

2025年“奔跑吧·少年”

全国青少年棒球公开赛大连分站赛竞赛规程

一、相关单位：

主办单位：中国棒球协会

指导单位：大连市体育局 大连市体育总会

承办单位：大连市棒球协会

协办单位：大连财经学院

合作单位：大连金百味集团有限公司

二、竞赛时间、地点

2025年8月10日至8月16日。地点：大连

三、竞赛组别

U8组、U10组、U12组。（每组不少于4支球队）

U8 组：（教练竖抛打组）（T-ball组）

U10 组：（投手投打组）（教练投打组）

U12组：投手投打

U10组 U12组 投手投打组冠军球队参加中国棒球协会年度总决赛。

四、参赛资格

（一）开展棒球运动的学校以及俱乐部

（二）参赛年龄：

U8 组：2016. 9. 1 以后出生（超龄2016. 1. 1-2016. 8. 31）

U10组：2014. 9. 1 以后出生（超龄2014. 1. 1-2014. 8. 31）

U12组：2012. 9. 1 以后出生（超龄2012. 1. 1-2012. 8. 31）

超龄球员每队限报2人，登录在报名表最后。比赛不可担任投手

以上报名年龄仅限大连站比赛。

（三）报到时需提供身份证等能证明出生日期的证件以备查验，不能供原件者，取消比赛资格。

（四）一名运动员只能代表一个省市参赛，报名参加分区赛、分站赛

的运动员不得变更省市参加总决赛。

(五) 参赛球员须持有1星级评定证书

U12组球员须持有4星级评定证书

(六) 必须签署参赛免责声明责任书。

(七) 运动员必须提交近期医院体检证明、或报名单位证明其身体健康后方可报名参赛。各报名单位必须给参赛运动员办理人身意外伤害保险，并向大会出示保单复印件或证明。

(八) 凡弄虚作假、虚报年龄、冒名顶替者，一经查明立即取消全队参赛资格和比赛成绩，已完成的比赛结果不再改变，其被取消的名次依次进行递补

五、参赛办法

(一) 以协会、学校或俱乐部为参赛单位。

(二) 每队限报名 23人，其中领队1名，教练员3名，队医1名，运动员 18名；报名时可增报 2 名替补队员，赛前技术会议上进行最后的更换和确认，不在替补名单上的运动员一律不接受更换。

(三) 分站赛各组别冠军球队可参加年底总决赛、并有所在省市协会或体育局盖章，未经中国棒球协会书面同意，不得无故退出比赛。

(四) 各队差旅费、伙食费、住宿费、参赛费、医疗费自理。承办单位将就具体接待工作发补充通知，参赛队在承办单位指定地点住宿就餐，不允许退伙。

(五) 参赛队需向赛事组委会交 3000 元参赛保证金，赛前技术会前未缴纳保证金的不得参赛。比赛期间如无违规情况，赛后15天之内退返保证金。（支付账户由组委会指定账户）

六、竞赛办法

赛制：根据报名队数确定比赛方法。

(一) 4队以上（含4队）6队一下（不含6队）参赛采用单循环或双循环，确定名次赛。

(二) 6队以上（含6队）采用分组循环赛，或交叉赛，确定名次赛。

(三) 特殊情况处理；

比赛开始前，依据各组报名参赛球队数量以及突发情况或赛期限制等原因，组委会有权对竞赛办法进行修订。比赛过程中，如遇天气或其它特殊情况，

不能按原计划进行比赛，每天每队可安排场2场或以上比赛，组委会有权对比赛时间和办法做出决定。

（四）循环赛排名方法及确定名次：

1. 胜一场得2分，平一场得1分，负一场得0分，积分多者名次列前。
2. 如遇积分相等，按下列规定决定名次：
 - ①两队积分相同，相互间胜者名次列前。
 - ② 所有比赛的失分多少确定名次，少者名次列前。
 - ③ 所有比赛的得分多少决定名次，多者名次列前。
 - ④抽签确定名次。
3. 确定名次比赛如遇平局则进行延长局，第一局开始在一二垒放置跑垒员（跑垒员为当局首棒打者的前2名棒次球员）。

