

第 51 届中国·宜宾“万里长江第一渡” 冬泳横渡活动方案

一、组织架构：

（一）主办单位：宜宾市游泳协会、宜宾市翠屏区游泳协会、宜宾市叙州区游泳协会

（二）指导单位：宜宾市体育事业发展中心、宜宾市翠屏区教育和体育局、宜宾市叙州区教育和体育局

（四）支持单位：中国工商银行股份有限公司宜宾分行、宜宾五粮液仙林生态酒业有限公司

二、规模、时间、地点及活动项目及线路：

活动规模：1200 人

活动时间：2026 年 1 月 1 日 14:00-18:00

活动地点：宜宾市长江水域合江门地标广场至南岸长江公园水幕广场段举行。

活动项目及线路：

项目一：团队畅游横渡（直线距离约 1200 米）

项目二：个人抢渡赛（直线距离约 1200 米）

起点：合江门广场长江零公里

终点：南岸长江公园水幕广场

(一) 男子 A 组 18-45 岁 (报名满 60 人截止)

(二) 男子 B 组 46-65 岁 (报名满 60 人截止)

(三) 女子组 18-65 岁 (报名满 60 人截止)

补充说明:

1.个人抢渡赛男子 A 组报名人数不足 12 人,取消该组别;个人抢渡赛男子 B 组报名人数不足 12 人,则并入男子 A 组。

2.个人抢渡赛女子组报名人数不足 12 人,取消该项比赛。3.

若 A、B 组合并后,参赛人员仍不足 12 人,取消该项比赛。

4.报名项目被取消,不愿意转入其他个人抢渡赛组别或畅游

项目的报名人员可申请退费。5.各组别满 50 人以上,则录取

前 20 名,不满 50 人,录取名次按参赛人数的 40%录取。

五、比赛办法

(一) 各组参赛员必须凭本人身份证,到指定地点按裁判组要求,参加检录、编排次序,等候发令员发令出发,游到终点领取名次牌。

(二) 以各组别参赛队员到达终点的先后录取名次。

六、奖励办法

组委会将对参加抢渡赛比赛中,每个组优胜的参赛队员予以奖励。

第一名 3000 元+奖牌+品牌酒水

第二名 2000 元+奖牌+品牌酒水

第三名 1000 元+奖牌+品牌酒水

第四名 500 元+奖牌

第五名至第十名 300 元+奖牌

第十一名至第十五名 200 元+奖牌

第十六名至第二十名 100 元+奖牌

七、仲裁委员会、裁判长、裁判员：

（一）仲裁委员会：（待定）

（二）裁判长：梁颖

（三）裁判员：20 人

八、参加对象：

全国游泳团体代表队。

九、游泳技能及责任书要求。

参加活动的团体，领队必须把控本队参赛员身体健康，须在 11——15 度的水温中不计时间、不限泳姿、连续游完 2000 米，方能准予报名，并签订《自愿参加万里长江第一渡活动责任书》（**责任书见附件一**）。

十、组委会要求

参赛者应提供半年内县级以上医疗机构的体检报告。

（一）有以下疾病者严禁参加活动（参赛领队务必严格审核，并对审核结果签字负责）：

1.先天性心脏病和风湿性心脏病；

- 2.高血压和脑血管疾病；
- 3.心肌炎和其他心脏病；
- 4.冠状动脉病和严重心律不齐；
- 5.血糖过高或过低的糖尿病；
- 6.皮肤表面有创伤的；
- 7.不适合本项运动者。

(二)赛前医疗保障

邀请急诊科医生3名，专业急救护士6名，急救设备(药箱)3套、氧气袋3个、急救车两台，医疗志愿者6名，于设立主分会场医疗点，随时应对突发状况。

(三)赛中医疗保障

待开幕式结束后，以上医疗人员分为三组，以医生为队长，配置专业护士2名、医疗自愿者2名、及相应急救设备一套，分别在入水区、江中救生船、登岸区设置医疗保障点，随时应对突发情况。

(四)赛后医疗保障

赛后医疗保障主要是参赛参赛员登岸后的医疗安全问题，由于天气寒冷，水温低，可能会有部分运动出现应激反应，或是身体不适。待最后一组下水后，可将入水区医疗保障队用渡船载至登岸区，协同该区的医疗保障点一起完成赛后的医疗保障。

比赛结束后，确认所有参赛员无头晕、胸闷、胸痛、呼吸困难等不适，医疗保障队方可离开。

十一、水上船只救援工作

（一）浮球标识指示：使用浮球安装较为醒目的线路指示牌，确保横渡人员在横渡过程中能明确横渡线路，顺利到达终点。

（二）船只救援工作：安排 10 只机动救援船只沿线跟进，每只救援船只配备两名救生员及相应的救生设备，对没有在规定线路内以及遇险人员进行救援。

（三）需要其他组配合的工作：需要陆上秩序维护人员，在下水点对下水人员进行管控，做到下水人员有序下水。

（四）由各参加团体领队负责，严格把关报名资格及年龄，确保参加参赛员的姓名、身份证号码准确无误，以便购买保险。每队自行配备随队护游员，保护本队人员安全。所有参与活动（畅游横渡、个人抢渡赛）的队员，必须佩戴游泳专用漂包（跟屁虫）。

（五）团队畅游横渡活动，以方阵队形前进，参加人员必须听从指挥，服从安排，遵守安全规定，在活动过程中如有身体不适，应立即向救生船举手示意。工作人员有权终止该参赛员当下的行进状态，进行收容。团队畅游横渡设立关门时间，90 分钟后赛道清场，未完成畅游横渡者强制收容。

