



# 2024年全国少年乒乓球比赛 (北方赛区)

# 秩序册

主办单位：中国乒乓球协会

承办单位：威海市体育局

威海南海新区管理委员会

威海南海乒乓球训练基地管理有限公司

协办单位：北京国球舍体育文化传媒有限公司

2024年3月25日-31日

威海·南海



国球舍  
PINGPONG HUT





周启豪

陈幸同

林高远

马龙

王艺迪

王楚钦

孙颖莎

梁靖崑

王曼昱

钱天一

刘诗雯

樊振东

陈梦

许昕

# 行恒事 乒未来

2022  
中国国家乒乓球队大赛服





# 鹿茸鹿米 比一比 2.0

中国国家乒乓球队团队赞助款



雷雷雷

LI-NING BOOM  
李宁 鞋



CARBON-FIBER PLATE  
碳纤维板



马龙—金满贯



# 金满贯·狂飚龙5

2014年起，狂飚龙系列底板伴随马龙连夺世界冠军，屡攀高峰

2021年8月，马龙再次登上冠军领奖台，获得双圈大满贯——这项在男子乒乓运动员中非凡的成就，誉为“金满贯”

我们以此为灵感推出“金满贯狂飚龙5”底板  
ALL MADE BY DHS





# 三色芳碳 更足底劲

5+2AC，内置黄蓝黑三色编织芳碳，全新芳碳底板，BBT底板平衡技术刚柔结合，内劲十足。

301T维持了301内里雄厚力量的同时，三色纤维编织降低了发力门槛，中等力量也能轻松的打出高质量，借力球也会更自信。既能提高控制力，又能保证单板爆冲质量。



狂飚301X

40+大球解决方案 厚芯+



狂飚301

底板稳态技术

狂飚301T

# 目录

1. 竞赛规程 .....	1
2. 补充通知 .....	4
3. 组委会名单 .....	9
4. 裁判员名单 .....	12
5. 各代表队名单 .....	13
6. 体能测试方案 .....	21
7. 体能测试评分标准 .....	23
8. 体能测试方法 .....	25
9. 参赛人员统计表 .....	29
10. 大会竞赛日程安排 .....	30
11. 比赛场地布局图 .....	31
12. 国球舍简介 .....	32
13. 威海南海国家乒乓球训练基地简介 .....	33

## 2024年全国少年乒乓球比赛（北方赛区） 竞赛规程

### 一、竞赛日期

2024年3月25日至2024年3月31日

### 二、竞赛项目

男子团体、女子团体、男子单打、女子单打、混合双打

### 三、参加单位

#### （一）南方赛区：

上海、江苏、浙江、安徽、福建、江西、湖北、湖南、广东、广西、海南、重庆、四川、贵州、云南、西藏、武汉、成都、绵阳、厦门、汕头、大乒协、中国乒乓球学院、上海曹燕华乒乓球学校、中国乒协通州乒乓球学校、中国乒协黄石乒乓球训练基地。

#### （二）北方赛区

北京、天津、河北、山西、内蒙古、辽宁、吉林、黑龙江、山东、河南、陕西、青海、甘肃、宁夏、新疆、青岛、郑州、保定、濮阳、淄博、正定、山东鲁能、河北六通。

### 四、参加办法

（一）各参加单位可报领队1名，男、女队教练各1名，男、女运动员各5名。

（二）参赛运动员必须是2011年1月1日至2013年12月31日期间出生的。

（三）报名参加团体赛的运动员可参加单打比赛，各单位可在本单位报名中，组合 2 对选手参加混双比赛。

（四）本次比赛将检查参赛运动员的身份证和注册信息（全国运动员注册管理系统信息）。

（五）参加本次比赛的所有人员须身体健康，适合参加本次竞赛，并自行投保人身意外伤害事故保险。

## 五、竞赛办法

（一）团体和单打比赛第一阶段均采用分组循环赛，第二阶段均采用淘汰赛并增加附加赛的方法。

（二）团体比赛采用新斯韦思林杯赛制。

（三）团体赛中的每场比赛采用 5 局 3 胜制。单打比赛 8 进 4、半决赛和决赛采用 7 局 4 胜制，其它轮次均采用 5 局 3 胜制。

（四）每场团体比赛中，各队必须有一名运动员为直拍或削球或颗粒胶（进攻型）打法，且出场比赛。

（五）混双比赛采用淘汰赛制，每场比赛 5 局 3 胜制。

（六）比赛执行中国乒乓球协会审定的《乒乓球竞赛规则》（2022）。

（七）参赛运动员在团体和单打比赛中，其打法必须保持一致。运动员的打法以报名为准，不得随意更改。

（八）单打进入前 32 名的运动员将进行体能测试。测试项目为 30 米冲刺、立定跳远、双摇跳绳、腹肌耐力、背肌耐力。体能测试成绩为 32 进 16 淘汰赛的准入标准。体能成绩满分为 50

分，不足 25 分不能参赛。体能测试成绩不计入最终个人排名（体能测试方案详见附件）。

（九）本次比赛将进行球拍检测。

（十）比赛用球为红双喜白色三星塑料球。

## 六、录取名次与奖励

（一）团体赛和单项比赛均录取前 8 名给予奖励。

（二）男、女单打前 4 名的运动员可获得参加国家青年集训队集训资格。

## 七、裁判员

中国乒协选派 1 名裁判长、4 名副裁判长、1 名裁判长助理到赛区工作。

各参赛队所属省（区、市）的乒乓球裁判主管单位或行业体协乒乓球裁判负责单位可推荐一名国家级及以上级别的裁判参加比赛执裁工作，报名截止时间为 3 月 15 日。差旅费由派出单位或个人负担，食宿由大会负担。