（五）竞赛编排

竞赛编排由赛会组委会确定，（按报名先后排列组别）除非组委会会有紧急情况，原则上不得调整赛程安排。

（六）竞赛规则

1. 采用中国棒球协会审定的 2018年版《棒球竞赛规则》
2. U10组：投球距离 14.02，垒间距 18.29 米；
U12组：投球距离 15.54 米，垒间距 22.86 米；
3. U10组、U12组每场比赛为6局或1.5小时，以先到为准(有效局为4局)。
4. 双方比分相差10分及以上时，四局可结束比赛；双方比分相差15分及以上时，三局可结束比赛。
5. 参赛队应于比赛前30分钟提交上场队员名单。
6. 裁判员宣布交换攻守后, 双方队员要迅速完成交换，于1分钟内各就各位，准备比赛。
7. 防守队教练员同一局中对同一投手只能进场指导1次。该局中第2次对该投手进场指导时，必须更换投手。防守队教练员每场比赛可指导投手3次自第四次起，每次进场指导需更换投手。教练员进场与任何一名队员交谈后，由该名队员与投手交谈，视同于教练员指导投手1次。
8. 请各队教练员于赛前技术会议上提交最终的完整运动员名单及背号至记录员处备案。
9. 不执行 DH 规则。

10. U10组跑垒员要等到投球到达本垒板上方时方可离垒。在一场比赛中队伍整体计次数，跑垒员第一次提前离垒警告，第二次及之后直接判出局。
11. U10教练投打组比赛将采用教练投球（投球距离10米），每名球员有3次击球机会，如3个球都没有击入有效区，则直接判定击球员出局。第3个球若形成界外球，击球员继续击球，直至不出现界外球或挥棒落空为止。不允许触击，如击球员触击直接被判出局。
12. 投球教练妨碍防守：投球教练故意触碰被击出的球或者出现其它故意妨碍守备的行为，判“妨碍守备”为死球局面，击球员直接被判出局，垒上跑垒员回原垒位。如果被击出的球直接击中投球教练，死球局面，判界外球。

（七）投球限制

1. U10 U12组每名投手限投二局、蹬板即为1局。延长局依旧沿用此项规定，如遇同一局更换投手，每名投手各记一局。如因投手超局投球，一经发现，必须更换投手，场上局面有效，如教练员拒绝更换投手，则裁判员判该队该场比赛0:20告负
2. 投手投出一变化球时，除判“一球”外，主裁要向该投手以及主教练提出警告，如再投出变化球，除再判“一球”外，主裁再严厉地向该投手以及主教练提出警告，第三次仍投出变化球，该投手不能继续担当本场比赛投手。

（八）服装和器材

1. 各队应准备深、浅颜色两套服装，上场比赛服装必须统一。 要求两套比赛服装背号相同、号码清晰。
2. 服装上不允许缝系金属闪亮物和佩戴带尖带钉的饰物。
3. 比赛时接手须穿戴头盔、护胸、护面、 护喉、护腿、护裆， 运动员穿棒球软钉鞋，击球员和跑垒员必须戴本队统一双耳头盔。比赛中在指导区的教练员或本队队员必须与同队服装一致并佩带头盔，否则不能进入指导区。
4. 球棒使用参照《中国棒球协会关于印发 2024 年青少年和女子棒球锦标赛等赛事球棒要求的通知》（中棒协字〔2024〕5 号），赛前技术会进行球棒检查，球棒长度不得超过 83.8 厘米（33 英寸），直径不得超过6.7 厘米（2.625英寸），最粗处直径不得小于 5.7 厘米（2.25 英寸）。认证标准：若球棒不是纯木质或纯铝棒，则棒球棒性能因数BPF，不得超过 1.15。如果球棒上没有明显的BPF认证标识，则须出具制造商证明或同等效力证明，比赛使用金属棒，需有生产商和型号标识，无标识、标记不清晰以及定制球棒(非标准型号)，均视为不合格。不得使用碳棒和二段式复合球棒。赛前技术会进行球棒

