

2025년 부산광역시체육회장배 줄넘기대회



대회일시 : 2025년 6월 6일(금) 09:00 ~ 17:00

대회장소 : 기장체육관(기장대로 650)

주최·주관 : 부산광역시줄넘기협회

후 원 : 부산광역시체육회, 대한민국줄넘기협회

1. 추진배경

초·중·고학생과 일반인들의 기초체력 증진을 위해 실시한 줄넘기 운동이 동호회 확산과 더불어 학교에서는 학부모들과 학생들의 큰 호응을 얻고 있다. 이에 줄넘기 운동에 대한 흥미를 더욱 높이고, 나아가 체계적이고 과학적인 줄넘기 운동을 권장·보급하여 줄 하나로 부산광역시민들의 건강한 삶을 영위하고자 한다.

2. 목적

현대인의 바쁜 일상과 잘못된 식습관은 영양의 불균형과 운동 부족을 초래하였다. 그로 인해 현대인들의 기초체력은 낮아지고, 건강을 위협하는 요소들이 날로 심각해지고 있는 현실이다. 이에 언제, 어디서나, 누구나, 손쉽게 즐겁게 할 수 있는 줄넘기 운동을 통하여 짧은 시간 동안 본인 스스로가 건강을 증진하고 체력을 향상할 수 있도록 하고자 한다.

3. 대회 개요

- 가. 대회명칭 : “2025년 부산광역시체육회장배 줄넘기대회”
(2026년 부산광역시 대표선발 랭킹포인트 부여 1차 선발전)
- 나. 대회일시 : 2025년 6월 6일(금) 09:00 ~ 17:00
- 다. 대회장소 : 기장체육관 (기장대로 650)
- 라. 신청기간 : ~ 2025년 5월 17일(토) 24:00까지 1,500명 선착순
- 마. 참가대상 : 부산·경남 거주 유치·초·중·고·대학·일반인
(단, 부산광역시 대표선수 선발은 부산시 거주자에 한함.)
- 바. 접수방법 : 참가신청서 작성 후 이메일 접수 (메일주소: zhou-lee@hanmail.net)
- 사. 참 가 비 : 1인 20,000원 / 마스터부 1인 30,000원 (지도자 이름으로 입금 요망)
- 아. 입금계좌 : 농협 312-0126-7394-71(이미애 부산시줄넘기협회)
- 자. 주최·주관 : 부산광역시줄넘기협회
- 차. 후 원 : 부산광역시체육회, 대한민국줄넘기협회

4. 대회 일정

시간	내 용
08:00 ~ 08:30	등록
08:30 ~ 08:50	선수소집
08:50 ~ 09:00	스트레칭
09:00 ~ 09:20	개회식
09:20 ~ 17:00	개인전 및 단체전

※ 대회 일정은 협회 사정에 의해 변경될 수 있습니다.

5. 대회 방침 (유의 사항)

가. 참가종목 및 참가부

- 참가종목은 유치·초·중·고·일반부가 다르므로 대회 종목을 숙지하여야 한다.
 - 1인 최대 3종목** 출전 가능
 - 유치·초등부 : **개인전 중복 출전 금지** - 양발모아뛰기, 30초번갈아뛰기, 30초이중뛰기 중 택1
※ 단, 3중뛰기 경기의 활성화를 위해 개인전 중복 예외 종목으로 인정함
 - 중·고·일반부 : **개인전 중복 출전 가능** - 30초번갈아뛰기, 30초이중뛰기, 3중뛰기
 - 마스터부 : **개인전 30초번갈아뛰기, 3분뛰기, 3중뛰기만 중복 출전 가능**
※ 30초이중뛰기 출전 불가능

종목	유치부·초등부	중·고·일반부	마스터부
3분뛰기	출전 불가	출전 불가	출전 가능
양발모아뛰기	3종목 중 1종목만 출전 가능 (단, 양발모아뛰기는 유치부, 초등1부, 초등2부만 가능)	출전 불가	출전 불가
30초번갈아뛰기		출전 가능	출전 가능
30초이중뛰기			출전 불가
3중뛰기	출전 가능		출전 가능
2인번갈아뛰기			
2인맞서서뛰기			
4인스피드릴레이			
긴줄손가위바위보			

- 2인 전의 경우 연장자의 나이로 참가부가 결정된다.
- 마스터부 연령 구분은 2025년 12월 31일 기준 (만 나이, 생년월일)에 따라 결정된다.
 - 16세 미만 : 2010. 1. 1 및 이후 출생자**
 - 16세 이상 : 2009. 12. 31 및 이전 출생자**

나. 신호음

- 경기 신호음은 대한민국줄넘기협회 신호음이 사용된다.