其他裁判员由承办单位商省级乒乓球裁判主管单位选派，原则上一级以上。

## 八、未尽事宜，另行通知。

## 九、本规程的解释权属中国乒乓球协会。

## 2024年全国少年乒乓球比赛（北方赛区）补充通知

各参赛单位：

2024年全国少年乒乓球比赛（南、北方赛区）将于3月25日至3月31日举行。比赛由中国乒乓球协会主办，为确保比赛顺利进行，现将有关事宜通知如下：

### 一、参赛报名

（一）根据竞赛规程要求进行报名。所有运动员和参赛人员须在微信小程序“中国乒协会员服务中心”注册成为个人会员。报名系统将从3月14日上午8点开始接受报名，3月18日12:00报名结束。

报名方式：微信小程序搜索“中国乒协会员服务中心”——点击“赛事”按钮——点击“青少年赛事”按钮——查找“2024年全国少年乒乓球比赛（南、北方赛区）”报名入口，下拉至最底端，点击“去报名”（详见报名指南）。

（二）完成报名后，运动员和参赛人员须加入竞赛微信群。组委会将根据竞赛组织要求，通知有关单位缴费。

南方赛区组委会报名联系人：范珍珍

联系电话：13306711399

北方赛区组委会报名联系人：杨颜泽

联系电话：15843291305

### 二、参赛费用

（一）运动员只需按照150元/人/天的标准缴纳竞赛费，竞

赛费包括伙食、场租、比赛交通等相关费用。

（二）竞赛规程内的领队、教练员除缴纳竞赛费（标准为 150 元/人/天）外，每人还需缴纳 1300 元住宿费。

（三）超编人员费用自理，标准为 400 元/人/天。

（四）提前报到及赛后延迟离会的人员酒店食宿费用自理。

（五）领队、教练员、运动员住宿房间由组委会统一安排。

（六）缴费方式

#### 1. 南方赛区

名称：安徽利事环球酒店有限公司

开户行：蚌埠农村商业银行股份有限公司营业部

账号：200004186998103000000034

行号：402363000010

#### 2. 北方赛区

名称：威海麒嘉酒店管理有限公司

纳税人识别号：91371 076MA 9484U 969

地址：山东省威海市南海新区金海路与大学路交叉口东南  
380 米

开户银行：招商银行股份有限公司威海文登支行

开户账号：631901020510566

电话号码：0631—6010888

交费联系人：张懿薪

联系电话：15662355567

### 三、报到时间

中国乒乓球协会选派的竞赛工作人员、裁判长团队、裁判员，各参赛队于3月23日15:00前报到。

#### 四、报到地点

##### （一）南方赛区

1. 各竞赛工作人员、裁判长团队、裁判员、参赛代表队统一入住蚌埠市利事环球酒店。

地址：安徽省蚌埠市淮上大道 3000 号

联系人：范珍珍      联系电话：13306711399

报到地点：安徽省蚌埠市淮上大道 3000 号

2. 组委会提供机场、车站大巴车接送站服务，各参赛队伍接送站时间需提前与组委会联系，截止时间为3月18日中午12点。

联系人：洪小锋      联系电话：18457081920

具体收费标准如下：

（1）火车站接送每人 50 元；

（2）南京禄口机场小车 2000 元/次（4 人）；中巴车 3600 元/次（18 人）；大巴车 4400 元/次（37 人）；

（3）合肥新桥机场小车 1700 元/次（4 人）；中巴车 3200 元/次（18 人）；大巴车 3800 元/次（37 人）；

##### （二）北方赛区

1. 各参赛代表队统一入住亲见乒乓球主题酒店或威海鲁源锦尚颐国际酒店。

亲见乒乓球主题酒店：山东省威海市文登区南海新区金海路与大学路交叉南 400 米（距离赛场约 50 米）

威海鲁源锦尚颐国际酒店：山东省威海市文登区南海新区金海路西海韵路南交叉口（距离赛场约3公里，组委会提供往返摆渡车）

联系人：张懿薪           联系电话：0631-6010999

报到地点：亲见乒乓球主题酒店前台

2. 竞赛工作人员、裁判长团队、裁判员统一入住亲见乒乓球主题酒店。

地址：山东省威海市文登区南海新区金海路与大学路交叉口南400米

联系人：张懿薪           联系电话：15662355567

报到地点：亲见乒乓球主题酒店前台

3. 组委会提供机场、车站大巴车接送站服务，各参赛队伍接送站时间需提前与组委会联系（截止至3月18日中午12点）。

具体收费标准如下：

可乘坐火车到威海高铁站（到南海约1.5小时车程）。乘坐飞机可到威海大水泊机场（机场到南海驾车约1小时）、烟台蓬莱机场（机场到南海驾车约2小时）、青岛胶东机场（机场到南海驾车约3小时）。

#### 4. 接送站

大会组委会提供威海大水泊机场、威海高铁站的有偿接站服务，如需接站，可与组委会联系（截止至3月20日中午12时）。

联系人：亲见乒乓球主题酒店前台

联系电话：0631-6010999、0631-6010888

费用：

（1）大巴车

威海大水泊机场 900 元/辆/单程，烟台蓬莱机场 1800 元/辆/单程，威海火车站 1000 元/辆/单程，胶东机场 2000 元/辆/单程

（2）小车（可乘坐 4 人）

威海大水泊机场 180 元/辆/单程，烟台蓬莱机场 600 元/辆/单程，威海火车站 210 元/辆/单程，胶东机场 1000 元/辆/单程

（3）商务车（乘坐 6 人）

威海大水泊机场 300 元/辆/单程，烟台蓬莱机场 1000 元/辆/单程，威海火车站 400 元/辆/单程，胶东机场 1200 元/辆/单程

## 五、赛前联席会

3 月 24 日 16:00 召开组委会及裁判长、领队、教练员联席会议，请各领队和教练准时出席。

南方赛区地址：蚌埠市奥体中心体育馆

北方赛区地址：威海南海国家乒乓球训练基地

2024年全国少年乒乓球比赛  
（北方赛区）组委会  
2024 年 3 月 14 日

## 2024年全国少年乒乓球比赛（北方赛区）

### 组织委员会名单

- 主 任： 何 潇 中国乒乓球协会秘书长
- 副 主 任： 王 琛 中国乒乓球协会青少部负责人
- 傅 磊 威海南海新区管理委员会副调研员
- 王 楠 威海南海乒乓球训练基地管理有限公司董事长
- 委 员： 肖永东 威海南海新区综合执法局局长
- 孙福晓 威海南海新区社会工作部部长、公共服务办主任
- 耿 涛 威海南海新区公安综合指挥中心主任
- 高 杰 威海南海新区交警八大队大队长
- 王鹏飞 威海南海新区消防中心大队长
- 王昊卿 威海南海乒乓球训练基地管理有限公司办公室主任
- 胡金格 中国乒乓球协会青少部干部
- 王 欣 比赛裁判长

