



中國香港閃避球總會
Dodgeball Association of Hong Kong, China

香港複式閃避球運動競賽規則
Hong Kong Multi-Dodgeball Sport Competition Rules

修訂：2023年4月

Revised: APRIL 2023

Affiliated to :



World Dodgeball
Association



Asian Dodgeball
Federation



Asian Dodgeball
Confederation

Join us on :



Dodgeball Association of Hong Kong, China

目 錄

		分頁編號
球例第1條	球隊	
1.1	球隊組成	P5.
1.2	球衣	
1.3	賽前列隊	
球例第2條	球隊成員及負責人	
2.1	球隊成員	P6.
2.2	球隊負責人組成	
2.3	球隊負責人守則	
球例第3條	香港比賽場地	
3.1	場地區劃	P7.
3.2	比賽場區	P8.
3.3	場區之劃分	P9.
3.4	比賽場區規則	P10.
3.5	賽場(Court)	
3.6	出局隊列(Queue)	
3.7	處罰區(Penalty Box)	
3.8	教練區(Coaching Area)	P11.
3.9	後備區(Substitutes Area)	
3.10	中立區(Neutral Zone)	
球例第4條	比賽用具	
4.1	比賽用球	P12.
4.2	禁止使用的器具	
球例第5條	比賽方法	
5.1	檢錄	P13.
5.2	比賽時間	
5.3	局(Set)	
5.4	重置局(Reset)	P14.
5.5	半場休息(Break)	
5.6	決勝方式	
5.7	優先勝利	
5.8	加時賽	

5.9 技術暫停(Tactical Timeout)	P15.
5.10 比賽結束(Time Out)	
5.11 不完全球隊	
5.12 不合資格球員	P16.
5.13 裁判暫停	
5.14 特殊情況停止比賽	
5.15 終止比賽	P17.
球例第6條	比賽通則
6.1 搶球	P18.
6.2 偷步	P19.
6.3 激活球	P20.
6.4 進攻(Attempt)	
6.5 出局(Out)	
6.6 接球(Catches)	P21.
6.7 同步情況	P22.
6.8 同時擊中及接球	
6.9 頭部攻擊	
6.10 越區攻擊	P23.
6.11 球員/教練/裁判受傷	P24.
6.12 替補球員	
球例第7條	比賽球員及球之定義
7.1 比賽球員	P26.
7.2 搶球球員	
7.3 場內球員	
7.4 出局球員	
7.5 回歸球員	P27.
7.6 後備球員	P28.
7.7 撿球員	
7.8 比賽場區外之人仕	
7.9 有效球(Live Ball)	P29.
7.10 死球(Dead Ball)	
7.11 反彈球	
7.12 阻檔球(Blocking)	P30.
球例第8條	積極進攻
8.1 積極進攻	P31-32.

球例第9條	犯規	
9.1	越區犯規(Out Of Bounds)	P33.
9.2	持球犯規	
球例第10條	比賽場區職員	
10.1	比賽場區職員的委派	P34.
10.2	檢錄員	
10.3	記錄員	
10.4	計時員	
球例第11條	裁判	
11.1	裁判的委派	P35.
11.2	權力	
11.3	主裁	
11.4	副裁	
11.5	司線員	P36.
11.6	同等職責	
11.7	抗議與申訴	
球例第12條	球員守則	
12.1	尊重球賽	P37.
球例第13條	罰則	
13.1	黃牌 – 警告	P38.
13.2	紅牌 – 離場	
13.3	局制處罰	
13.4	處罰完結	P39.
13.5	取消資格	
13.6	隊制犯規	

球例 第 1 條 - 球隊

1.1 球隊組成

每隊比賽球員上限為 12 名：

1. 場內球員 6 名。
2. 後備球員最多 6 名 (當中檢球員 1 – 4 名)。
3. 場內球員、檢球員、後備球員的角色可以於局與局間交換。
4. 混合組別必須由兩個性別組成，每個性別不得超過 3 名球員。
5. 比賽開始後不能添加球員。

1.2 球衣

1. 球衣應該以簡約樸實為主，不可印有任何侮辱性的字眼/字句。
2. 建議球隊於賽前向賽會查詢球衣是否合乎標準。
3. 球衣前後應有明顯之號碼。
4. 號碼該為阿拉伯數字 (1-99)。
5. 背部號碼至少有 **20 公分**高，胸前號碼至少有 **10 公分**高。
6. 同一組別每隊球員不允許使用相同號碼。
7. 同隊球衣必須一式一樣。
8. 不得穿著以黃色為主色之球衣。

1.3 賽前及賽後列隊

1. 每局比賽開始及結束時，球隊必須派出比賽所需之球員於中立線出場列隊。

球例 第 2 條 - 球隊成員及負責人

2.1 球隊成員

1. 球隊成員包括比賽球員、教練或/及領隊。

2.2 球隊負責人組成

1. 球隊負責人之組成為教練或/及領隊。
2. 每隊必須有教練或/及領隊，其中一名為其球隊之代表。

2.3 球隊負責人守則

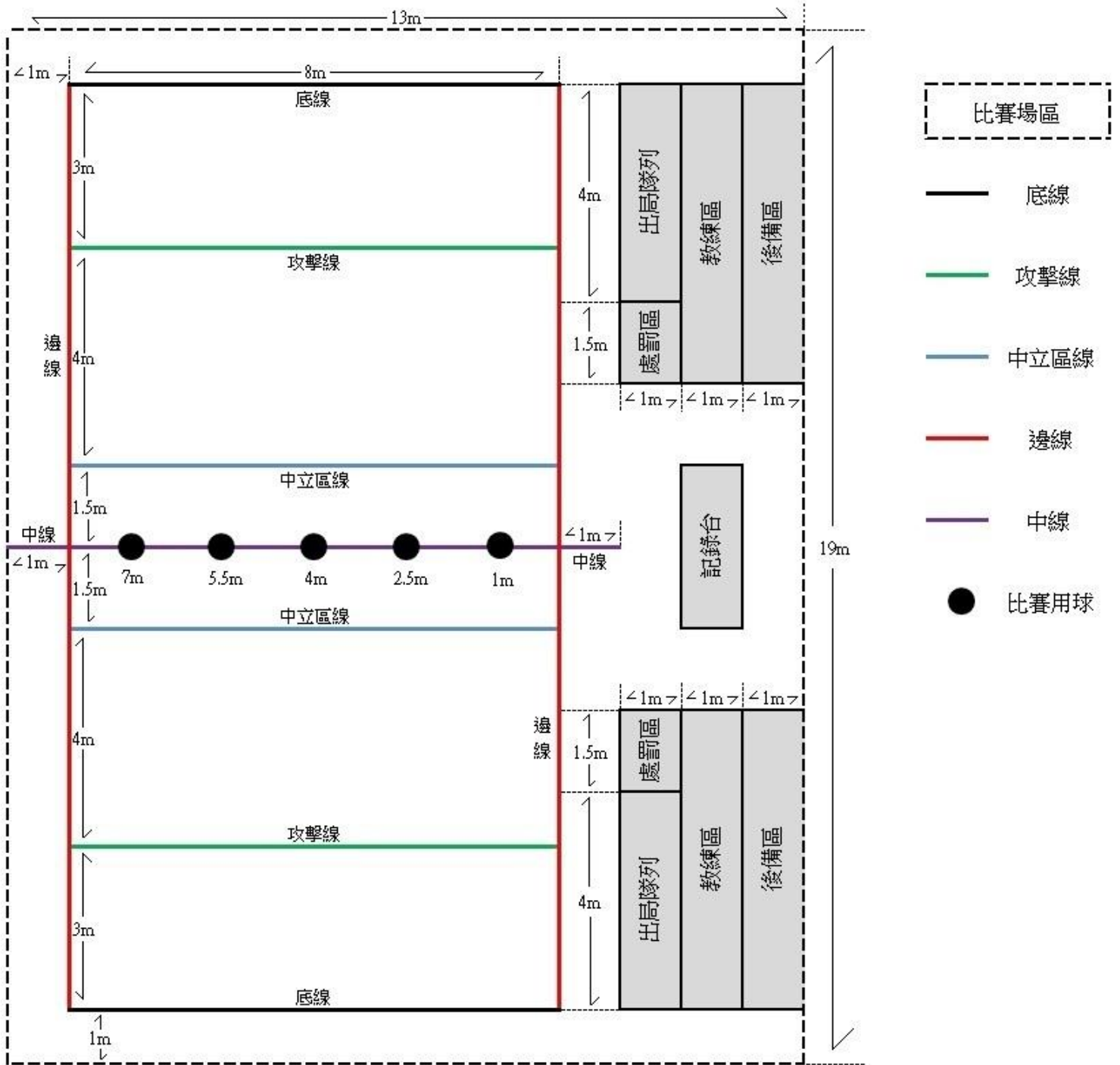
1. 如比賽開始前及結束前，教練及領隊缺席，該隊被視為不完全球隊。
2. 球隊負責人可代表己隊提出正式申訴。
3. 教練及領隊必須留待在球隊教練區內，除獲得裁判之准許外，否則不可以進入賽場內。
4. 教練及領隊之行為不得影響比賽進行。
5. 教練及領隊須遵守所有有關行為的條例，否則給予黃牌或紅牌，若有需要或會交由訓練委員會作紀律聆訊。