다. 대회접수

- 신청기간 : **2025. 5. 17.(토) 24:00까지 선착순 1,500명** (참가비 완납 단체만 인정)
 - 기한 전에 **1,500명 접수 완료되면 추가 접수 불가**
- 지도자 혹은 선수의 연락처 및 주소를 바르게 기재하지 않아 추후 발생하는 불이익은 협회가 책임지지 않는다.
- 수정기간 : **5월 21일(수) 18:00까지 (수정 기간 내 증원 불가, 이후 모든 수정 불가)**
- 접수 현황은 지도자에게 문자로 통보하며, 선수 배번은 대회 본부에서 일괄적으로 만들어 경기 당일 등록부에서 등록을 마친 후 단체별로 수령한다.
- 문의 : 경기부장 고상철 010-9315-8895 / 참가 신청 및 수정 이미영 010-8991-2291
- 환불규정 : ~ 2025. 5. 21 - 취소 시 100% 환불
: 2025. 5. 22 ~ - 취소 시 환불 없음

라. 경기 운영 규정

- 선수 혹은 팀이 개인 사정으로 해당 종목 진행 시간에 도착하지 못할 시 추가 경기는 불가하다.
- 줄넘기는 경기 종목 규정에 적합한 줄을 사용하며, 긴줄손가위바위보 경기는 주최 측에서 준비한 줄을 사용한다.
- 모든 경기에서 선수들은 **반드시 경기에 적합한 신발을 신어야 한다.** (샌들, 하이힐, 맨발 금지)
- 경기의 계수 **오차 범위는 ±3**으로 한다. 단 **마스터부에 한하여 오차범위는 ±1**로 한다.

- 모든 소청은 단체지도자를 통해서 영상과 함께 대회 공식 밴드를 통해 접수하며 **소청비로 3만원을 납부**해야 한다. 소청에 대한 결과는 지도자에게 직접 통보한다.
(출전 종목 종료 후 20분 이내에 제출해야 한다.)
- 음주 및 뇌졸중, 협심증, 심근경색, 고혈압, 심장질환 등의 병증 의심자는 경기에 참여할 수 없다. 이를 무시하고 경기에 출전하여 발생하는 사고는 참가자 부주의로 인한 사고이므로 개인 또는 참가단체에 그 책임이 있으며 건강상 문제가 있는 사람은 대회 참가를 삼가야 한다.
- 별도로 정하지 않은 사항은 대회 본부에서 결정한다.

마. 영상 촬영

- 대회진행 중에 심판 또는 운영요원이 선수의 영상을 촬영할 수 있으며, 참가 신청을 완료한 선수 및 팀은 협회 경기 규정을 준수하기로 동의한다고 판단한다. 주치(협회)는 촬영된 모든 영상의 저작권, 사용권이 주치(협회) 측에 있다는 것에 동의한다고 간주한다.
- **우수선수의 영상은 인스타그램 등의 매체를 통해 협회 홍보에 사용될 수 있다.**

6. 경기 종목 및 요강

- **2026년 부산광역시 대표선발 랭킹포인트 부여 1차전**
- 부산광역시 대표선수 **랭킹포인트를 획득하기 위해서는 반드시 마스터부로 신청**해야 한다.
- 부산광역시 대표선수 선발 관련 안내 **<별첨 1>**을 참조한다.

가. 개인 경기 (남·여 구분 있음)