## 办赛机构

### 组委会办公室

主 任： 傅 磊

副 主 任： 孙福晓

成 员： 宋 军 王昊卿

### 综合协调组

部 长： 王昊卿

副 部 长： 孙 杰 申德鹏

成 员： 张 伟

### 竞赛组织组

部 长： 胡金格

副 部 长： 王昊卿

成 员： 曲万里 申德鹏 杨颜泽

### 安全保卫组

部 长： 宋 军

成 员： 曲万里 桑红军

### 反兴奋剂及食品安全组

部 长： 谭新楠

成 员： 张晓飞 滕 建 孙 杰

供电保障组

部 长：崔世岩

成 员：于 杰

医疗保障组

部 长：邢大渝

成 员：王志超 曲万里 孙 健

媒体宣传组

部 长：刘昌勇

成 员：王晓根 杨颜泽

后勤保障组

部 长：王昊卿

成 员：申德鹏 孙 杰 张懿薪 杨颜泽 谭新楠 滕 建

网络保障组

部 长：初建楼

成 员：于 杰

## 裁判员名单

裁判员长：王欣★

副裁判员长：高玉琴★ 赵 晖★ 何其军★ 王文华☆

裁判员长助理：牛爱民★

裁判员：张青妤☆ 王 芳☆ 林立波☆ 刘春玲☆ 郭 丽☆  
刘 华☆ 毕学艳☆ 李 灿☆ 马 雁☆ 王 蓉☆  
吴玉强 季建陆 赵国东 王佳栋 叶丽平  
周 馨 李玉建 王丽莉 翟慎东 齐 兵  
徐麦兰 张路明 郭凤琴 袁方瑞 孙爱玲  
郭 恕 杨 杰 杜京泽 张 磊 陈成利  
陈茂江 刘家强 边 锋 秦传斌 许 阳  
张军民 吴育南 刘晋忠 杨春芳 王 英  
张建伟 于晓红 陈国庆 李冰雁 赵 梅  
孙秀梅 籍国艳 王洪霞 尹爱秋 刘惠芳  
毕晓净 王 璐 王立波 管玉山 单星宇  
李伟忠