球例 第 3 條 - 香港比賽場地

3.1 場地區劃

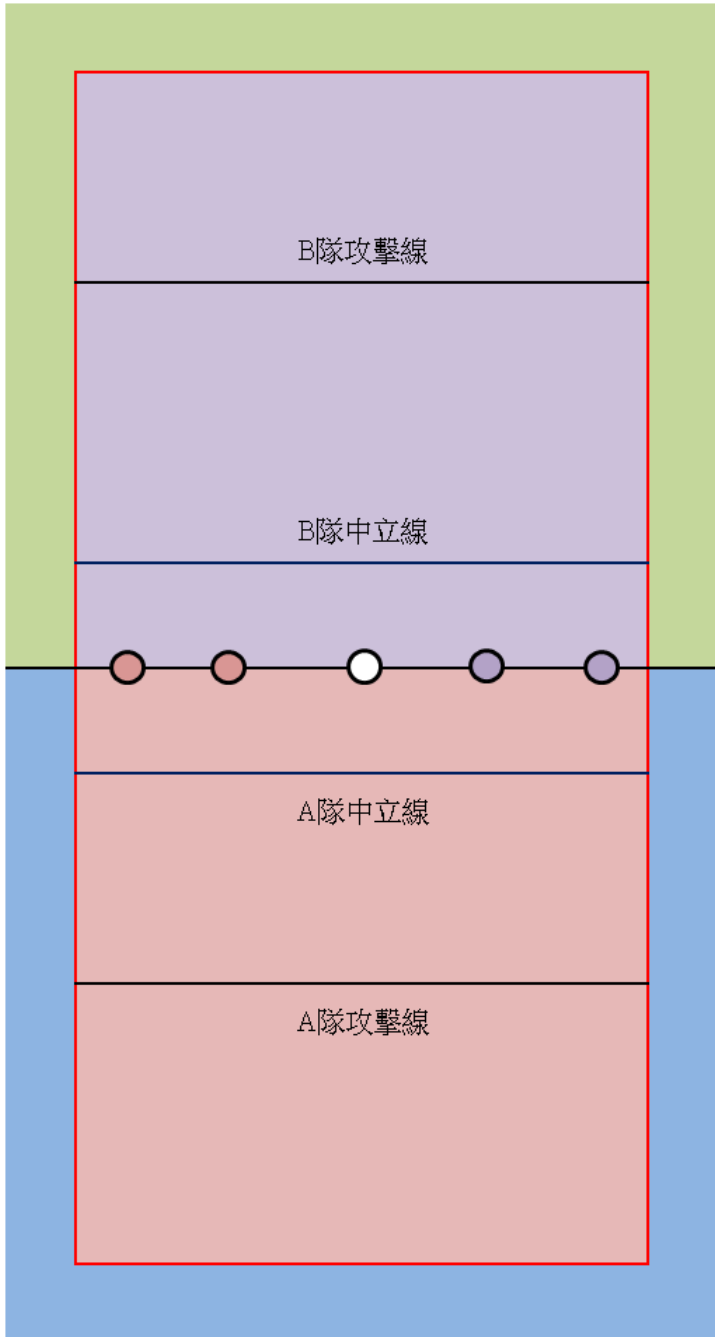
1. 比賽場區為 19 米長及 13 米闊。比賽場區範圍包括賽場、記錄台、雙方出局隊列、雙方處罰區、雙方教練區及雙方後備區。
2. 賽場為 17 米長及 8 米闊，由邊線及底線組成。
3. 中線 (Centre Line) 為 10 米長，賽場內之中線為 8 米長，由賽場兩側各延伸 1 米以分隔雙方撿球員活動範圍。
4. 中立區線 (Neutral Zone Line) 為 8 米長，離中線距離 1.5 米。
5. 攻擊線 (Attack Line) 為 8 米長，離中線距離 5.5 米。
6. 底線 (back Line) 為 8 米長，離中線距離 8.5 米。
7. 邊線 (Side Line) 為 17 米長，位於賽場兩側。
8. 每隊之出局隊列 (Queue) 為 1 米乘 4 米區域。
9. 每隊之處罰區 (Penalty Box) 為 1 米乘 1.5 米區域。
10. 每隊之教練區 (Coaching Area) 為 1 米乘 5.5 米區域。
11. 每隊之後備區 (Substitutes Area) 為 1 米乘 5.5 米區域。
12. 5 個球放置於中立區內中線上，每個球距離相等。
 - a. 由邊線開始計算 1 米放置第一個球，然後其餘的球相隔 1.5 米。
13. 比賽場地尺寸可因應可用空間而調節。

3.2 比賽場區



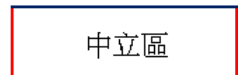
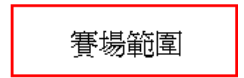
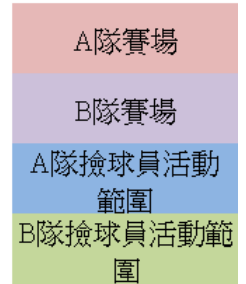
3.3 場區之劃分

