全民健身线上运动会

全国老年人体育健身展示活动乒乓球项目规程

一、组别

1. 家庭展示组：家庭成员间（夫妻、子女、祖孙、兄弟姐妹等）自由组合，单打、双打均可，体现家庭和睦、家庭成员间运动精神的传承。
2. 居家展示组：以居家环境为背景，创新乒乓球技战术训练方式，形式不限。
3. 基本功展示组：发球和正反手击球。在正规球台上展示击打对方球台左、中、右三个标志物（如380ml空矿泉水瓶），每个标志物各击10次，每击中一次1分。整套动作一次性完成，视频完整，不能剪辑。
4. 精彩瞬间展示组：以近两年正规比赛为场景的实战展示视频，体现技术性和观赏性，单打、双打均可。报送单位对视频的真实性负责。
5. 自选展示组：报送富有趣味性、观赏性、创意性的乒乓球技能展示视频，形式不限。

二、参加办法

（一）年龄：家庭展示组视频中有一位以上老年人参加，其余组均为老年人，男子60岁以上，女子55岁以上。

（二）服装符合乒乓球比赛要求，视频清晰，视频时长不超过2分钟，可配文字或声音解说。

三、奖项设置

五个组根据报送视频的数量分别评选一、二、三等奖。

四、联系方式

中国老年人体协乒乓球专委会

联系人:黄鲁川 电话：13505430098

联系人:刘珊珊 电话：15550258633