注：★为国际级，☆为国家级，其余为一级

## 代表队名单

### 北京八喜队

领 队：马 钰

教 练：李木桥 任 雷

男子单打：项铭浩 崔梓俊 梁文杰 马一茗 许睿※

女子单打：何小雅 杨禹涵 祝启慧 王宇晨 张宜欣※

混合双打：崔梓俊/祝启慧 马一茗/何小雅

男子团体：项铭浩 崔梓俊 梁文杰 马一茗 许 睿※

女子团体：何小雅 杨禹涵 祝启慧 王宇晨 张宜欣※

### 天津729队

教 练：王 瑞

女子单打：刘泽玟※ 苏琳雅 贾紫津△※ 李知潼 杨清然

混合双打：于子航/贾紫津△※ 吕世杰/李知潼

女子团体：刘泽玟※ 苏琳雅 贾紫津△※ 李知潼 杨清然

### 天津银河队

教 练：钟锦堂

男子单打：杨正元△ 李尚岩 吕世杰 王靖童 于子航

混合双打：于子航/贾紫津△※ 吕世杰/李知潼

男子团体：杨正元△ 李尚岩 吕世杰 王靖童 于子航

## 河北队

教 练：崔家祺 彭文江

男子单打：范龙翔 谭明淩 宋龙越 付云天△

女子单打：徐梦洁 王梓伊 袁若谷 田子一※○ 郭祖希※

混合双打：谭明淩/徐梦洁 宋龙越/王梓伊

男子团体：范龙翔 谭明淩 宋龙越 付云天△

女子团体：徐梦洁 王梓伊 袁若谷 田子一※○ 郭祖希※

## 山西队

领 队：申 皓

教 练：韩萌妍 李 钺

男子单打：柴圣焯 尹 航 张贺栋※ 池炫毅 张贺梁

女子单打：王馨瑶 姚懿依※ 四亚平※ 王艺锦※○ 陈欣悦※

混合双打：张贺梁/姚懿依※ 张贺栋※/王馨瑶

男子团体：柴圣焯 尹 航 张贺栋※ 池炫毅 张贺梁

女子团体：王馨瑶 姚懿依※ 四亚平※ 王艺锦※○ 陈欣悦※

## 内蒙古银河队

领 队：潘金红

教 练：张宝月 邹存祺

男子单打：朱玺东 孟博曦焱 刘子豪

女子单打：刘泽逸 刘子睿※ 马一畅

混合双打：刘子豪/刘泽逸 孟博曦焱/马一畅

女子团体：刘泽逸 刘子睿※ 马一畅

## 辽宁队

教 练：杨杰锋 顾晓飞

男子单打：周刘振轩※ 付思澳 张倬睿 毛星然 张圣洁

女子单打：何奕萱 郭依诺 程雪晴 贾汐贝 翟文萱※

混合双打：张倬睿/何奕萱 毛星然/贾汐贝

男子团体：周刘振轩※ 付思澳 张倬睿 毛星然 张圣洁

女子团体：何奕萱 郭依诺 程雪晴 贾汐贝 翟文萱※

## 吉林队

领 队：王浩全

教 练：陈 鑫 于韵白

男子单打：周 战※○ 逢永俊 马英华 陈 谦※ 陈文盛

女子单打：刘雨辰 杨婷翊 曲紫宁※ 吴昕沂 李 夏

混合双打：马英华/刘雨辰 逢永俊/曲紫宁※

男子团体：周 战※○ 逢永俊 马英华 陈 谦※ 陈文盛

女子团体：刘雨辰 杨婷翊 曲紫宁※ 吴昕沂 李 夏

## 黑龙江银河队

领 队：张海峰

教 练：陈星宇 白浩然

男子单打：刘子墨※ 于昊煊 王新睿△ 肖柏鑫 吕永恒※

女子单打：葛宸希 佟梓缘△ 沈玥竹 沙玥彤△ 吕汶轩

混合双打：肖柏鑫/吕汶轩 王新睿△/葛宸希

男子团体：刘子墨※ 于昊煊 王新睿△ 肖柏鑫 吕永恒※

女子团体：葛宸希 佟梓缘△ 沈玥竹 沙玥彤△ 吕汶轩

## 山东队

领 队：刘婧婵

教 练：高雅楠 杨 超

男子单打：赵臣泽 林泉羽 李尚峻△ 刘俊泽 姜凯泽

女子单打：高誉珊 陈姝言 朱梓闻 刘梓 刘哈哈※○

混合双打：李尚峻△/朱梓闻 赵臣泽/刘梓童

男子团体：赵臣泽 林泉羽 李尚峻△ 刘俊泽 姜凯泽

女子团体：高誉珊 陈姝言 朱梓闻 刘梓童 刘哈哈※○

## 河南队

领 队：白 彬

教 练：王 旻 马 彬

男子单打：王子辰※○ 万宇昂 王奥清 张栩嘉 程子璇

女子单打：杨子璇 李六一※ 顾馨心 曲音箏 张严心※

混合双打：王奥清/杨子璇 万宇昂/曲音箏

男子团体：王子辰※○ 万宇昂 王奥清 张栩嘉 程子璇

女子团体：杨子璇 李六一※ 顾馨心 曲音箏 张严心※

## 陕西队

教 练：李卓阳 邓致远

男子单打：郭伯鸿※ 姚瑞铭 秦启哲※○ 王越泽 贺晨轩

女子单打：曹云晴※ 杜思瑾 李金桦※ 刘一禾※ 张子栩

混合双打：郭伯鸿※/杜思瑾 王越泽/刘一禾※

男子团体：郭伯鸿※ 姚瑞铭 秦启哲※○ 王越泽 贺晨轩

女子团体：曹云晴※ 杜思瑾 李金桦※ 刘一禾※ 张子栩

### 青海米粒队

领 队：缪煜诚

教 练：沈世兴 罗思雨

男子单打：马跃洋 马丁克里木阿里 王茗可※ 马钊洋 赵博延

女子单打：胡戴可 王迦美 陈俊伊 尹慧明※

混合双打：马钊洋/尹慧明※ 马跃洋/胡戴可

男子团体：马跃洋 马丁克里木阿里 王茗可※ 马钊洋 赵博延

女子团体：胡戴可 王迦美 陈俊伊 尹慧明※

### 鲁能青岛队

领 队：王大川

教 练：荆 滔 高 冉

男子单打：李明轩※ 官钊硕 董浩然△ 袁德尚 刘俊希※

女子单打：赵晨昱 赵怡婷※○ 杨砚竣※ 刘子琪※○ 丁 乔

混合双打：官钊硕/赵晨昱 刘俊希※/刘子琪※○

男子团体：李明轩※ 官钊硕 董浩然△ 袁德尚 刘俊希※

女子团体：赵晨昱 赵怡婷※○ 杨砚竣※ 刘子琪※○ 丁 乔

## 郑州队

领 队：史 蕾

教 练：李浩凯

男子单打：巴一博 李孝希※ 冯梓昊 李佩宸 夏君宇※○

女子单打：杨佳煜※

混合双打：冯梓昊/杨佳煜※

男子团体：巴一博 李孝希※ 冯梓昊 李佩宸 夏君宇※○

## 河北保定队

教 练：许丛珊 马 佳

男子单打：冯渤溟※○ 冯炯拓 张竣壹△ 冯宝森

女子单打：殷尚泽 徐子涵 郭祖含※ 孙睦暄 刘千莹

混合双打：冯炯拓/殷尚泽 张竣壹△/徐子涵

男子团体：冯渤溟※○ 冯炯拓 张竣壹△ 冯宝森

女子团体：殷尚泽 徐子涵 郭祖含※ 孙睦暄 刘千莹

## 河南濮阳队

领 队：郑方德

教 练：郑方德(兼) 郑 利

男子单打：王耀煜 王隆宇 尚文卓 刘嘉骏※ 张梓泉

女子单打：田盛羽※ 李易安△※ 杨若茜 杜梦晗※

混合双打：尚文卓/杨若茜 王耀煜/田盛羽※

男子团体：王耀煜 王隆宇 尚文卓 刘嘉骏※ 张梓泉

女子团体：田盛羽※ 李易安△※ 杨若茜 杜梦晗※

### 山东淄博队

教 练：马 超 肖国利

男子单打：程 松 王锦阔 卢奕龙 王堂正※ 尹明坤○◇

女子单打：门培玺 王一诺※ 崔紫宸※ 张翊萱 王绍晨

混合双打：王锦阔/门培玺 王堂正※/崔紫宸※

男子团体：程 松 王锦阔 卢奕龙 王堂正※ 尹明坤○◇