1. 場區之劃分圖是不按比例畫，只作為指示各區範圍。



B隊處罰區	B隊出局隊列				
	1	2	3	4	5
	B隊教練區				
	B隊後備區				

A隊出局隊列	A隊處罰區				
	5	4	3	2	1
	A隊教練區				
	A隊後備區				



3.4 比賽場區規則

1. 場內球員、出局隊列中之球員、後備球員、撿球員、教練及領隊，只可在指定所屬範圍內活動。
2. 非以上所列之人仕或未得裁判許可之人仕不得進入內。
3. 違反上述條例可被判罰有關隊伍喪失一局得分。

3.5 賽場(Court)

1. 賽場是一個 17 米長及 8 米闊的區域，兩隊賽場均為一個 8.5 米長及 8 米闊的區域。
2. 根據場區之劃分圖，賽場是指為紅色界線內的範圍。以中線分隔，分別為屬於兩隊的賽場，以紅色及紫色標示辨別兩隊賽場。
3. 一隊賽場範圍包括半個中立區、一條中立線及一條攻擊線。
 - a. 該條中立線及攻擊線，均屬於為該隊。
4. 賽場在比賽中只容許場內球員作賽，其他人仕或未得裁判許可之人仕不得進入內。

3.6 出局隊列(Queue)

1. 出局隊列位置設於處罰區旁及教練區前。
2. 出局隊列在比賽中只容許出局球員進入及回歸球員逗留。
3. 出局隊列內分為五個區域，五個區域會順序分為號碼 1-5。
 - a. 號碼 1-5 區域排序已列於場區之劃分圖。出局球員進入出局隊列時，需順序坐下或站立，直至一局結束。

3.7 處罰區(Penalty Box)

1. 處罰區位置設於出局隊列旁及教練區前。
2. 處罰區在比賽中只容許被處罰球員逗留。
3. 比賽中當球員獲得黃牌或局制處罰時，被處罰球員需留於處罰區內。
4. 處罰區計時於休息時間會暫停或於裁判暫停時亦會暫停。

3.8 教練區(Coaching Area)

1. 教練區位置設於出局隊列及處罰區後及後備區前。
2. 教練區在比賽中只容許教練及領隊逗留。
3. 教練及領隊需遵守球隊負責人守則，否則裁判可指示教練或/及領隊離開教練區。

3.9 後備區(Substitutes Area)

1. 後備區位置設於教練區後。
2. 後備區在比賽中只容許後備球員逗留。
3. 比賽中任後備球員未經裁判允許，不得擅離後備區。

3.10 中立區(Neutral Zone)

1. 中立區是一個寬度為 3 米的區域，與中線的兩側均勻間隔開。中立區線位於中線兩側各相隔 1.5 米。
 - a. 根據場區之劃分圖，中立區線為藍色，中立區是指己隊中立區線與對隊中立區線之間的區域。
2. 場內球員可以進入中立區，但不能進入對隊賽場。當場內球員身體的任何部分或球衣或其他身體附著物(包括頭髮)接觸對隊賽場會被判為出局。
3. 場內球員可以進入中立區，取得位於中立區的球。
4. 在中立區被有效球擊中會被判為出局。
5. 兩隊球員之間不能有任何身體接觸。有意先接觸之其中一方場內球員會被判為出局。

球例 第 4 條 -比賽用具

4.1 比賽用球

1. 比賽用球必須採用本會檢驗合格的標準球。
2. 比賽用球充氣後直徑應為 7 英吋/17.78 厘米直徑。
3. 比賽用球氣壓應為 1.6-1.8 psi (pounds per square inch) /0.110-0.125 bars。

4.2 禁止使用的器具

1. 下列用具禁止使用：
 - a. 釘鞋或顆粒球鞋。
 - b. 手套。
 - c. 防滑用品 (防滑噴劑、黏膠.....等)。
 - d. 身上附加物品，如飾物。
 - e. 手上包紮有黏力的運動膠布。
 - f. 其他裁判認為不合適的物品。
2. 如果球員拒絕以上要求，將不被允許參賽。

球例 第 5 條 -比賽方法

5.1 檢錄

1. 比賽開始前，球隊需檢錄後才可比賽。
2. 檢錄員會檢驗球員是否合資格比賽。如該球員未合乎資格，不能參與該場賽事。
3. 開賽前 15 分鐘帶同下列其中一項附有相片及出生年份之有效身份證明文件：學生證 / 學生手冊 / 香港居民身份證 / 本會註冊證，到檢錄處接受檢錄。

5.2 比賽時間

1. 一場賽事分為上下半場，半場 15 分鐘，每局 3 分鐘，半場休息時間為 2 分鐘。
2. 半場時間是流動式，即 15 分鐘不會停頓。
3. 主計時器會計算半場時間，即 15 分鐘。局計時器會計算每局時間，即 3 分鐘。
4. 總裁判或其他裁判如認為有需要時可停止賽事並叫喊暫停以停止計時。
5. 當一局完結或重置局時，半場時間剩餘時間少於 30 秒，裁判會宣告為最後一局，半場時間剩餘時間多於 30 秒則比賽將繼續至完場。
 - a. 當裁判宣告最後一局時，懲罰區計時將暫停，而在最後一局開始時再計時而於賽事完結時再停止。
 - b. 如遇有偷步情況時，最後一局計時器將調較回完整的最後一局時間。
6. 因應比賽性質不同，主辦機構可調整比賽時間。

5.3 局(Set)

1. 每場賽事由不定的局數構成。
2. 每局開始後直至其中一隊場內球員全部出局時或直至一局時間結束。
3. 搶球球員必須在賽場外底線後準備搶球。
4. 撿球員必須在己隊賽場界線外及中線以內範圍準備。
5. 裁判將使用以下指令：
 - a. "排隊(Line Up)"-指示球員需列於指定位置。
 - b. "準備(Teams Ready)"- 以示即將進入搶球。

5.4 重置局(Reset)

1. 每局完結後，雙方球隊有 20 秒將所有球重新設於中線上及搶球球員需在賽場外底線後準備。

註：球員在 20 秒內未能於賽場外底線後準備，該局不得進場比賽。

5.5 半場休息(Break)

1. 球隊於半場休息後交換場地。
2. 休息期間，所有球員必須留在後備區。

5.6 決勝方式

1. 每局完結時最多場內球員留在賽場內的一隊會獲得 2 分，而和局將有 1 分。
2. 每局分數會累積至整場賽事完結。
3. 兩隊在上下半場時間內盡量得分，以總得分較為勝。

5.7 優先勝利

1. 當一方球隊累積以 10 分領先對手，該場賽事該隊自動勝出。

5.8 加時賽

1. 一場賽事中下半場時間結束時總分是一樣，加時賽才進行。
2. 加時賽依下列方式決勝：
 - a. 舉行 1 分半鐘「加時賽」，依下列方式決勝：
 - i. 當一隊場內球員全部出局時對隊為勝出，或
 - ii. 加時賽結束後最多場內球員留在賽場內之隊伍為勝出。
 - iii. 如上述方式未能分出勝負，將使用“即時死亡制”(球例第 5.8.2.b)。
 - b. 舉行即時死亡制，依下列方式決勝：
 - i. 即以當局完結時之球員配置重置比賽，不得換人，率先將對隊一位球員出局為勝出。