종목	참가부	경기 방법 및 규정
양발 모아뛰기	유치부	1) 줄 넘는 방법은 양발모아뛰기이며 30초간 실시한다.
	초등 1부	2) 시작신호에 의해 양발모아뛰기를 하며 양발이 줄을 넘을 때만 계수한다.
	초등 2부	3) 넘는 중간에 줄이 걸리게 되면 계속 이어서 넘는다. 4) 시작신호 전에 줄이 움직이면 부정 출발로 간주하며, 계수에서 5개를 뺀다. 5) 동 순위 발생 시 재경기를 하지 않고 공동 시상 한다.
30초 번갈아뛰기	유치부	1) 줄 넘는 방법은 번갈아 뛰기이며 30초간 실시한다.
	초등부(학년별)	2) 시작신호에 의해 번갈아뛰기를 하며 오른발 아래로 줄이 완전히 통과 할 때만 계수한다.
	중·고·일반부	3) 넘는 중간에 줄이 걸리면 계속 이어서 넘는다.
	마스터부(16세 미만)	4) 시작신호 전에 줄이 움직이면 부정 출발로 간주하며, 계수에서 5개를 뺀다.
	마스터부(16세 이상)	5) 동 순위 발생 시 재경기를 하지 않고 공동 시상한다. * 개인 랭킹포인트 종목 (랭킹포인트는 마스터부에서만 지급) * 마스터부 1-8위 내 동 순위 발생 시 재경기를 한다.
30초 이중뛰기	유치부	1) 시작신호에 의해 뛰기를 하며 2중뛰기만 계수한다.
	초등부(학년별)	2) 30초간 이중뛰기를 한 횟수를 기록한다.
	중·고·일반부	3) 넘는 중간에 줄이 걸리게 되면 계속 이어서 넘는다. 4) 시작신호 전에 줄이 움직이면 부정 출발로 간주하며, 계수에서 5개를 뺀다. 5) 동 순위 발생 시 재경기를 하지 않고 공동 시상한다.
3중뛰기	초등부	1) 시간은 제약이 없으며, 연결된 3중 뛰기만 을 계수한다.
	중·고·일반부	2) 기회는 한 번이다. 단, 기록이 20회 미만이면 다시 한번 기회를 부여한다. 3) 동 순위 발생 시 재경기를 하지 않고 공동 시상한다.
3분뛰기	마스터부(16세 미만)	1) 줄 넘는 방법은 번갈아 뛰기이며 3분간 실시한다.
	마스터부(16세 이상)	2) 시작신호에 의해 번갈아뛰기를 하며 오른발 아래로 줄이 완전히 통과 할 때만 계수한다. 3) 넘는 중간에 줄이 걸리면 이어서 넘는다. 4) 시작신호 전에 줄이 움직이면 부정 출발로 간주하며, 계수에서 5개를 뺀다. 5) 동 순위 발생 시 재경기를 하지 않고 공동 시상한다. * 개인 랭킹포인트 종목 (랭킹포인트는 마스터부에서만 지급) * 마스터부 1-8위 내 동 순위 발생 시 재경기를 한다.

나. 2인 경기 (남·여 구분 없음)

종목	참가부	경기 방법 및 규정
2인 변갈아뛰기 (1분)	유치부	1) 2명이 한 팀이 되어 동시에 입장한다.
	초등 1, 2부	2) 앞을 보고 옆으로 나란히 서서 줄넘기 손잡이를 각각 바깥쪽 (왼쪽 사람은 왼손, 오른쪽 사람은 오른손) 손으로 잡고 한 번씩 교대로 넘는다.
	초등 3, 4부	3) 시작신호에 의해 시작하고 오른쪽 사람이 줄을 넘을 때만 계수한다.
	초등 5, 6부	4) 넘는 중간에 줄이 걸리게 되면 계속 이어서 넘는다.
	중·고·일반부	5) 시작신호 전에 줄이 움직이면 부정 출발로 간주하며, 계수에서 5개를 뺀다. 6) 동 순위 발생 시 재경기를 하지 않고 공동 시상한다.
2인 맞서서뛰기 (1분)	유치부	1) 2명이 한 팀이 되어 동시에 입장한다.
	초등 1, 2부	2) 마주 보고 서서 한 사람이 줄을 돌리고 함께 줄을 넘는다.
	초등 3, 4부	3) 넘는 중간에 줄을 돌리는 사람을 바꿀 수 있다.
	초등 5, 6부	4) 넘는 중간에 줄이 걸리게 되면 계속 이어서 넘는다.
	중·고·일반부	5) 시작신호 전에 줄이 움직이면 부정 출발로 간주하며, 계수에서 5개를 뺀다. 6) 동 순위 발생 시 재경기를 하지 않고 공동 시상한다.

