湖北省学生体育协会

关于举办2025年湖北省第三届大学生健身健美锦标赛的通知

各普通高等学校：

为全面贯彻落实中共中央办公厅、国务院办公厅《关于全面加强和改进新时 代学校体育工作的意见》和体育总局、教育部《关于深化体教融合促进青少年健 康发展的意见》文件精神，通过学校体育让广大青少年“享受乐趣、增强体质、 健全人格、锻炼意志”，实现学校体育高质量发展目标。根据《2025年湖北省 学生体育竞赛计划》,经研究，决定举办湖北省第三届大学生健身健美锦标赛。 现将比赛有关事宜通知如下：

一、本次比赛定于11月15日-17日在湖北科技学院举办。

二、请各参赛单位按照《2025年湖北省第三届大学生健身健美锦标赛竞赛 规程》(见附件)的要求，严格落实大学生竞赛工作各项要求，把健康教育、安 全教育、体育训练和参赛工作等有机结合起来，做好选拔、备赛和参赛等各项工 作。

三、承办学校要认真做好比赛的组织接待、后勤保障、安全防范、竞赛策划、 参赛学生的健康资格审查和工作人员的培训工作，在竞赛场馆周围提供必须的医 疗卫生、交通安全等保障，制定突发安全事件的应急预案和医疗急救措施，确保 所有参赛人员的健康和安全。

附件：1.2025年湖北省第三届大学生健身健美锦标赛竞赛规程

2.湖北省第三届大学生健身健美锦标赛参赛报名表

3.湖北省第三届大学生健身健美比赛参赛保证书

4.参赛代表队车辆信息登记表

5.参赛代表队个人信息登记表

湖北省学生体育协会

2025年9月15日

附件1：

2025年湖北省第三届大学生健身健美锦标赛
竞赛规程

一、主办单位

湖北省学生体育协会

二、承办单位

湖北科技学院

三、时间及地点

竞赛时间：2025年11月15日至17日

竞赛地点：湖北科技学院

四、参赛单位

各普通高等学校在校在籍学生（以学校为单位组队参赛）

五、竞赛分组及设项

（一）竞赛分组

1.**本科普通组**（普通高等学校非体育类全日制本科、研究生）；

2.**本科体育专业组**（普通高等学校体育类专业全日制本科、研究生）；

3.**专科组**（普通高等学校非体育类全日制专科学生）；

4.**专科体育专业组**（普通高等学校体育类专业全日制专科学生）；

注：名单项组别参赛人数不满3人的，进行同项目合并比赛，但成绩另行统计。

（二）项目分组

项目编号	项目	备注
1	男子健美	执行2024《CBBA健身健美竞赛规则裁判法》
2	男子健身	
3	女子健身	
4	男子健身模特	
5	女子健身模特	
6	男子健体	
7	健身比基尼	
8	健身健美集体造型	
9	健身混合双人	
10	体能挑战赛	

1.男子健美

项目编号	项目	备注
1.1	65公斤级：≦65公斤	按体重划分组别
1.2	70公斤级：>65公斤，≦70公斤	
1.3	75公斤级：>70公斤，≦75公斤	
1.4	75公斤以上级：>75公斤	

2.男子健身

项目编号	项目	备注
2.1	本科组	公开组
2.2	专科组	

3.女子健身

项目编号	项目	备注
3.1	本科组	公开组
3.2	专科组	

4.男子健身模特

项目编号	项目	备注
4.1	A组：176cm（含）以下；	按身高划分组别
4.2	B组：176.01cm-183cm（含）	
4.3	C组：183cm以上	

5.女子健身模特

项目编号	项目	备注
5.1	A组：164cm（含）以下；	按身高划分组别
5.2	B组：164.01cm-168cm（含）	
5.3	C组：168cm以上	

6.男子健体

项目编号	项目	备注
6.1	A组：170cm（含）以下	按身高划分组别
6.2	B组：170.01cm-174cm（含）	
6.3	C组：174cm-178cm	
6.4	D组：178.01cm以上	

7.健身比基尼

项目编号	项目	备注
7.1	A组：160cm（含）以下	按身高划分组别
7.2	B组：160.01cm-164cm（含）	
7.3	C组：164.01cm-168cm（含）	
7.4	D组：168cm以上	

8.健身健美集体造型

项目编号	项目	备注
8.1	男女运动员组队（人数不得少于8人,女子不少于2人）	1.团体项目 2.成绩按照双分计算

9.健身混合双人

项目编号	项目	备注
9.1	可由一名男子健体、男子健身模特、男子健身运动员和一名健身比基尼、女子健身模特、女子健身运动员兼项组成。比赛规定动作为四次向右转体。	1.公开组 2.成绩计入团体总分

