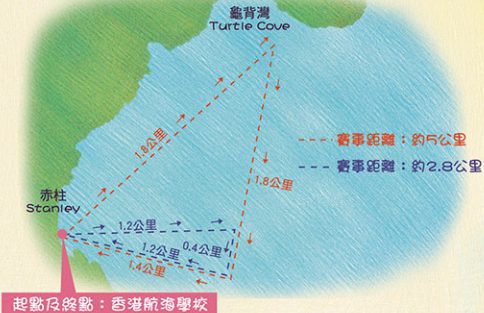
在海洋獨木舟賽事中，逐浪獨木舟是常用的艇種，艇倉採用開放式設計，並配有腳踏控制尾舵，船身則呈窄長形狀，這種設計有助獨木舟在風急浪高的惡劣環境下繼續航行。



一般而言，比賽對航道距離沒有特定限制。不過，世界錦標賽建議賽道長度應為20至35公里。

比賽路線

賽事在赤柱舉行，並設有兩個不同距離的項目。



世界海洋獨木舟錦標賽

Canoe Ocean Racing World Championships

世界海洋獨木舟錦標賽

世界海洋獨木舟錦標賽(錦標賽)是海洋獨木舟運動項目的最高水平賽事，選手須具備過人的耐力、航海技能及其他在遠洋航行方面的豐富知識，按指定賽程在公開水域或大海中進行比賽。此外，海洋獨木舟選手亦要克服重重挑戰，包括在波濤洶湧的海面和風速超過20海里的環境下持續划槳。

國際獨木舟協會在2013年於葡萄牙首次舉辦這項錦標賽，而第二屆賽事則在2015年於大溪地舉行，賽事每兩年一屆。2017年錦標賽是首屆的亞洲賽事，也是第一次在香港舉行。這項錦標賽設有多個比賽項目，包括逐浪獨木舟(單人及雙人)和立划板兩個艇種的賽事。

比賽組別

在香港舉行的錦標賽所有比賽項目均設有男、女子組賽事，而逐浪獨木舟項目則沒有舉辦雙人艇(SS-2)賽事：

	公開組	18歲以下組	23歲以下組	先進組
逐浪獨木舟單人艇(SS-1)				
立划板(SUP)		×	×	×

英文版本請瀏覽：
For English Version, please visit: www.mevents.org.hk

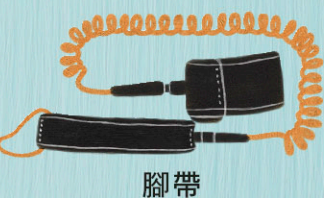
國際獨木舟協會



國際獨木舟協會(International Canoe Federation)，簡稱ICF，是國際奧林匹克委員會認可的理事機構，負責向全世界推廣獨木舟運動。獨木舟運動項目包括獨木舟競速(Canoe Sprint)、獨木舟激流(Canoe Slalom)、獨木舟水球(Canoe Polo)、傳統艇/龍舟(Traditional Boat/Dragon Boat)、海洋獨木舟(Canoe Ocean Racing)等，而海洋獨木舟是協會最新的比賽項目。

安全配備

參賽者均需要佩戴以下安全配備，方可進行比賽。



腳帶



助浮衣



防水哨子



由賽會提供，
擁有全球定位功能的晶片



起步方式

比賽會因應不同地點、環境和天氣情況而採用不同的起步方式，有時或會在比賽開始前一個小時才公布。當中的方式有：

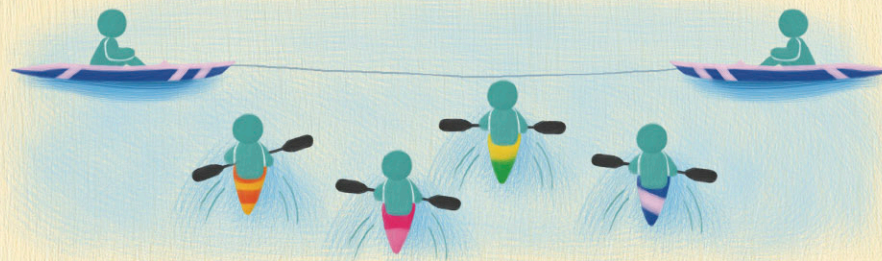
● 沙灘起步 (Beach Start)

選手會手持艇隻，並按照抽籤結果順序在岸邊排好。



● 滾動式水中起步 (Rolling Water Start)

艇隻可慢慢朝起步線直線或斜線移動，直至起步信號發出後才可越過起步線。



● 利曼起步 (Le Mans Start)

選手會按照抽籤結果，順序把艇隻排列在岸上，並站在艇隻旁邊準備起步。



● 靜水起步 (Stationery Water Start)

選手會把艇隻放置在起步線後，並確保艇隻在水面上保持平衡。



● 間隔起步 (Interval Start)

倘所有參賽艇隻未能同時起步，大會可以間隔方式，安排艇隻分批進行沙灘起步、靜水起步或滾動式水中起步。