다. 단체경기 (남·여 구분 없음)

종목	참가부	경기 방법 및 규정							
4인 스피드릴레이 (120초)	초등부	1) 경기시간 : 4명 × 30초 = 120초 2) 경기순서 : 1번부터 4번 선수까지 모두 번갈아뛰기로 한다. 3) 선수위치 : 1번과 2번이 앞줄에 3번과 4번이 뒷줄에 선다. 4) 선수교체 : 1번 선수 끝나는 신호와 동시에 2번 선수가 번갈아뛰기를 한다. 이때, 1번 선수는 3번 선수와 자리를 바꾼다. 2번 선수 끝나는 신호와 동시에 3번 선수가 번갈아뛰기를 한다. 이때, 2번 선수는 4번과 자리를 바꾼다.							
	중·고 일반부	5) 부정출발 및 부정교체 시 각각 계수에서 5회를 뺀다. (예 : 부정 출발 및 부정교체 3회 시 15회 뺀) 6) 계수방법 : 30초번갈아뛰기와 동일한 방법으로 계수하고 4명의 기록을 합산하여 순위를 결정한다. 6) 동 순위 발생 시 재경기를 하지 않고 공동 시상한다.							
긴줄손 가위바위보	통합부 (10명)	1) 줄은 4m 구슬 줄을 대회 본부에서 준비하고 인솔심판이 줄을 돌린다. 2) 줄에 들어가서 상대 선수와 마주 보고 뛰면서 머리 위로 손을 높이 들어 가위·바위·보를 한다. 3) 가위·바위·보를 해서 진 사람은 줄 밖으로 나가 정렬하고, 이긴 선수는 연속하여 다음 들어오는 선수와 가위·바위·보를 한다. 4) 10명의 선수를 먼저 이기는 팀이 승리하게 된다. 5) 8강 토너먼트 경기로 진행하며, 조별 1위, 2위, 3위(2팀) 시상한다.							
		※ 원활한 경기 진행을 위해 각 단체별 참가 인원수에 비례하여 참가팀 수를 제한합니다. 단체별 전체 참가 선수 20명당 1팀 출전 가능. <table><tr><td rowspan="2">예 시</td><td>1 팀</td><td>2 팀</td><td>3 팀</td><td>...</td></tr><tr><td>20~39명</td><td>40명이상</td><td>60명이상</td><td>...</td></tr></table>	예 시	1 팀	2 팀	3 팀	...	20~39명	40명이상
예 시	1 팀	2 팀		3 팀	...				
	20~39명	40명이상	60명이상	...					

라. 시상 규정

구분	시상 훈격	시상 대상	비고
개인경기 2인 경기 4인스피드릴레이	대상	금상 범위 내 상위 5팀	메달 & 상장
	금상	금상 범위 내의 기록자	상장
	은상	은상 범위 내의 기록자	
	동상	동상 범위 내의 기록자	
긴줄손가위바위보	1위~3위(2팀)	조별 상위 4팀	트로피 & 상장
최우수지도자	50명 이상 선수 참가 지도자		명판 또는 트로피 & 상장
우수지도자	20명 이상 선수 참가 지도자		스피드줄넘기 5개 & 상장

마. 시상 범위

종목	참가부	금상	은상	동상
양발모아뛰기 (남, 여)	유치부	50 이상	49-40	39-30
	초등1부	60 이상	59-50	49-40
	초등2부	70 이상	69-60	59-50
30초 번갈아뛰기 (남, 여)	유치부	27 이상	26-22	21-17
	초등1부	30 이상	29-25	24-20
	초등2부	32 이상	31-27	26-22
	초등3부	37 이상	36-32	31-27
	초등4부	42 이상	41-37	36-32
	초등5부	47 이상	46-42	41-37
	초등6부	50 이상	49-45	44-40
	중·고·일반부	56 이상	55-51	50-46
	마스터부 (16세 미만)	75 이상	74-70	69-65
	마스터부 (16세 이상)	80 이상	79-75	74-70
30초 이중뛰기 (남, 여)	유치부	20 이상	19-15	14-10
	초등1부	30 이상	29-25	24-20
	초등2부	35 이상	34-30	29-25
	초등3부	40 이상	39-35	34-30
	초등4부	45 이상	44-40	39-35
	초등5부	50 이상	49-45	44-40
	초등6부	55 이상	54-50	49-45
	중·고·일반부	60 이상	59-55	54-50
3중뛰기 (남, 여)	초등부	26 이상	25-20	19-10
	중·고·일반부	31 이상	30-20	19-10
3분뛰기 (남, 여)	마스터부 (16세 미만)	360 이상	359-340	339-320
	마스터부 (16세 이상)	370 이상	369-350	349-330
2인 번갈아뛰기	유치부	25 이상	24-20	19-11
	초등 1, 2부	30 이상	29-25	24-20
	초등 3, 4부	35 이상	34-30	29-25
	초등 5, 6부	40 이상	39-35	34-30
	중·고·일반부	50 이상	49-45	44-40
2인 맞서서뛰기	유치부	60 이상	59-50	49-40
	초등 1, 2부	80 이상	79-70	69-60
	초등 3, 4부	100 이상	99-90	89-80
	초등 5, 6부	120 이상	119-110	109-100
	중·고·일반부	140 이상	139-130	129-120
4인 스피드릴레이	초등부	180 이상	179-150	149-120
	중·고·일반부	200 이상	199-170	169-140