10.体能挑战赛（公开组）

项目编号	项目	备注
10.1	男子：跳绳、箭步蹲、波比跳、哑铃火箭推	1.团体项目 2.成绩计入团体总分
10.2	女子：跳绳、仰卧起坐、壶铃摇摆、深蹲跳	

六、参赛办法

（一）参赛运动员必须是全日制在籍学生，年满16周岁的普通高等学校学生。

（二）各参赛队限报领队1人，教练员2人，运动员不得兼任领队和教练。

（三）每名运动员可兼报2项（含体能挑战赛），但不可跨项目兼项（健美类不得兼健身类）；个人兼项团体赛，不计兼项。

（四）参加各组、级别比赛的运动员，称重时需交验学生证、身份证或其他有效证件，否则，不得参加比赛。

（五）各队需按时报到和参加赛前组委会、技术会会议，无故缺席者视为放弃参赛。

（六）级别不足3人的合并入相邻人数较少的组别。

（七）运动员人数在8人（含）以上的队，计团体总分成绩。

（八）各参赛队自行办理比赛期间伤病意外事故保险（含往返赛区途中及在比赛期间可能发生的伤病），自行承担可能发生的医疗费用。

七、比赛办法

（一）比赛参照中国健美协会审定的《2024CBBA健身健美竞赛规则裁判法》执行。

（二）各项目、各组别比赛根据报名人数进行预赛、半决赛和决赛。预赛前15名进入半决赛，半决赛前10名进入决赛。

（三）竞赛方式：

1.男子健美

（1）预赛：四个规定动作

（2）半决赛：四个规定动作、比较评分；

（2）决赛：七个规定动作、集体不定位自由造型；

（3）个人30秒自选动作。

七个规定动作名称：1）前展双肱二头肌；2）前展双背阔肌；3）侧展胸部；4）后展双肱二头肌；5）后展双背阔肌；6）侧展肱三头肌；7）前展腹部和腿部。

2.男子、女子健身（高校公开组）

（1）预赛：进行四次向右转体展示四个身体方位；

（2）半决赛形体轮：四次向右转体、比较评分

（3）决赛运动特长轮：（90秒）运动特长表演 ；

（4）运动特长轮以艺术表现为评判重点。

3.男子、女子健身模特

（1）预赛、半决赛进行四次向右转体展示四个身体方位；

（2）决赛着运动装在台上进行规定路线行走，展示着装形体，可以携带运动道具。

4.男子健体

（1）预赛穿黑色非紧身齐膝短裤进行四次向右转体展示四个身体方位；

（2）半决赛、决赛穿非紧身自选色齐膝短裤进行四次向右转体展示四个身体方位。

5.健身比基尼

（1）预赛、半决赛穿自选比基尼赛服进行四次向右转体展示四个身体方位；

（2）决赛穿自选比基尼赛服进行规定路线行走和四次向右转体。

6.健身健美集体造型

（1）预赛、半决赛及决赛，男女运动员组队（人数不得少于8人，女生不得少于2人）进行集体自由造型表演；

（2）表演以具有健身健美特征的各种形体艺术造型和运动形式，以及队列队形变换进行集体展示，表演时间150-180秒。

7.健身混合双人

（1）按签号顺序，依次以不超过5对运动员为一组进行四次向右转体展示四个方位的形体。

（2）健身混合双人走I路线做四个转向展示形体，男女运动员要配合默契、动作大方得体。

8.体能挑战赛

（1）体能挑战赛由四个不同动作组成；

（2）10名运动员同时比赛，每个运动员在不同站位，每个站位由一名裁判监督运动员比赛动作是否规范及记录数据，每个运动员一张计分表；

（3）每个动作限时90秒，时限内最大限度重复该动作，可停下休息再继续，计时不停止，依次完成全部的四个动作，完成全部四个动作次数最多者的前12名运动员进入决赛。