检查，对合格球棒粘贴检查合格标志或拍照，无合格标志的球棒不得在比赛中使用。

5. U8组比赛用球为组委会提供软式球（J型号）

U10 组比赛用球为布瑞特BR350棒球（教练投打使用软式棒球M型号）

U12 组比赛用球为布瑞特 BR300 棒球

U8组（教练竖抛）（T-ball组）相关规则

U8（教练竖抛）

比赛场地：垒间距15.24米；

比赛用球：由赛会统一提供球（白色橡胶球J/C直径69mm重量约129g）

比赛时间：单场比赛60分钟或者打满5局（3局为有效比赛），比赛时间仅剩5分钟时将不再重开新局. 如上半局打完，后攻队伍分数较高或者三出局前比分超过对方，则判定获胜且立即结束比赛。

攻守交换：3出局或者单局满6分进行攻守交换。执行单局6分强制交换攻守时，该局的残垒将自动清零。

一垒和本垒攻防：一垒双垒位，一个白色垒位防守队使用，一个橙色垒位，跑一垒时候必须踩踏橙色垒位，踩错或漏踩算出局，局面为死球局面；如果防守队踩错一垒垒位，算跑垒员安全，多垒跑时进攻队都可以踩踏。为避免冲撞，越过三垒与本垒间限制线跑向本垒的跑垒员，跑过与本垒板平行的延长线即可。防守队员只能踩踏防守垒。本垒没有触杀. 如遇触杀，触杀无效，得分有效. 为继续比赛局面。

击球：比赛将采用教练在对侧击球区竖抛球，每名球员有3个球机会，如3个球都没有击入有效区，则直接判定击球员出局。（有效区为距离本垒板5米外，距离本垒板起点划3米弧线，如果击出的球静止在3米线内计一击如第三击直接出局，为死球局面）第3个球若形成界外球，击球员出局。

进攻半局出场球员9人依次击球，结束后攻守交换不计残垒，第九棒轮击后如果被封杀或接杀则垒上跑垒员得分无效，无残垒。

抛球教练：教练抛球位置击球员对面下手将球抛出。不可进入场内指挥跑垒，如进入场内大声指挥进攻跑垒，主裁判可直接判罚击球员出局。

安全：击球员和跑垒员必须始终佩戴双耳头盔，击球员未佩戴头盔上场裁判员应立即暂停比赛，并对击球员提出警告，警告后仍拒不佩戴者应直接判罚出局。捕手应穿戴全套捕手护具。

跑垒：禁止提前离垒，跑垒员在击球员棒触球后才可离垒，在一场比赛中，队伍整体计次数，跑垒员第一次提前离垒警告，第二次及之后直接判出局。高飞球接杀，跑垒员回原有垒位。

垒间设立返垒限制线，超越限制线只能跑向下一垒位，下一垒位防守球员踏垫封杀即可，三垒至本垒越过限制线后跑向本垒时跑过本垒板延长线即可，不用踩踏本垒板。

甩棒：若出现甩棒的情况，对该球队第一次予以警告，第二次判罚击球员出局。

提前结束比赛：小组赛及对位排名赛阶段，3局相差15分，4局相差10分即可结束比赛；在同等局数的情况下，如距离比赛结束时间少于5分钟，可提前结束比赛；如后攻队领先，但距离比赛结束少于5分钟，可提前结束比赛。

提前开赛：比赛球队必须提前半小时提交比赛上场名单，即在秩序册上排定的赛程开始时间前半小时内向记录裁判提交名单。若有比赛提前结束，大会将提前开始下一场比赛，如遇比赛提前结束，裁判员可告知下个场次的球队提前开赛，所有参赛球队应无条件配合。

U8 (T-ball组)

一、比赛场地：

垒间距：为15.24米。投手板距离本垒板距离：为9米。

本垒打线距离：根据场地具体情况裁判员赛前提出。

5米线：在本垒前，以本垒板尖为圆心画一个半径为5米的扇形区。后挡网与本垒板尖距离为：U8为5米。如场地由于条件限制无法满足要求，应依据实际情况在保证安全的前提下调整。