上岸后各队负责人，负责清点本队人数，报告完赛终点组，宣告完成横渡活动，领队签字确认后，方可离开。

（六）执行国家体育总局游泳运动管理中心制定的有关竞赛规定和本次比赛制定的管理办法。按男子组、女子组分别进行比赛，出发站位顺序抽签排列。凡出现抢跳、拉拽其他参赛员者，取消比赛成绩。

参赛员比赛服装、泳镜自备，不得穿防寒泳衣（包括胶衣），不能使用潜水呼吸器和手、脚蹼等有助泳速的器材，违者以犯规论处。现役运动员和退役不满三年的运动员不能报名参赛。参赛员出现身体异常或逾越比赛区域裁判员有权终止该参赛员比赛。比赛设关门时间 40 分钟，在 40 分钟未游完全程者，不再计取成绩。凡冒名顶替和弄虚作假者，取消本人比赛成绩。

十二、活动程序与线路流程

（一）团体畅游横渡：各参与团体在合江门地标广场按指定位置列队，参加开幕式，待发令枪响后，各队依次步入零公里警戒线处下水（现场专用警戒通道，安排专人引导，严格按组别道次下水）。

（二）个人抢渡赛：参赛队员检录后，由男子组 A 先下水，5 分钟后，男子 B 组下水；再 5 分钟后女子 A 组下水，再 5 分钟女子 B 组下水，以各组参赛人员到达终点的先后顺序录取名次（如有因违规被取消获奖名次者，顺次递补）。

十三、报名和报到

(一)各单位最迟于 2025 年 12 月 22 日前必须将报名资料及报名费，以微信、QQ 等方式报给组委会，注意：参加人员名额报满或逾期不予受理。报名费 100 元/人（采用指定账号收费，请各参赛队务必注意：付款前与鄢和敏核对报名人数及金额；付款后将付款截图发鄢和敏确认）。组委会联络人：鄢和敏（电话：15196961708；微信： yhm19690523；邮箱：1448745154@qq.com）。

收款信息：

名称：宜宾市游泳协会

开户银行：中国工商银行股份有限公司宜宾北大街支行

银行账户：2314 5072 0902 6430 762

付款请扫码



工银e生活



银联



微信支付



支付宝

付的放心 收的省心



宜宾市游泳协会

231486410005

ICBC



由中国工商银行提供
收款服务

(二) 报到：各领队于 2025 年 12 月 31 日召开领队会议时将本团队盖有鲜章、参赛人员签字的《自愿参加“万里长江第一渡”活动责任书》交组委会报到处签到，才能视为报名成功，未按时提交责任书则视为放弃参加。

(三) 领队会议程

时间	环节	地点
9:00-12:00	报到，交材料，领参赛包	另行通知
13:30-16:00	报到，交材料，领参赛包	另行通知

13:30-14:00	试游集合	合江门广场
14:00-15:00	领队和安全员试游 救援艇演练	合江门-水幕广场
15:00-16:00	转至领队会会场	另行通知
16:00-18:00	技术会（领队会）	另行通知

（四）开幕式议程

待定

（五）颁奖议程

待定

（六）退费政策：因个人原因退赛，报名费不退；因不可抗力（如场地管控、恶劣天气、自然灾害等）活动取消，可申请退费。

十四、近几年宜宾地区水文气象平均情况

平均水温：17℃左右

气温：12℃左右

十五、本规程最终解释权属组委会



附件一：

《自愿参加“万里长江第一渡”活动责任书》

一、我完全了解自己的健康状况良好，没有任何身体不适或疾病（包括先天性心脏病、风湿性心脏病、高血压、脑血管疾病、心肌炎、其他心脏病、冠状动脉病、严重心律不齐、血糖过高或过低及其它不适合游泳运动的疾病）。因此我郑重声明，可以正常参加第 51 届中国·宜宾“万里长江第一渡”冬泳横渡活动。

二、我充分了解本活动期间有潜在的危險，以及可能由此而导致的受伤或事故，我会竭尽所能，以对自己安全负责任的态度参赛。

三、我本人愿意遵守本次横渡活动的所有规则规定；如果本人参加活动过程中发现或注意任何风险和潜在风险，本人将立刻终止参加活动及告知组委会。

四、我本人对自测 2000 米距离负责，能够完成本次横渡活动。

五、我本人以及我的继承人、代理人、个人代表或亲属将放弃追究主办方及组委会、比赛赞助商、比赛组织者、比赛裁判员和工作人员的任何责任。

六、我同意接受主办方在横渡期间提供的现场急救性质的医务治疗，但在医院救治等发生的相关费用由本人负担。

七、大会组委会将会为每个参赛队员购买保险，要求实名制，如果参赛队伍提供的姓名和身份证有误，不能购买保险，责任由参赛队及参赛队员自行负责。

八、“凡参加万里长江第一渡活动的人员，在自己所在团队的组织下，需在水温 11 度——15 度江水中不计时游完 2000 米，经本队测试合格，方可在本队报名参加此次活动”请各队严格把关。

本人已认真阅读全面理解以上内容，且对上述所有内容予以确认并承担相应的法律责任，本人签署此责任书纯属自愿。

九、凭此责任书报道。

代表队盖章：

参与者签名：

2025 年 12 月

附件二：

第 51 届中国·宜宾“万里长江第一渡” 冬泳横渡活动《团体报名表》

团队名称：									
领队姓名：					领队电话：				
序号	姓名	性别	身份证号码	护游员	报名项目				备注
					畅游横渡	个人抢渡 男子 A 组	个人抢渡 男子 B 组	个人抢渡 女子组	

注：1、报名表必须打印；

2、不接受任何形式的个人报名，各单位必须对参赛参赛员自行测验，需具备 2000 米开放水域游泳能力，未测责任自负；

3、参加畅游横渡或个人抢渡赛的参赛员及对应项目需在报名表相应表格内上打“√”，如报名表格不够可自行增加。