（四）服装要求：

1.男子健美

健美比赛运动员需身着单色、不透明短裤。运动员可自行选择赛服的颜色、布料、质地和样式。赛裤须至少盖住3/4的臀部。侧边不少于5cm。不允许使用填充物。



2.男子健身

（1）形体比赛穿着不透明、无花纹、无光泽的纯黑色紧身平角短裤，赛裤侧面宽度不少于15厘米，且必须覆盖臀部；

（2）运动特长表演比赛均穿与表演风格统一的服装，可佩戴或使用安全道具；

（3）禁止穿鞋、袜子。

3.女子健身

（1）形体比赛穿着不透明的后交叉式比基尼赛服，赛服必须覆盖住臀部的二分之一和整个前部。严禁穿丁字裤，赛服需得体；

（2）赛鞋穿高跟皮（凉）鞋，前掌厚度不超过1厘米，细跟且鞋跟高度不超过12厘米；

（3）运动特长表演比赛均穿与表演风格统一的服装，可佩戴或使用安全道具。

4.男子健身模特

（1）形体展示轮穿着不透明、无花纹、无光泽的纯黑色紧身平角短裤，赛裤侧面宽度不少于15厘米，禁止穿鞋、袜子；

（2）运动服装轮运动装自选，服饰与运动鞋的款式、颜色、材料不限。可赤足或穿运动鞋；

（3）可佩戴或使用安全道具。

5.女子健身模特

（1）形体展示轮穿紧身连体健身模特泳装赛服，款式、颜色、材料不限，必须覆盖住臀部的二分之一和整个下腹部；

（2）穿高跟皮（凉）鞋，鞋前掌厚度不超过1厘米，细跟，鞋跟高度不超过12厘米；

（3）禁止穿袜子；

（4）运动服装轮运动装自选，服饰与运动鞋的款式、颜色、材料不限。可赤足或穿运动鞋；

（5）可佩戴或使用安全道具。

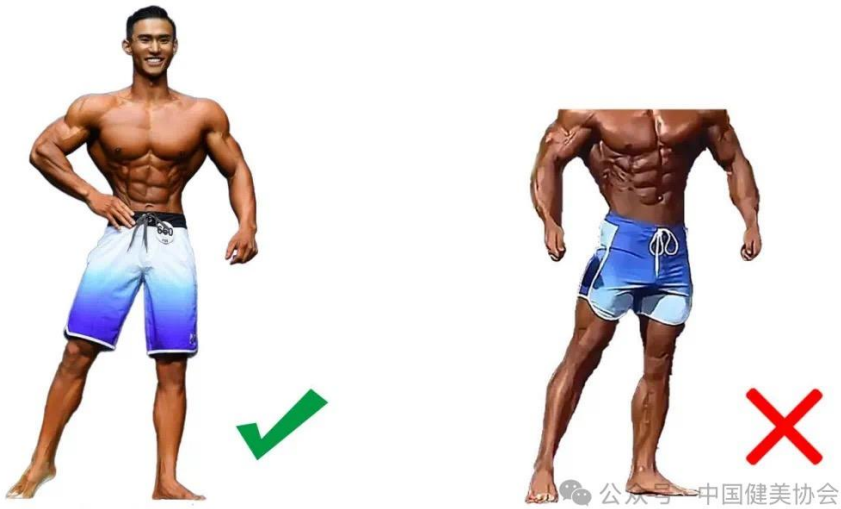


6.男子健体

（1）预赛穿着纯黑色不透明、非紧身齐膝短裤；

（2）半决赛、决赛穿不透明、非紧身的颜色、面料、材质、款式、风格自选的齐膝短裤；

（3）禁止穿鞋、袜子。



7.健身比基尼

（1）自选比基尼只允许在比基尼上片有拼接，下片不可以有拼接并至少盖住1/3臀部

（2）穿高跟皮（凉）鞋，鞋前掌厚度不超过1厘米，细跟，鞋跟高度不超过12厘米。



8.健身健美集体造型

（1）穿符合健身健美运动项目特征与表演风格统一的自选服饰；

（2）可赤足，也可穿鞋、袜子；

（3）可佩戴或使用安全道具。

9.健身混合双人

（1）男子身穿不透明、非紧身的颜色、面料、材质、款式、风格自选的齐膝短裤；

（2）自选比基尼只允许在比基尼上片有拼接，下片不可以有拼接并至少盖住1/3臀部穿高跟皮（凉）鞋，鞋前掌厚度不超过1厘米，细跟，鞋跟高度不超过12厘米

10.体能挑战赛

身穿舒适休闲的运动装、不可光脚或佩戴不安全首饰及其物品。

（五）丈量身高、称量体重和检录时对运动员的比赛服装、鞋、比赛道具及竞赛油彩进行检查，不符合规定不允许参赛。

（六）报名后不能参加比赛的运动员，请最迟于赛前10日再告知赛事组委会。

（七）报名后更换比赛项目可在赛前报到时向竞赛裁判组提出申请。

八、报名与报到

（一）仅接受以学校名义报名并加盖学校公章，运动员跨队重复报名无效。

（二）请参赛运动员、教练员、领队于2025年11月5日前，进行赛事报名。各参赛代表队领队教练阅读参赛责任书现场报到签字、填写参赛报名表发送电子邮箱390629997@qq.com；