5.9 技術暫停(Tactical Timeout)

1. 因應比賽時間，比賽不設技術暫停。

5.10 比賽結束(Time Out)

1. 比賽時間終結時，由計時員鳴笛示意結束比賽，完場笛聲應為「一長笛」
2. 比賽時間終了同時，擲球離手的球擊中內場內球員或/及接球時，會被判為有效。

5.11 不全球隊

1. 比賽開始前而場內球員人數不足 5 名球員 (4 名場內球員及 1 名撿球員)時，視為不全球隊，對隊將被判勝出，比分以 10 : 0 計算。
2. 如果由比賽開始或下半場比賽開始時，球隊未能提供至少 4 名球員或因多名球員正在處罰區而未能提供至少一名場內球員比賽時，會使用以下程序處理：
 - a. 該隊將失去第一局，裁判將所有處罰區計時器調較減少 3 分鐘及主計時器亦調較減少 3 分鐘。
 - i. 如一個處罰區計時器多於 3 分鐘，則處罰區計時器會調較減少 3 分鐘。
 - ii. 如一個處罰區計時器少於 3 分鐘，則處罰區計時器不需要調較。
 - b. 該隊仍未能有最少一名場內球員開始比賽，球隊再喪失第二局而裁判將所有處罰區計時器調較減少 2 分鐘及主計時器亦再調較減少 2 分鐘。
 - c. 如果該隊仍未能有最少一名球員開始比賽，該隊將被判落敗，比分以 0 : 10 計算。

5.12 不合資格球員

1. 一名不合資格的球員定義為：
 - a. 球員沒有列在球員名單上。
 - b. 球員沒有經檢錄程序。
 - c. 球員沒有穿著合規格的球衣。
 - d. 比賽中球員被罰紅牌。
2. 不合資格球員不能進入比賽場區。

5.13 裁判暫停

1. 當裁判暫停時，在賽場內所有球必須放在地上。在賽場外所有球必須由撿球員撿回及放在賽場地上。
2. 當裁判恢復比賽時，兩隊場內球員必須在己隊攻擊線後準備及撿回屬於該隊的球，裁判鳴笛將恢復比賽。
3. 裁判遇下列情形會鳴笛暫停：
 - a. 比賽場區內有球員受傷時。
 - b. 不合資格的球員進入球場時。
 - c. 球場內出現危險物品時。
 - d. 比賽用球爆破時。
 - e. 裁判認為有暫停之必要時。

5.14 特殊情況停止比賽

1. 總裁判是有權在任何時間因天氣、場地、火警或其他原因有機會引致在場人仕遭受危險及傷害而停止一場賽事。
 - a. 如已完成 3 局或以上之賽事為正式賽事。
 - b. 如局進行中則以當局最多場內球員留在賽場內之隊伍為勝出該局。
 - c. 如賽事被確認為正式賽事，已贏取局數較多一隊為勝出。
 - d. 如賽事不被確認為正式賽事，將會在同樣分數下恢復賽事並需當局相同號碼之球員重置後恢復比賽。

5.15 終止比賽

1. 如一隊球隊被判終止比賽時，並無犯規一隊獲判該場次勝出，比分以 0：10 計算。
以下情況被判為終止比賽：
 - a. 如裁判被任何球隊的球員及/或觀眾身體上攻擊。
 - b. 球隊並無經檢錄程序而在比賽場地內或於賽程或開賽前時間拒絕檢錄。
 - c. 球隊於賽程或開賽時間無出現於比賽場地或拒絕比賽。
 - d. 除非賽事已被裁判暫停或終止，球隊於開賽後拒絕繼續比賽。
 - e. 如裁判已暫停一場賽事，一隊球隊於裁判宣告恢復比賽後 2 分鐘仍未能比賽。
 - f. 球隊明顯地在拖延時間。
 - g. 在已被裁判警告一次以後，任何一名球員蓄意地干犯比賽中任何一條條例。
 - h. 球隊成員對被逐離場的命令不遵從。
 - i. 一名不合資格的球員被發現在參與賽事中。
 - j. 一但被判為終止比賽，不能更改判決。
2. 如一隊球隊被判終止比賽時，並無犯規一隊獲判該場次勝出，而得分為 10-0。

球例 第 6 條 -比賽通則

6.1 搶球 (Rush)

1. 搶球發生在每個局開始。
2. 搶球前搶球球員必須在賽場外底線後準備。
3. 在裁判發出指令"準備 (Teams Ready)"之後，搶球球員應完全靜止直至裁判鳴笛。
4. 在裁判鳴笛後，兩隊搶球球員可以撿取他們設置於中線左方位置的 2 個球，該 2 個球為指定為屬於該隊，而中心球則兩隊可以搶奪。
5. 搶球球員錯誤撿取去不屬於己隊的球時，該名球員會被判為出局。
6. 每隊最多允許 3 名搶球球員參與搶屬於該隊的球或/及中心球。
7. 如一名場內球員已經撿取得到球時，沒有進入賽場的場內球員會被判為出局。
8. 當撿取設置於中線左方位置的 2 個球時，該名場內球員可一隻腳接觸或跨越中線。
 - a. 如一隊指定屬於該隊的球在中線上被擊中並且方向為對隊時，此球將被視為對隊的有效球，此球可以立即使用而無需返回到攻擊線後。
9. 當一名場內球員擁有有效球時，可以跨越中線進入對隊賽場內的中立區。
10. 在搶奪中心球時，雙方場內球員不得接觸或跨越中線(包括球衣或其他身體附著物)，違規的場內球員會被判為出局。
11. 一名場內球員並沒有限制搶奪球的數量。
12. 搶球時不能以滑動或俯衝方式搶奪球，違規的場內球員會被判為出局。
13. 不允許兩隊場內球員之間故意的身體接觸，違規的球員被判為出局。在搶中心球時偶然的接觸不受到規限。
14. 如兩名場內球員同時搶奪並持有中心球，只要沒有故意的身體接觸，他們可以保持搶奪並試圖獲得中心球的控球權。
 - a. 如其中一個場內球員被另一個場內球員拉過中線。只要沒有違反“搶球第 14 項”(球例第 6.1.14 條)，只要接觸或跨越中線的球員會被判為出局。
15. 一旦有效球已經越過或被攜帶到中線後，任何一名場內球員都可以進入對隊賽場內中立區。
16. 當其中一方沒有撿取中線上屬於己隊的一個或兩個球，而對隊場內球員已激活球或擁有有效球時，對隊場內球員可撿取在中線上未被撿取的球。
17. 當無被搶奪的球存在於其中一方球隊攻擊線後，該隊可撿取此球。

6.2 偷步(False Start)