女子团体：门培玺 王一诺※ 崔紫宸※ 张翊萱 王绍晨

### 河北正定基地

领 队：张树杉

教 练：宁 静 苏鹏宇

男子单打：霍钰钷△ 刘昱辰 张瀚文 马铭泽

女子单打：张嘉铤 王明熙 杨凯尼 李雨芯 付鑫淇※

混合双打：张瀚文/杨凯尼 刘昱辰/张嘉铤

男子团体：霍钰钷△ 刘昱辰 张瀚文 马铭泽

女子团体：张嘉铤 王明熙 杨凯尼 李雨芯 付鑫淇※

### 山东鲁能队

领 队：王 洋

教 练：刘 强 辛成琳

男子单打：李明旭 祝紫恒※ 曾令泽 刘孟想△ 周奕峰

女子单打：杜禹诺 薛雅琼※ 范怡然 张 恬 王钊清

混合双打：李明旭/张 恬 周奕峰/王钊清

男子团体：李明旭 祝紫恒※ 曾令泽 刘孟想△ 周奕峰

女子团体：杜禹诺 薛雅琼※ 范怡然 张 恬 王钊清

### 河北六通队

教 练：温倩倩 景 添

男子单打：李嘉佑 苑宸赫※ 王潭坤 耿晗睿

女子单打：尤一名 吴美婷 柳依依 丁钰涵※

混合双打：耿晗睿/柳依依 李嘉佑/吴美婷

男子团体：李嘉佑 苑宸赫※ 王潭坤 耿晗睿

女子团体：尤一名 吴美婷 柳依依 丁钰涵※

备注：△为直拍，※为颗粒胶，○为削球，◇为防弧

## 2024年全国少年乒乓球比赛（北方赛区）

### 体能测试方案

为继续强化各参赛队对体能重要性的认识，提升各队伍抓体能的主动性，营造你追我赶抓体能的氛围。在总结近几年全国少年乒乓球比赛（南、北方赛区）体能测试的基础上，统筹考虑竞赛组织、体能水平（各代表队）、参赛实际等情况，现制定2024年全国少年乒乓球比赛（南、北方赛区）体能测试方案。方案如下：

#### 一、测试时间、人数

男女单打32进16比赛前，男、女运动员各32人。

#### 二、测试项目

（一）30米冲刺

（二）立定跳远

（三）双摇跳绳

（四）腹肌耐力

（五）背肌耐力

#### 三、评分标准（附件1）

#### 四、测试方法（附件2）

#### 五、成绩计算方案

（一）体能测试成绩为32进16淘汰赛的准入标准。

（二）体能成绩满分为50分，不足25分不能参赛。

（三）体能测试成绩不计入最终个人排名。

六、本方案解释权归中国乒乓球协会。

## 附件 1 2024 年全国少年乒乓球比赛（北方赛区）体能测试评分标准

## 11-12 岁男

分值	范围	30 米 (s)	立定跳远 (m)	45 秒跳绳 (次)	腹肌耐力 (s)	背肌耐力 (s)				
10	P90	P100	-	<4"88	≥2.22	-	≥100	-	≥100	-
9	P80	P90	≥4"88	<5"05	≥2.11	<2.22	≥65	<66	≥95	<100
8	P70	P80	≥5"05	<5"14	≥2.00	<2.11	≥63	<65	≥90	<95
7	P60	P70	≥5"14	<5"29	≥1.93	<2.00	≥61	<63	≥85	<90
6	P50	P60	≥5"29	<5"41	≥1.90	<1.93	≥59	<61	≥80	<85
5	P40	P50	≥5"41	<5"53	≥1.84	<1.90	≥58	<59	≥70	<80
4	P30	P40	≥5"53	<5"68	≥1.80	<1.84	≥56	<58	≥60	<70
3	P20	P30	≥5"68	<5"87	≥1.75	<1.80	≥54	<56	≥50	<60
2	P10	P20	≥5"87	<6"06	≥1.64	<1.75	≥52	<54	≥40	<50
1	P10	P0	≥6"06	-	-	<1.64	<52	≥30	<40	≥30

## 11-12 岁女

分值	范围	30 米 (s)	立定跳远 (m)	45 秒跳绳 (次)	腹肌耐力 (s)	背肌耐力 (s)				
10	P90	P100	-	<5"25	≥2.00	-	≥100	-	≥100	-
9	P80	P90	≥5"25	<5"41	≥1.95	<2.00	≥74	<76	≥95	<100
8	P70	P80	≥5"41	<5"49	≥1.86	<1.95	≥72	<74	≥90	<95
7	P60	P70	≥5"49	<5"57	≥1.81	<1.86	≥71	<72	≥85	<90
6	P50	P60	≥5"57	<5"71	≥1.78	<1.81	≥69	<71	≥80	<85
5	P40	P50	≥5"71	<5"87	≥1.75	<1.78	≥67	<69	≥70	<80
4	P30	P40	≥5"87	<6"02	≥1.70	<1.75	≥64	<67	≥60	<70
3	P20	P30	≥6"02	<6"21	≥1.65	<1.70	≥62	<64	≥50	<60
2	P10	P20	≥6"21	<6"61	≥1.59	<1.65	≥60	<62	≥40	<50
1	P10	P0	≥6"61	-	-	<1.59	<60	≥30	<40	≥30

13岁男

分值	范围	30米 (s)	立定跳远 (m)	45秒跳绳 (次)	腹肌耐力 (s)	背肌耐力 (s)						
10	P90	P100	-	<4"33	≥2.46	-	≥120	-				
9	P80	P90	≥4"33	<4"52	≥2.34	<2.46	≥79	<82	≥105	<110	≥115	<120
8	P70	P80	≥4"52	<4"59	≥2.29	<2.34	≥77	<79	≥100	<105	≥110	<115
7	P60	P70	≥4"59	<4"72	≥2.24	<2.29	≥76	<77	≥95	<100	≥105	<110
6	P50	P60	≥4"72	<4"86	≥2.17	<2.24	≥73	<76	≥90	<95	≥100	<105
5	P40	P50	≥4"86	<5"00	≥2.10	<2.17	≥71	<73	≥80	<90	≥90	<100
4	P30	P40	≥5"00	<5"09	≥2.05	<2.10	≥69	<71	≥70	<80	≥80	<90
3	P20	P30	≥5"09	<5"22	≥1.98	<2.05	≥68	<69	≥60	<70	≥70	<80
2	P10	P20	≥5"22	<5"37	≥1.84	<1.98	≥66	<68	≥50	<60	≥60	<70
1	P10	P0	≥5"37	-	-	<1.84	-	<66	≥30	<50	≥30	<60