별첨 1

2026 부산광역시 대표선수 선발 관련 안내

가. 2026 부산광역시 대표선수 선발 방식

- 대 회 명 : 1차 선발전 - 2025년 부산광역시체육회장배 줄넘기대회
2차 선발전 - 제8회 부산광역시장배 줄넘기대회
3차 선발전 - 제15회 부산광역시협회장배 개인프리스타일 & 음악줄넘기대회
- 선발 인원
 - 개인전 남·여 **각 5명** (동점자 발생 시 프리스타일 순위 순으로 선발)

구분	순위	명칭	나이 기준
16세 미만	1위 ~ 5위	주니어 부산광역시 대표	2010. 01. 01. 및 이후 출생자
16세 이상	1위 ~ 5위	부산광역시 대표	2009. 12. 31. 및 이전 출생자

• 선발 방법

- 1차, 2차, 3차 선발전에서 개인별 획득한 **랭킹포인트를 합산**하여 상위 5명을 선발한다.
- 부산광역시 대표 선발대회에 **연간 2회 미만 참여시 당해연도 랭킹포인트가 높아도 선수로 선발될 수 없다.** (프리스타일 마스터부는 **필히 1회 이상 참가하여야 한다.**)
- 선수의 개인전 및 프리스타일 기록이 내부 기준 미달 시 협회는 해당 선수를 대표로 선발하지 않을 수 있다.
- 대한민국 줄넘기협회가 발급한 지도자자격을 보유하지 않은 지도자가 이끄는 단체에 소속된 선수는 **부산광역시 대표로 선발될 수 없다.** (자격증을 소지하였더라도 당해연도 **지도자 보수교육 미이수 지도자는 지도자 자격증을 소지하지 않은 것으로 간주한다.**)

• 랭킹포인트 부여 종목 (**반드시 마스터부로 신청해야 랭킹포인트 획득 가능**)

- 종목 : 30초번갈아뛰기, 3분뛰기, 개인프리스타일

나. 랭킹포인트 지급

- 스피드 경기 (30초번갈아뛰기, 3분뛰기)

	8인 이상 참가부	7인 참가부	6인 참가부	5인 참가부	4인 참가부	3인 참가부	2인 참가부	1인 참가부
1위	10점	9점	8점	7점	6점	5점	4점	3점
2위	9점	8점	7점	6점	5점	4점	3점	
3위	8점	7점	6점	5점	4점	3점		
4위	7점	6점	5점	4점	3점			
5위	6점	5점	4점	3점				
6위	5점	4점	3점					
7위	4점	3점						
8위	3점							

• 프리스타일 경기

	8인 이상 참가부	7인 참가부	6인 참가부	5인 참가부	4인 참가부	3인 참가부	2인 참가부	1인 참가부
1위	20점	18점	16점	14점	12점	10점	8점	6점
2위	18점	16점	14점	12점	10점	8점	6점	
3위	16점	14점	12점	10점	8점	6점		
4위	14점	12점	10점	8점	6점			
5위	12점	10점	8점	6점				
6위	10점	8점	6점					
7위	8점	6점						
8위	6점							

유의 사항

2025 부산광역시체육회장배 줄넘기대회

제8회 부산광역시장배 줄넘기대회

제15회 부산광역시협회장배 개인프리스타일 & 음악줄넘기대회

부산광역시 대표 랭킹포인트를 획득하기 위해서는

반드시 마스터부(16세 미만부, 16세 이상부)에 출전 신청하여야 한다.