1. 在裁判發出指令"準備 (Teams Ready)" 之後至鳴笛之前，搶球球員有向前移動動作則被視為偷步。
 - a. 如兩隊偷步，那被認為先行偷步的球隊會被判為違規。
 - b. 如裁判無法確定雙方先後偷步次序，則重新開始搶球。
2. 任何搶球球員偷步會被判中心球給予對隊及重新開始搶球。
3. 當偷步發生後，違規的隊伍只能派出與剩餘球數量一樣或少的搶球球員搶剩餘的球。(如剩餘球只有 2 個，只能派出 2 個或以下的搶球球員搶剩餘的球，其他場內球員則進場)
4. 同一局內再發生偷步，非違規之隊伍會得到中線最左方位置的一個剩餘球。
5. 任何給予非違規隊伍的球在局開始後立即被視為有效球，只要持有的球員已完全進入賽場。

6.3 激活球

1. 在搶球後，從中線上撿取的任何球必須返回己隊攻擊線後，才能進攻。
2. 當一名場內球員雙腳在賽場內及攻擊線後，才能激活球。或使用以下方式將球激活，才能使用球攻擊對手：
 - a. 一名場內球員將球攜帶越過己隊攻擊線後，或
 - b. 一名場內球員將球傳給位於己隊攻擊線後的場內球員，或
 - c. 一名撿球員將球傳給位於己隊攻擊線後的場內球員。
3. 當球越過攻擊線，不需再激活球，直到一局結束。
4. 如未能成功激活球，則會被判為死球。

6.4 進攻(Attempt)

1. 除了阻擋球外，球只能擲出。可以用一隻或兩隻手。
2. 當有效球擲出並離開場內球員的手，為有效進攻。
3. 故意踢球或非擲出動作會被判為違規，違規球員需出局。違規球員或有機會獲得黃牌。
4. 當場內球員出局後，該球員不能進攻，違規球員或有機會獲得黃牌。
5. 除非得到裁判的指示，球員不得將球以滾動形式給予對隊球員。
6. 未能進行有效進攻之場內球員，會被判為違規，違規球員需出局。
 - a. 通過除有效進攻或阻擋球以外的任何方式將球轉移到對隊球員，會被判為無效進攻，違規球員需出局。
 - b. 無效進攻例子包括但不限於：
 - i. 將球以滾動形式滾入對隊賽場內。
 - ii. 將球放在中立區並將球留在那裡。
 - iii. 當球被擲出後經過的軌道在對隊場內球員自然站立時頭部以上範圍 (明顯遠離攻擊範圍)。
 - iv. 當球被擲出後經過的軌道在對隊場內球員雙手自然張開範圍外 (明顯遠離攻擊範圍)。

6.5 出局(Out)

1. 被判出局的場內球員將為出局球員，並立即離開賽場及前往出局隊列。
2. 當一名場內球員被球擊中後，且球已接觸其他物件前，該球員只能有接球動作。
3. 在以下情況下，場內球員會被判為出局：
 - a. 當有效球擊中身體任何部位或球衣或其他身體附著物(包括頭髮)，且球已接觸其他物件後。
 - b. 在賽場內從另一名場內球員被反彈球擊中，所有觸球者均需出局。
 - c. 任何場內球員阻擋球後被阻擋的球擊中，所有觸球者均需出局。
 - d. 當一名場內球員擲出有效球後：
 - i. 對隊場內球員接球有效，或
 - ii. 對隊場內球員被擊中後，該反彈球被對隊場內球員接獲。
 - iii. 對隊場內球員阻擋該球後，被阻擋的球被對隊場內球員接獲。
 - iv. 如以上情況發生，該名擲出有效球的球員需出局。
 - e. 球例所列之需出局情況。
4. 當場內球員被有效球擊中，且球已接觸其他物件後，該球員應主動舉手離開賽場。
5. 被對隊場內球員接球有效，該名擲出有效球的場內球員應主動舉手離開賽場。

6.6 接球(Catches)

1. 指當接獲一個有效球且球在未接觸其他物件情況下。球接到後，至少有一隻手與球接觸並控制才會被判為接球有效。
 - a. 裁判會決定有效球是否處於場內球員完全控制之下，以判斷接球是否有效。
2. 場內球員可在空中接球：
 - a. 接獲後即使被有效球擊中或越區，此接球為有效的，之後該球員會被判為出局。
3. 場內球員不能利用牆壁，地板或其他物體接球，此球會被判為死球。該名場內球員會被判為出局。
4. 場內球員不能利用球衣或其他任何部分的球衣接球，該名球員會被判為出局。
5. 場內球員接球時，可跳進對方賽場。前提是跳進對方賽場前及接球時沒有違反球例及裁判不認為此動作為危險的，否則該接球為無效。
 - a. 當該名球員接觸到對方賽場時，該名球員會被判為出局。
 - b. 如裁判認為此動作為危險的，該名球員會獲得黃牌。
6. 接球有效後：
 - a. 回歸球員可以返回賽場內成為場內球員繼續比賽。(如該隊賽場已有 6 名場內球員，此例則不成立)
 - b. 當該隊賽場已有 6 名場內球員，其間接獲有效球也不能累積，不能令其後被出局的球員返回賽場。
 - c. 對隊擲出球的場內球員會被判為出局。
7. 如場內球員被擊中的同時，該隊場內球員接獲有效球，被擊中球員會被判為出局。

6.7 同步情況

1. 當兩個或以上的場內球員同時是被擊中或/及接球，並且裁判無法確定先後次序時，會使用以下方式判決：
 - a. 所有已發生之情況將同時判決：
 - i. 每個場內球員被擊中會被判為出局。
 - ii. 每個接球可令一位回歸球員返回賽場。
 - b. 如雙方所有場內球員均被出局時，該局會被判為和局，雙方隊伍重新開始下一局。

6.8 同時擊中及接球

1. 當場內球員同時接球並被另一個球擊中時，如裁判無法確定先後次序，會使用以下方式判決：
 - a. 擲出球而被接球的場內球員會被判為出局。
 - b. 被擊中的場內球員會被判為出局。
 - c. 接球的球隊可令該隊一位回歸球員返回賽場。

6.9 頭部攻擊

1. 頭部攻擊是指一個球擊中肩膀上方的頭部，包括頸部。
2. 被頭部攻擊的場內球員會被判為出局。
3. 進攻方之場內球員故意頭部攻擊對方場內球員：
 - a. 被頭部攻擊的場內球員不需出局。
 - b. 進攻方之場內球員會被獲得黃牌。

6.10 越區攻擊

1. 越區攻擊是指在騰空狀態下，場內球員可越過中立區進攻。以下情況將被判為越區攻擊有效：
 - a. 在違犯“越區犯規第 3 項”(球例第 9.1.3)前，球必須離開該場內球員的手。
 - b. 兩隊球員之間不能有任何身體接觸。有意先接觸之其中一方場內球員會被判為出局。
2. 在騰空狀態下被擊中時：
 - a. 進攻方場內球員在擲出球前，該球員會被判為出局，且會被判為越區攻擊無效。
 - b. 進攻方場內球員在擲出球後，該場內球員所擲出的球都為有效球，及後該場內球員會被判為出局。
3. 如越區攻擊有效及進攻方之場內球員擊中對隊場內球員，進攻方之場內球員落地時進入對方賽場或/及接觸對隊中立線，以下情況將適用於進攻方之場內球員：
 - a. 該球員必須立即返回己方賽場或中立區，故意延遲會被獲得黃牌。
 - b. 該球員除返回賽場外不能有其他動作，直至該球員雙腳踩進己方賽場或中立區。
 - c. 該球員可被擊中及出局，接球則會被視為無效。
 - d. 該球員不能接觸在對隊賽場內任何球。
4. 如越區攻擊有效及進攻方之場內球員未能擊中對隊場內球員，則進攻方之場內球員會被判為出局。
5. 在騰空狀態下，進攻方之場內球員可接球或阻擋球，該接球會被判為接球有效，及以下情況將適用：
 - a. 如該球員越區攻擊無效，則該球員會被判為出局。
 - b. “越區攻擊第 3 及 4 項”(球例第 6.9.3&6.9.4) 適用於此。
 - c. 進攻方之場內球員被另一名場內球員反彈球擊中，所有觸球者均需出局。