13岁女

分值	范围	30米 (s)	立定跳远 (m)	45秒跳绳 (次)	腹肌耐力 (s)	背肌耐力 (s)						
10	P90	P100	-	<5"09	≥2.06	-	≥120	-				
9	P80	P90	≥5"09	<5"23	≥2.00	<2.06	≥87	<90	≥105	<110	≥115	<120
8	P70	P80	≥5"23	<5"40	≥1.95	<2.00	≥84	<87	≥100	<105	≥110	<115
7	P60	P70	≥5"40	<5"50	≥1.91	<1.95	≥82	<84	≥95	<100	≥105	<110
6	P50	P60	≥5"50	<5"63	≥1.90	<1.91	≥79	<82	≥90	<95	≥100	<105
5	P40	P50	≥5"63	<5"78	≥1.86	<1.90	≥78	<79	≥80	<90	≥90	<100
4	P30	P40	≥5"78	<5"90	≥1.83	<1.86	≥77	<78	≥70	<80	≥80	<90
3	P20	P30	≥5"90	<6"00	≥1.81	<1.83	≥75	<77	≥60	<70	≥70	<80
2	P10	P20	≥6"00	<6"20	≥1.72	<1.81	≥72	<75	≥50	<60	≥60	<70
1	P10	P0	≥6"20	-	-	<1.72	-	<72	≥30	<50	≥30	<60

## 2024年全国少年乒乓球比赛（北方赛区） 体能测试方法

### 一、30米冲刺

所需器材：红外测试仪

测试要求：被测者充分热身后，站立式起跑，用最快速度完成30米距离。每个运动员测试2次，取最好成绩，计量单位为秒，精确到小数点后2位。

### 二、立定跳远

所需器材：卷尺

测试要求：被测试者充分热身后，站在起点线后。双脚立定跳落地后，测量起点线至后侧足跟之间的距离。进行2次测试取最佳成绩。

### 三、双摇跳绳

所需器材：跳绳，秒表

测试要求：记录被测试者45秒时间内完成的双摇次数。

### 四、腹肌耐力

所需器材：长凳或跳箱

测试要求：被测者仰卧在长凳或跳箱上，躯干悬空，髻前上棘置于长凳或跳箱边缘，双手交叉放在胸前，用皮带固定住小腿，或者由同伴帮助固定小腿，保持身体不低于水平面，可适当高于水平面，但不得超过30度。记录运动员保持身体位置的时间，如

果身体低于水平面时，进行一次提醒，如果仍然无法达到要求，即测试停止，如果运动员维持时间达到要求时，可以停止测试，计为满分，计量单位为秒，精确到整数。



## 五、背肌耐力

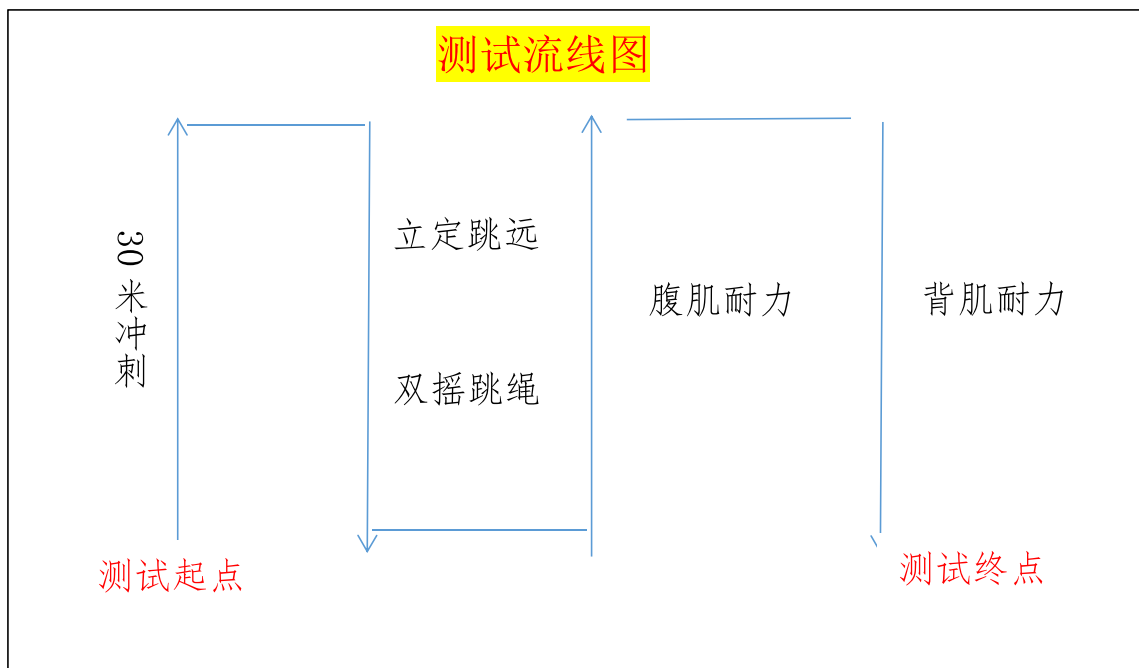
所需器材：长凳或跳箱

测试要求：被测者俯卧在长凳或跳箱上，躯干悬空，髋前上棘置于长凳或跳箱边缘，双手交叉放在胸前，用皮带固定住小腿，或者由同伴帮助固定小腿，保持身体在一个平面上。记录运动员保持身体位置的时间，如果身体不能保持在一个平面时，进行一次提醒，如果仍然无法达到要求，即测试停止，如果运动员维持时间达到要求时，可以停止测试，计为满分，计量单位为秒，精确到整数。