联系人：索启涵 ；

联系电话：13429804845。

（三）请参赛运动员于报到时出示学生证或可以证明其学生身份的材料、信息。

（四）请参赛单位及运动员自行办理意外伤害保险，并于报到时交验。

（五）参赛运动员必须在称量体重、丈量身高前完成运动员资格审查，否则不得参加比赛。

（六）请参赛人员将参赛自选音乐以MP3格式现场注册时提交，并现场确认姓名、性别、单位及参赛项目。

（七）比赛报到地点另行通知。

九、录取名次与奖励

（一）团体名次分设本科院校组与专科院校组。团体名次录取前10名。计分方式根据各队运动员在各项（组）比赛中的前10名成绩按11、9、8、7、6、5、4、3、2、1计算，即获第1名计11分，第2名计9分，依此类推。如得分相同，以获得第1名

多的队名次列前。再相同，以获得第2名多的队名次列前，依此类推。

（二）本科院校组与专科院校组各项（组）比赛录取前10名。颁发获奖证书。

（三）获团体前10名的队伍颁发牌匾。

（四）各项比赛设特别奖

1.健美比赛设“最佳肌肉奖”

2.男、女健身比赛各设“最佳表演奖”

3.男、女健身模特比赛各设“最佳魅力奖”

4.男子健体比赛设“最佳形体奖”

5.健身比基尼比赛设“最佳风采奖”

6.设：“最佳健身健美集体造型奖”

7.设：健身混双组比赛“最佳组合奖”

8.设：体能挑战赛“最佳体能奖”男女各一名

十、费用

（一）每名参赛运动员缴纳比赛技术服务费400元兼项100元（含运动员赛事油彩）,大会不支持个人涂抹油彩。

（二）本次比赛食宿由各参赛单位及个人自行安排，费用自理。

（三）申诉费：根据《关于统一全国学生单项比赛收费标准的通知》（教体秘（【2012】16号）文件规定，任何参赛

单位提出申诉时，须向资格和纪律监督委员会和仲裁委员会交纳申诉费2000元，胜诉退还申诉费，败诉申诉费上交赛会组委会。

十一、药物违规防范检查和处罚办法

各参赛队要分别与运动员签署防范药物违规责任书，提前做好兴奋剂防范工作，建立防范药物违规机制。

十二、其他

（一）赛事组委会及相关赛事单位作有权使用运动员的竞赛图片和视频进行旨在促进健美健身运动发展的各项宣传活动。

（二）裁判员由省大学生体育协会选派。

十三、未尽事宜，另行通知。

十四、本规程由本次赛事组委会负责解释。

附件2：

2025年湖北省第三届大学生健身健美锦标赛
参赛报名表

代表队：_____ 领队：_____ 教练：_____ 联系电话：_____			
姓名	参赛项目	身高/体重（CM/KG）	身份证号码
备注：			

附件3：

2025年湖北省第三届大学生健身健美锦标赛
参赛保证书

一、自愿报名参加本次比赛及一切相关活动；

二、遵守比赛规则和规程，服从组委会的安排；

三、已做好参赛准备，并为个人及全队办理了相应的意外伤害保险，自愿承担比赛期间可能发生的意外伤害与疫情风险，同意组委会不承担由于意外伤害及常态化疫情防控期间疫情风险带来的任何形式的赔偿；

四、在比赛期间接受医疗机构提供的应急救治，承担送往医疗机构继续治疗所发生的一切费用；

五、同意主（承）办单位指定媒体和合作伙伴无偿使用本队参赛人员的肖像、姓名、声音和其它个人资料用于健美健身事业的宣传和推广。

六、坚决反对和杜绝有害健美健身运动发展及运动员身心健康的违禁物品。若有违反，自觉接受湖北省大学生体育协会依据国家有关规定所给予的相应处罚。

七、本队已认真阅读并知晓以上内容，对上述内容予以确认并承担相应的义务和法律责任。

领队（个人）签字：　　日期：

附件4：

2025年湖北省第三届大学生健身健美锦标赛

参赛代表队车辆信息登记表

序号	姓名	身份证号码	车牌号码	手机号码	参赛学校
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					

附件5：

2025年湖北省第三届大学生健身健美锦标赛

参赛代表队个人信息登记表

序号	姓名	身份证号码	联系方式	单位名称	备注
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					