6.11 球員/教練/裁判受傷

1. 如球員/教練/裁判受傷或流血，裁判將鳴笛暫停比賽。
 - a. 受傷人員不能參與該局，當他們得到適當之治療後，球衣及身上必須清理好血跡才可返回比賽場區。
 - b. 如裁判認為受傷人員會為自己或/及其他人仕造成影響，該受傷人員不得返回比賽場區。
2. 如場內球員受傷，裁判將鳴笛暫停比賽，如受傷的場內球員無法繼續比賽：
 - a. 出局隊列中的列於最前位置的回歸球員替換受傷的球員。
 - b. 替補球員可替換入為該局的球員。
 - i. 替補球員會進入出局隊列之其後位置。
 - ii. 如出局隊列沒有球員，則替補球員可以立即進入賽場。
 - c. 任何因受傷而離開比賽的場內球員不能重新參與該局。
 - d. 如裁判認為受傷的場內球員會為自己或/及其他球員造成影響，該受傷的場內球員必須離場或/及被替補。

6.12 替補球員

1. 局與局間可自由替補後備球員。
2. 每局比賽中唯球員受傷時方可替補後備球員。
3. 如一名受傷球員由出局隊列中被替補，後備球員將進入出局隊列中。
 - a. 如出局隊列沒有有球員列席，則列於隊列最前位置。
 - b. 如出局隊列有球員列席，則列於隊列其後位置。
4. 混合組別中，被替補的球與後備球員必須是同性別。
5. 不得由不合資格球員替補。

球例 第 7 條 -比賽球員及球之定義

7.1 比賽球員

1. 比賽球員是包括場內球員、撿球員、後備球員。搶球球員、出局球員、回歸球員是場內球員的角色轉變後的名稱。

7.2 搶球球員

1. 搶球球員是指場內球員準備搶球，但未進入賽場之場內球員。

7.3 場內球員

1. 是指搶球後會進入賽場作賽之球員。
2. 活動範圍為己隊賽場及中立區。

7.4 出局球員

1. 出局球員是被判為出局並正在離開賽場中。
2. 當場內球員被擊中且球在未接觸其他物件情況下並試圖接球時，下列情況將適用：
 - a. 該球員不被視為出局球員。
 - b. 該球員被其他有效球擊中會被判為出局。
 - c. 該球員不能進攻及所擲出的球為無效，直至該球員接球有效後。
3. 被判為出局後，出局球員需舉起一隻手以視他們出局及離開賽場中。
4. 出局球員必須盡快離開球場，越過最近的邊線或底線。並不可以干擾比賽的情況下前往出局隊列。
5. 如出局隊列已有回歸球員，出局球員需列於已列席之回歸球員其後位置。(按順序隊列號碼 1-5)
 - a. 如出局隊列沒有球員，則列於隊列最前位置。
6. 當出局球員無意情況下再被擊中，該球仍可以被接獲或令其他場內球員出局。
7. 出局球員在離開賽場時，不得故意接觸球及干擾比賽。包括屏蔽其他球員視線、接獲或以其他方式改變球的路徑等。
8. 如裁判認為出局球員或出局隊列中的回歸球員故意試圖影響比賽：
 - a. 裁判將鳴笛並停止比賽。
 - b. 違規的出局球員將獲得黃牌。
 - c. 所有球將被判給非違規之球隊。

7.5 回歸球員

1. 回歸球員是指已被判為出局並且在出局隊列中等待返回賽場。
2. 當己隊場內球員接獲有效球時，回歸球員可返回賽場。
 - a. 如出局隊列沒有球員列席則不適合。
3. 回歸球員必須按照隊列中的順序由號碼 1 至 5(先出先進)返回賽場。任何違反此規則的行為的球員都將獲得黃牌。
4. 回歸球員必須雙腳站在己隊賽場內，才被視為成功返回賽場。
 - a. 回歸球員必須由底線進入賽場。
 - b. 雙腳站在賽場後，回歸球員會成為合法場內球員。
 - c. 如一名回歸球員在確定雙腳站在賽場之前接獲有效球，則該接獲為無效，不會導致出局或違規。
5. 如回歸球員因任何原因離開了出局隊列，他們必須返回出局隊列中的原始位置。直至該回歸球員返回到出局隊列，否則回歸球員不能返回賽場。

7.6 後備球員

1. 後備球員是指比賽中場內球員及撿球員外的球員。
2. 在比賽中後備球員只容許後備區逗留，可以站立或坐下。
3. 比賽中任後備球員未經裁判允許，不得擅離後備區。

7.7 撿球員

1. 撿球員是被委派撿回賽場外的球，各隊自行委派撿球員。撿球員可於在局與局之間更換。
2. 撿球員須遵守以下所有規則：
 - a. 任何時間不得進入賽場。
 - b. 活動只限於己隊賽場界線外及中線以內範圍。
 - i. 根據場區之劃分圖，以藍色及綠色標示辨別撿球員之活動範圍，中線以內的己隊賽場界線外之活動範圍為無限大。
 - c. 不得穿著與己隊球隊同一顏色的球衣。
 - d. 把已出己隊賽場界線外及中線以內範圍的球撿回，撿球員需返去攻擊線後之區域，才能傳予己隊賽場攻擊線後同隊的場內球員。
 - i. 將球交回己隊賽場時可以直接將球拋擲予在攻擊線後同隊的場內球員或將球放在己隊攻擊線之後賽場內。
 - ii. 如撿球員違犯此項(球例第 7.7.2.d)，則該球會被判為對隊所有。
 - f. 必須將球盡快交回己隊賽場比賽。
 - g. 如果將賽事進行中的球貯積在賽場外，撿球員可被逐出該整場賽事。
 - h. 只可以將球給予同隊的場內球員，不得用任何方式將球給予對隊球員。
 - i. 不得與對隊撿球員接觸。
 - j. 不得直接接觸或故意用球去接觸、移動及干擾一個在賽場範圍的球。
3. 若干犯上述第 g,h,i,j 規則，裁判可作出警告或詢問對隊分配所有的球或發出黃牌或紅牌。(可同時執行一個或以上罰則)
4. 撿球員即使被球擊中或接球，亦不會發生任何出局或接球有效的情况。
5. 對隊球員被撿球員擊中或接球，亦不會發生任何出局或接球有效的情况。

7.8 比賽場區外之人仕

1. 比賽場區外之人仕可以撿回已出界外的球交回裁判或撿球員。

7.9 有效球(Live Ball)