## 六、测试顺序

30 米冲刺→立定跳远→双摇跳绳→腹肌耐力→背肌耐力



## 七、测试须知

- (一) 测试者不得携带任何通讯工具进入测试区。
- (二) 应穿着运动装、运动鞋，但鞋底不得有铁钉、胶钉或

塑料钉。

（三）测试者应做好充分的准备活动，测试后应做好整理活动。

（四）要认真遵守测试纪律和测试规则，尊重并服从引导员、裁判员的指挥和判定。

（五）测试成绩当场公布，对测试成绩有疑问者，应立即向裁判员提出，以便及时查询。

（六）体能测试是一次性测试，没有补测。不能申请参加缓测。

（七）对测试工作有意见，应通过队伍向组委会反映。测试中存在的舞弊行为，测试者有权向组委会举报、申述。

（八）测试成绩由组委会统一发布。

（九）测试者应遵守组委会制定的其他有关规定。

## 参赛人员统计表

序号	队名 (简称)	领队		教练		运动员					合计	
		男	女	男	女	男子		女子		混合 双打		小计
						团体	单打	团体	单打			
1	北京八喜队	1		2		1	5	1	5	2	10	13
2	天津729队			1				1	5		5	6
3	天津银河队			1		1	5			2	5	6
4	河北队			2		1	4	1	5	2	9	11
5	山西队		1	1	1	1	5	1	5	2	10	13
6	内蒙古银河队		1	1	1		3	1	3	2	6	9
7	辽宁队			1	1	1	5	1	5	2	10	12
8	吉林队	1		1	1	1	5	1	5	2	10	13
9	黑龙江银河队	1		2		1	5	1	5	2	10	13
10	山东队		1	1	1	1	5	1	5	2	10	13
11	河南队	1		2		1	5	1	5	2	10	13
12	陕西队			2		1	5	1	5	2	10	12
13	青海米粒队	1		2		1	5	1	4	2	9	12
14	鲁能青岛队	1		1	1	1	5	1	5	2	10	13
15	郑州队		1	1		1	5		1	1	6	8
16	河北保定队			1	1	1	4	1	5	2	9	11
17	河南濮阳队	1			1	1	5	1	4	2	9	11
18	山东淄博队			1	1	1	5	1	5	2	10	12
19	河北正定基地	1		1	1	1	4	1	5	2	9	12
20	山东鲁能队	1		1	1	1	5	1	5	2	10	13
21	河北六通队			1	1	1	4	1	4	2	8	10
	合计	9	4	26	12	19	94	19	91	39	185	236

## 2024年全国少年乒乓球比赛（北方赛区）

## 2024年全国少年乒乓球比赛（北方赛区）竞赛日程

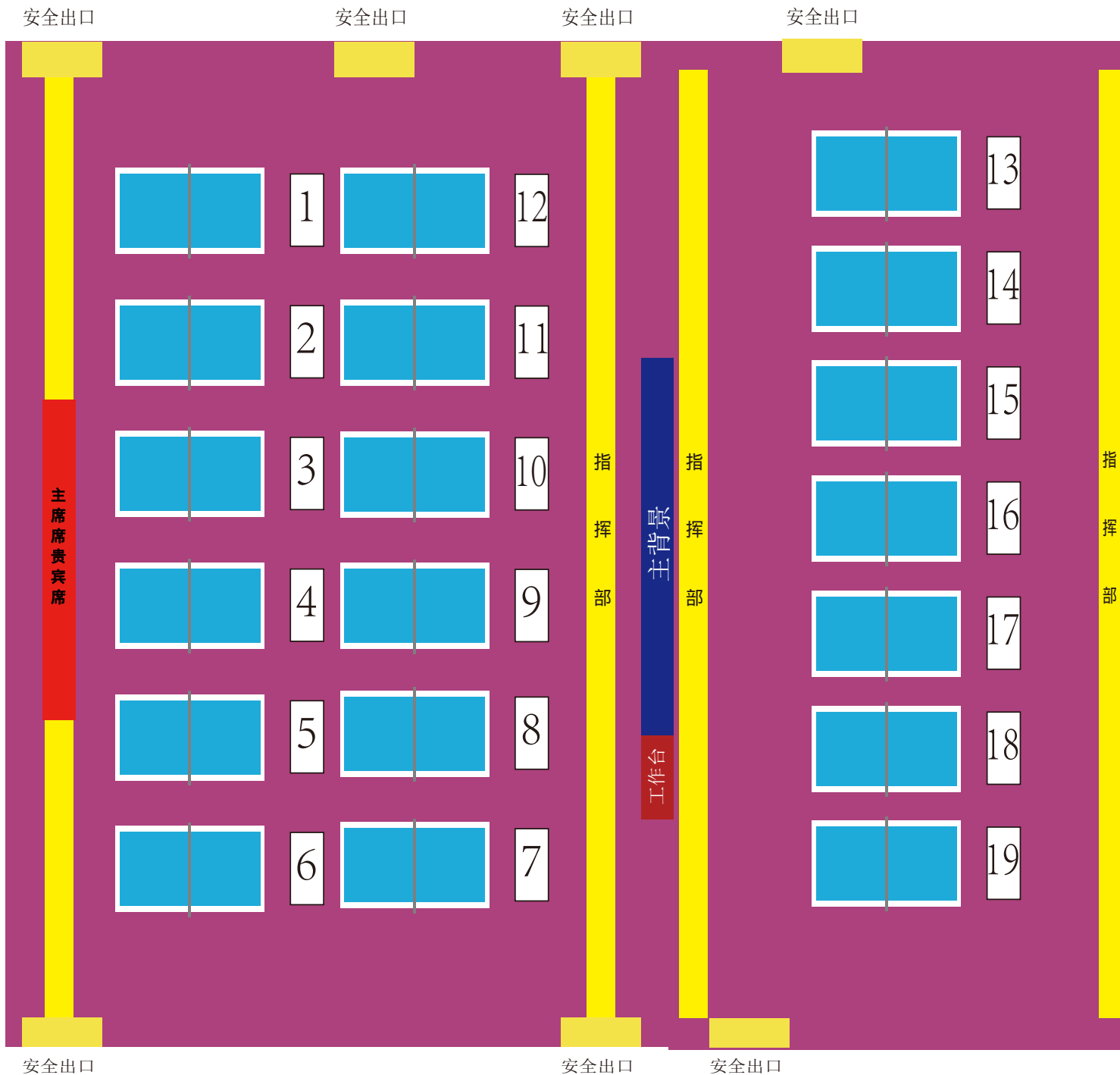
日期	时间	内容	地点	
3月23日 (星期六)	12:00前	竞赛工作人员、裁判长团队、编排组报到	南海亲见酒店	
	9:00-21:00	运动队报到		
3月24日 (星期日)	12:00前	裁判员报到	体育馆	
	9:00-20:00	各参赛队适应场地		
	14:30	全体裁判员会议、学习规程	南海亲见酒店	
	15:30	裁判员临场实习	体育馆	
3月25日 (星期一)	16:00	组委会暨裁判长、领队、教练员联席会 <b>(团体第一阶段抽签)</b>	南海亲见酒店	
	9:00	男、女团体赛第一阶段第1轮	16张球台	
	14:00	男、女团体赛第一阶段第2轮		
16:00	男、女团体赛第一阶段第3轮			
3月26日 (星期二)	9:00	男、女团体赛第一阶段第4轮	16张球台	
	14:30	男、女团体赛第一阶段第5轮		
<b>赛后团体第二阶段抽签</b>			体育馆	
3月27日 (星期三)	9:00	男、女团体赛第二阶段第1轮	16张球台	
	10:30	男、女团体赛第二阶段17-19名第1轮	2张球台	
	14:30	男、女团体半决赛、附加赛	16张球台	
	16:00	男、女团体赛第二阶段决17-19名	2张球台	
3月28日 (星期四)	9:00	男、女团体决赛、附加赛	16张球台	
	11:00	男、女团体颁奖仪式	体育馆	
	14:00	男子单打第一阶段第1-2轮	16张球台	
	15:40	女子单打第一阶段第1-3轮		
	19:00	混双比赛1-3轮		
	20:30	男子单打第一阶段第3轮		
3月29日 (星期五)	8:30	女子单打第一阶段第4-5轮	16张球台	
	10:10	男子单打第一阶段第4-5轮	16张球台	
	<b>赛后单打第二阶段抽签</b>			体育馆
	11:30	<b>体能测试场地布置</b>		体育馆
	14:30	<b>男女单打前32名运动员体能测试</b>		
3月30日 (星期六)	9:00	混合双打第4、5、6轮	4张球台	
	11:00	<b>混合双打颁奖仪式</b>		体育馆
	14:00	男、女单打第二阶段第1、2、3轮	16张球台	
3月31日 (星期日)	9:00	男、女单打半决赛、决赛、附加赛	16张球台	
	11:45	<b>男、女单打颁奖仪式</b>		体育馆
	下午	<b>离 会</b>		

