

# 体育系关于印发“瑞奥克杯”2023年东南大学 啦啦操、健美操比赛的通知

各院系：

为加强建设我校校园体育文化，贯彻落实“立德树人”教育根本任务，推动我校五育并举，三全育人教育理念，进一步增强我校学生体质和健康水平，增进友谊，培养学生团队合作精神，特开展全校师生范围内的啦啦操、健美操比赛，鼓励有条件的教师共同参与比赛，现将有关事宜通知如下：

## 一、指导单位：

中国蹦床与技巧协会啦啦操分会

江苏省啦啦操运动协会

江苏省健美操运动协会

## 二、主办单位：

东南大学体育运动委员会

## 三、承办单位：

东南大学学生会文体部

## 四、协办单位：

啦啦操俱乐部（本校社团）

健美操俱乐部（本校社团）

## 五、支持单位：

南京鸿盛航体育推广有限公司

## 六、竞赛项目：

比赛设花球啦啦操规定动作、花球啦啦操自选动作、大众健身健美操规定动作和大众健身健美操自选动作四个竞赛项目。具体要求及评分标准详见竞赛规程。

## 七、竞赛装备（啦啦操赛服、赛鞋、花球和头花）规范款式：

为了给本队表演带来更强的舞台效果与视觉冲击力，发挥对参赛

项目正确、积极的引导作用，建议参赛队选取规范的竞赛装备。

健美操赛服建议风格：塑身上衣（长袖、短袖均可），塑身长裤（如瑜伽裤）或运动短裤。女生可在塑身长裤外搭配短裙，男生运动短裤内亦可搭配塑身裤，白色运动鞋，白色短袜（女生可搭配肉色丝袜），不需要头花。

啦啦操赛服建议风格：塑身上衣（长袖、无袖均可），短裙，白色/肉色针织运动鞋，白色短袜（女生可搭配肉色丝袜），头花是啦啦操项目文化特征的表现形式之一，建议佩戴绑发。



## 八、比赛时间、地点：

（一）比赛时间：2023年11月11日（校历第8周）周六，具体时间待后续补充通知。

（二）比赛地点：待定，待后续补充通知。

## 九、报名、报到：

（一）报名：请将报名表于2023年10月27日（校历第6周）周五12:00前发至邮箱2238524989@qq.com，逾期不予受理。报名表详见附件。报名成功后，各院代表队的领队和教练员可加入赛事QQ群，后续通知将在此下发。QQ群二维码如下：



(二) 报到：2023 年 11 月 11 日（校历第 8 周）周六，具体时间和地点待后续补充通知。

十、赛事组委会相关联系方式：

1. 比赛报名咨询：校学生会文体部 田梓阳 15365045272

2. 赛事活动咨询：校学生会文体部 史熙媛 15760931921

3. 运动技术咨询：体育系 孙景玉洁 15715142151

4. 啦啦操达标证书咨询：体育系 杨文刚 15195860211

5. 竞赛装备（赛服、赛鞋、花球和头花等）咨询：

江苏省啦啦操运动协会 白老师 18020182703

江苏省健美操运动协会 庄老师 15380873691

十一、参赛项目技术培训：

我校啦啦操俱乐部和健美操俱乐部在日常活动中会进行啦啦操、健美操的技术教学与培训，有需要的参与培训和学习大众健身健美操规定动作的学员可加入进群。本学期社团培训时间是周三 15:00-17:00 和周四 18:30-20:00。

啦啦操俱乐部（本校社团）：QQ 群 820851512

健美操俱乐部（本校社团）：QQ 群 818020582

十二、未尽事宜，另行通知。

东南大学体育系  
2023 年 10 月 01 日