有效球是指：

1. 場內球員擲出球後：
 - a. 沒有接觸到有效球或死球或場內球員或出局球員。
 - b. 沒有觸及牆壁或地板或天花板或比賽賽區內任何附著物件。
2. 在搶球後任何球返回攻擊線後或將球攜帶越過攻擊線後或將球傳給位於攻擊線後的場內球員。
3. 被撿球員傳予己隊賽場攻擊線後同隊的場內球員。
4. 球被放置於己隊攻擊線後之賽場內。

7.10 死球(Dead Ball)

被死球擊中是不能讓場內球員出局。死球是指：

1. 當球觸及牆壁或地板或天花板或比賽賽區內外任何附著物件及任何人仕。(不包括場內球員)
2. 當搶球期間，未搶奪的球為死球，直到任何球返回攻擊線後或將球攜帶越過攻擊線後或將球傳給位於攻擊線後的場內球員。
3. 當球被出局球員擁有時。

7.11 反彈球

指當一個有效球擊中一方場內球員且球在未接觸其他物件情況下反彈向其他場內球員，以下情況將適用：

1. 所有觸球者均需出局。
2. 被場內球員接獲反彈球，該隊被視為接獲成功。

7.12 阻擋球(Blocking)

指一個有效球被場內球員以球阻擋且球在未接觸其他物件情況下彈向其他方向，以下情況將適用：

1. 場內球員可以使用任何一個有效球或死球來阻擋對隊擲出的球。
2. 被阻擋的球是有效球，任何場內球員被阻擋的球擊中，觸球者均需出局。
3. 當場內球員使用球阻擋對隊擲出的球時，如場內球員失去原本在手的球：
 - a. 應在未接觸其他物件情況下取回此球。
 - b. 如已接觸其他物件後，該球員又未能取回此球，該球員會被判為出局。
4. 場內球員使用球來阻擋對隊擲出的球時，手指至手腕部位被擊中時不會視為有效。
5. 被阻擋的球可由場內球員接獲：
 - a. 如被阻擋的球由對隊場內球員接獲，則阻擋球的場內球員會被判為出局。
 - b. 如被阻擋的球由同隊場內球員接獲，該隊場內球員會被判為接球有效。

球例 第 8 條 - 積極進攻

8.1 積極進攻

不得故意拖延比賽的行為。當一隊球隊擁有大部分球時，場內球員有 5 秒的時間嘗試進攻，5 秒後裁判如認為球隊有意拖延，則發出指令"用 N 球/Play N Balls"，場內球員有 5 秒的時間擲出 N 球。

1. 當場內球員或撿球員擁有球在手上或球的位置是其可到達的距離內，則被視為該球隊擁有該球。
2. 在雙方球隊擁有相同數量的球時，其餘未被擁有的球將屬於與球相距最近距離之球隊視為擁有大部分球。
 - a. 如雙方球隊擁有 2 個球，而另 1 個球在中立區時，與球相距最近距離之球隊視為擁有大部分球。
 - b. 在該隊賽場上的球，被視為球隊所擁有的。
3. 當球隊擁有 3 個球或以上時，則被視為擁有大部分球。
4. 當球隊擁有大部分球時需積極進攻。
5. 當一隊賽場內球的數目比場內球員多時，場內球員有 5 秒的時間嘗試進攻，直至對隊擁有大部分球。
6. 當裁判向一隊球隊發出指令"用 N 球/Play N Balls"：
 - a. 該球隊可保留一個球，而不需擲出。
 - b. 5 秒後，所有場內球員擁有球在手上或球的位置是其可到達的距離內但沒有撿取，以上場內球員被視為出局。
 - c. 場內球員必須作出有效進攻，無效的進攻會被判為出局。
7. "用 N 球/Play N Balls"情境例子:

這些例子是基於以下內容: 裁判發出指令"用 N 球/Play N Balls"後，如場內球員擁有一個或以上數量的球，當場內球員被擊中，該被擊中的場內球員不能再擲出球及其他沒有擁有球的場內球員不能拒絕撿取屬於己隊所擁有的球。

- a. 當球隊擁有 3 個球時，裁判會發出指令"用 2 球/Play 2 Balls"。2 名場內球員準備擲出時，其中 1 位場內球員被擊中，只有 1 球被擲出。在此情況下，當裁判發出指令"用 2 球/Play 2 Balls" 5 秒時限內，第二球需擲出，否則未能擲出球的場內球員會被判出局。

- b. 當球隊擁有 3 個球時，裁判會發出指令"用 2 球/Play 2 Balls"。2 名場內球員準備擲出時，該 2 位場內球員被擊中。在此情況下，當裁判發出指令"用 2 球/Play 2 Balls" 5 秒時限內，第三球需擲出，否則未能擲出球的場內球員會被判出局。
- c. 當球隊擁有 3 個球時，裁判會發出指令"用 2 球/Play 2 Balls"。1 名場內球員同時擁有 2 個球時，該位場內球員被擊中。在此情況下，當裁判發出指令"用 2 球/Play 2 Balls" 5 秒時限內，第三球需擲出，否則未能擲出球的場內球員會被判出局。
- d. 當球隊擁有 3 個球時，裁判會發出指令"用 2 球/Play 2 Balls"。2 名場內球員準備擲出時，而其中 1 名場內球員同時擁有 2 個球，該位場內球員被擊中。在此情況下，當裁判發出指令"用 2 球/Play 2 Balls" 5 秒時限內，第三球需擲出，否則未能擲出球的場內球員會被判出局。
- e. 當球隊擁有 3 個球時，裁判會發出指令"用 2 球/Play 2 Balls"。2 名場內球員準備擲出時，而 1 名場內球員同時擁有 2 個球及另 1 名場內球員擁有第 3 球，2 位場內球員被擊中。在此情況下，先前裁判發出的指令"用 2 球/Play 2 Balls" 會被終止。

球例 第 9 條 - 犯規

9.1 越區犯規(Out Of Bounds)

1. 越區是指球員離開所屬之範圍。
2. 場內球員的活動範圍只限於己隊賽場內及中立區。
3. 以下行為會被觸犯越區犯規：
 - a. 當場內球員身體的任何部分或球衣或其他身體附著物(包括頭髮)接觸或越過底線或邊線或對隊的中立線。
 - b. 當場內球員身體的任何部分或球衣或其他身體附著物(包括頭髮)接觸己隊賽場外的地面(中立區則不在此限)。
3. 以下行為會被判為出局：
 - a. 場內球員越區犯規時。
 - b. 場內球員故意擲球向已判為越區犯規的場內球員。此球會被判為死球。
 - i. 場內球員如多次觸犯此則球例，該球員會被獲得黃牌。

9.2 持球犯規

1. 持球時使用以下方式擲出球，會被觸犯持球犯規。
 - a. 場內球員的拇指和手指之間捏住球的外皮。
 - b. 將手指插進球的外皮裂縫或被撕裂的位置。
3. 如觸犯持球犯規：
 - a. 所擲出的球會被判進攻無效; 及
 - b. 觸犯持球犯規的場內球員會被判出局。
 - i. 場內球員如多次觸犯持球犯規，該球員會被獲得黃牌。