注：具体比赛时间，以报到后的竞赛秩序册为准

# 场地球台布局示意图

## 一号场(比赛馆)

## 中场



## 国球舍简介

国球舍是由乒乓球奥运冠军、大满贯得主王楠发起，以“乒乓球+”为核心，专注青少年体魄教育与体育文化推广，通过多样化形式在青少年中全面推广国球文化，传承体育精神。国球舍乒乓球俱乐部专注4-10岁儿童运动启蒙，为6-16岁少年儿童打造系统培训课程，与国家级专业教练员执教接轨。通过定制培训、青少年运动启蒙、赛事活动组织、文化交流、校园体育等领域的不断探索，培养青少年健康体魄、开放的心灵。

2016年国球舍创立了“小球大爱”独立公益品牌，定向关注偏远地区孩子们的运动梦想。小球大爱公益计划以“童享乒乓公益课堂”及“小球大爱公益联赛”两大子项目为抓手，捐助运动器材、助力乡村体育教育、组织城乡体育互动、建立志愿者教练员系统，持续为乡村地区青少年强健体魄、健康成长创造条件。在未来，“小球大爱”还会继续“用爱的力量，让梦想发芽”。

国球舍乒乓球俱乐部倡导将体魄教育全面融入青少年教育体系并将乒乓文化与中国文化创新融合，大力推进体教融合发展，通过与青苗国际双语学校合作开创“体育运动+国际教育”发展新思路，并与南海新区第二实验小学的达成发展共识，打造“学体共建、体教融合”发展新模式，实现学、训一体化教学，建立全链条教育体系，实现教育资源、训练资源深度共享，注重青少年乒乓球运动梯队建设，打造有学识运动好的新一代体育人才。



## 威海南海国家乒乓球训练基地简介

威海南海国家乒乓球训练基地坐落于山东省威海市南海新区，是山东半岛蓝色经济区的海洋经济新区，地处威海市南端，南领黄海，是威海城市发展“南延”的重要支撑点。2020年，为迎合威海市南海新区发展规划，努力打造乒乓胜地活力之城，乒乓球奥运冠军王楠创立威海南海乒乓球训练基地管理有限公司。基地建有四个乒乓球场馆，一号、二号馆主要用于承办大型赛事及国家队集训，三号馆作为热身及日常训练馆，承接青少年集训及冬、夏令营训练任务，四号馆是全民健身、青少年乒乓球技术培训的主要场地。配套建设亲见乒乓球主题酒店，室外训练场等附属设施，保障国家乒乓球队常驻南海新区开展竞赛集训，并以体育明星效应引进国际国内乒乓球高端体育赛事，吸引国内外体育爱好者集聚，打造全新体育赛事网红“打卡地”。其中比赛馆建筑面积1.86万平方米，按照国际赛事转播标准，高标准配置了场内照明、音频等设施，完全满足中央电视台4K高清转播及国际乒联重要国际赛事转播需求。

乒乓球馆建筑面积8438平方米，主要用于乒乓球群体活动或训练，可设置36块活动场地，空调可将空气流速控制在0.2~0.3米/每秒之内，温度恒定为20~25℃左右，完全满足国家队正常训练需求。

亲见乒乓球主题酒店建筑面积1.79万平方米，重点服务体育比赛运动员住宿、餐饮等，设有客房115间，配有水疗室，谈心谈话室等设施，满足休闲+住宿一体化生活。

威海南海国家乒乓球训练基地目前已成功举办2020全国乒乓球锦标赛、2020年国际乒联女子世界杯，男子世界杯赛、2021东京奥运会热身赛、2021中国乒乓球俱乐部超级联赛、2021全国青少年乒乓球锦标赛、2021国青国少选拔赛等全国性体育赛事。





国球舍



南海国家乒乓球训练基地