球例 第 10 條 -比賽場區職員

10.1 比賽場區職員的委派

1. 比賽場區職員包括檢錄員、記錄員、計時員。
2. 每一比賽場區配置記錄員一名、計時員一名。

10.2 檢錄員

檢錄員的職責如下：

1. 檢驗球員是否合資格比賽。
2. 檢驗球衣及器具是否適合。

10.3 記錄員

記錄員的職責如下：

1. 確認兩隊的球員及隊職員名單。
2. 記錄比賽經過及比賽結果。
3. 主裁有所要求時，應提供球員或球隊成員的警告次數。

10.4 計時員

計時員的職責如下：

1. 管理比賽時間。
2. 報時。
3. 比賽結束時發出信號。
4. 裁判指示暫停時，計時員應依主裁之指示暫停計時器。

球例 第 11 條 - 裁判

11.1 裁判的委派

1. 每一場比賽需置主裁一名、副裁一名、司線員四名。

[註] 司線員可酌置二名或四名。

11.2 權力

1. 裁判獲授權實施球例內的條例
2. 裁判為加強執行條例可而依據個人判斷發出命令予球隊成員去履行或不履行任何行為。
3. 裁判可於任何時間向球隊成員發出罰則或取消資格或強制離開比賽場區。
4. 裁判有權於任何情況下作出一項決定雖則球例內並無列明。
5. 裁判可於任何時間向其他裁判商議。唯最終之決定在於該場比賽的主裁。

11.3 主裁

主裁主要職責如下：

1. 主裁主持全場比賽的進行，必要時得宣告裁判暫停。
2. 執行一切罰則的判定，以黃牌和紅牌宣判。
3. 檢視有關比賽的場地、球、及所有裝備。
4. 監察所有比賽參與者的行為是否正當。
5. 檢視及確認球隊的陣容。
6. 對齊中線上的球及負責比賽開始。
7. 執行中立區的球例。
8. 需要時，擔任司線員的職責。

11.4 副裁

副裁主要職責如下：

1. 輔佐主裁執行判決。
2. 監察出局球員及回歸球員。
3. 必要時以信號告知主裁執行裁判暫停。

11.5 司線員

司線員主要職責如下：

1. 於"搶球 (Rush)"後，確定所有球已被激活。
2. 在負責區域內宣告及確認一個"出局 (Out)"。
3. 在負責區域內宣告及確認一個"接球 (Catch)"。
4. 監察出局球員及回歸球員。

11.6 同等職責

裁判同等職責職責如下：

1. 於所負責區域內決定球有否擊中球員或身上依附物。
2. 決定進攻是否有效。
3. 宣告球員"出局 (Out)"。
4. 宣告球員"接球 (Catch)"。
5. 宣告球員"越區犯規 (Out Of Bounds)"。
6. 當有人受傷發生宣告"暫停 TIME OUT"。
7. 當發生暴力事情或有違反運動員精神的行為時向球隊成員發出罰則或取消資格。
8. 宣告該場比賽終止比賽。

11.7 抗議與申訴

比賽中裁判之判決為最後決定。

球例 第 12 條 - 球員守則

12.1 尊重球賽

1. 裁判的判決是最終的判決。
2. 比賽結束後，雙方須列隊並和對方握手。
3. 球員只應喊出有關比賽的戰術。
4. 任何球員打算透過作出虛假的言論去影響 / 擾亂對方均被裁判予以口頭警告。
5. 嚴禁任何人對場內工作人員 (裁判、檢錄人員、計時員等) 或對隊球隊(球員、教練等) 作出不尊重或暴力行為，所有上述行為均會被裁判立即判紅牌。

球例 第 13 條 - 罰則

13.1 黃牌 – 警告

1. 球隊成員發生危險行為或態度偏差時，裁判應出示黃牌。
2. 球隊成員有不當的行為舉動，裁判應出示黃牌。
3. 球例所列之需獲得黃牌情況，裁判應出示黃牌。
4. 黃牌將會累積整個賽事。
5. 被黃牌之球員在比賽繼續時需限制留於處罰區內 5 分鐘。此受罰時間可橫越半場休息時間，處罰區計時於休息時間會暫停或於裁判暫停時亦會暫停。
 - a. 當任何位置之球員被處罰，在其 5 分鐘內，其位置不能替補及需以餘下球員繼續作賽。(如一名場內球員被處罰中，在其 5 分鐘內所進行之每局，該球隊只有五名場內球員作賽。)

13.2 紅牌 – 離場

1. 裁判給予同一名球隊成員第二面黃牌時，裁判應出示紅牌。
2. 球隊成員明顯違反運動精神的行為、暴力行為或侮辱對方的言語行動者，裁判應立即出示紅牌。
3. 球隊成員不斷發生惡劣言行舉止時，裁判應判罰紅牌。
4. 被判罰之教練或領隊必須即時離開比賽場區並餘下整個賽事不得進入比賽場區。
5. 比賽中球員被判罰紅牌，當日餘下賽事不能參與。
6. 被判罰紅牌的球隊成員將經本會賽事委員會予以適當議決後，通知其所屬團體查考。

13.3 局制處罰

1. 如其行為未至發出黃牌，裁判可選擇對球員作出局制處罰。
2. 球員被判處分局制處罰時，球員必須在此局餘下時間及緊隨的一局逗留在處罰區內。
3. 一名球員於該場比賽中，局制處罰被給予兩次後，該球員再犯規會被獲得黃牌。
4. 當任何位置之球員被處罰，則此局餘下時間及緊隨的一局，其位置不能替補及需以餘下球員繼續作賽。(如一名場內球員被處罰中，此局餘下時間及緊隨的一局，該球隊只能派五名場內球員作賽，直至該球員處罰結束。)

13.5 處罰完結

當處罰的相應時數倒數結束或局制處罰完結時：

1. 被處罰的場內球員需前往出局隊列等待返回賽場，
 - a. 如出局隊列沒有有球員列席，則列於隊列最前位置；或
 - b. 如出局隊列有球員列席，則列於隊列其後位置。
2. 被處罰的出局球員及回歸球員需返回出局隊列等待返回賽場，
 - a. 如出局隊列沒有有球員列席，則列於隊列最前位置；或
 - b. 如出局隊列有球員列席，則列於隊列其後位置。
3. 被處罰的撿球員可返回撿球員崗位。
4. 被處罰的後備球員可返回後備區。

13.5 取消資格

1. 球隊成員的言行舉止經裁判糾正後，仍不改善者，裁判判罰該隊取消該場比賽資格，對隊將自動勝出並以總分 10 : 0 計算。

13.6 隊制犯規

1. 球隊在整個賽事內累積五張黃牌，不得繼續參加剩餘的各場比賽。比賽中該場比賽會被判為對隊勝利，比分以 10 : 0 計算。
2. 隊制黃牌
 - a. 當多名球隊成員發生危險行為或態度偏差時或有不當的行為舉動時，球隊會獲得隊制黃牌。
 - b. 球隊獲得隊制黃牌時，比賽中該局會被判為對隊勝利。
 - c. 如球隊獲得第二次隊制黃牌時，不得繼續參加剩餘的各場比賽。比賽中該場比賽會被判為對隊勝利，比分以 10 : 0 計算。