一、三垒野传线为：5米（依据场地情况裁判员作临时规则）。

垒包：脱离式橡胶垒包，一垒为双垒包，普通的上垒跑中，防守队员踩内侧，跑垒员踩外侧。连续进垒视情况击跑员可踩内侧垒包，具体由临场裁判员认定。

二、器材标准：

比赛用球由赛会统一提供（白色橡胶球J/C直径69mm重量约129g）。

用棒：U8组少年软式金属棒。

鞋：不允许穿金属钉鞋底的球鞋。

装备：上场球员必须佩戴棒球手套；击球员、跑垒员和在准备击球区的球员必须佩戴双耳打击头盔。T-ball组接手要求必须佩带头盔及护面，其他如护胸、护腿可选，不强制要求（比赛现场有承办方提供的公用护具）。

佩戴危险首饰：运动员不得佩戴金属制品出场；包括：手表、手链、

戒指、项链等有可能造成运动员受伤的首饰。

三、比赛时间：

一场比赛限时60分钟或打满5局，超过55分钟未赛完5局的，当局赛完则比赛结束，小组赛接受平局。排名赛阶段若5局或60分钟后比赛仍未分出胜负，则进行延长局；延长局第1局开始在一二垒放置跑垒员（跑垒员为上场名单顺序当局首棒打者前2名棒次球员）。如比赛因遭遇恶劣天气或其他原因造成比赛中断，打满3局即为有效比赛。

四、攻防交换：

进攻方单局得到6分，或3人出局，则攻守交换（如果进攻方单局得分达5分时出现得分大于1分的局面如2分本垒打，只记6分并攻守互换）。每队攻守一次为一局。

五、提前结束比赛：

如果比赛中某队在第4局领先10分（含）比赛即时结束，在同等局数的情况下，如距离比赛结束时间少于5分钟，可提前结束比赛；如后攻队领先，距离比赛结束少于5分钟，可提前结束比赛。

六、打击规则：

残垒在下局开始时不补垒；（所有组别都是不设残垒）。

高飞球被接到，只判击球员出局，其他跑垒员一律回到原垒包，重新开始。击球员挥棒时务必确定四周净空才挥棒。

击球员不可在击球区外击球，主裁判发现时应立即提醒击球员。

在本垒前，以本垒板尖为圆心画一个半径为5米的扇形区，击球进场内但未滚出此扇形也算界外球，计一击，重新打击，如果是第三击，判三振出局。打击时，明显直接击中T架而并无击中球，因T架胶片变形或 T 架倒地后球滚落场内，则击球无效；T架倒地，也将判罚击球无效；击出高飞球T架倒地，也判罚为击球无效。

击球：进攻半局出场球员9人依次击球，结束后攻守交换不计残垒，第九棒轮击后如果被封杀或接杀则垒上跑垒员得分无效，无残垒。

遇下列情况，裁判员判一击：

1. 击球员挥击未中时。
2. 击出的每一个界外球。
3. 裁判员判定击球员有挥棒动作时。
4. 试挥球棒触球或球棒超越球的位置时。

5. 击球时助跑。

6. 明显直接击中 T 架而并无击中球，无论球进入任何区域时。

7. 击球员必须双手持棒用力击球，不可轻挥、对棒、触击，违者判一击。二击后再挥空棒或击成界外球，判三振出局。

七、跑垒规则：

不可提前离垒：在球击出瞬间方可离垒，

八、防守规则：

球员间要避免互撞，击球员击球时，接手请退后3米防守。

投手不需要投球，直接站在投手板上防守。

打击者挥棒前，守备员不可超过投手板趋前防守。

当三垒有跑垒员时，当防守队员将球传回到本垒（无论接手是否接到球，球到本垒即可），场上则进入死球局面。

当三垒有跑垒员时，防守队员将球传回本垒带有阻杀意图，这时球传回本垒不判定死球局面；以裁判实际判断为准。

防守行为结束后，守场员将球传回本垒或投手时，跑垒员不得趁机起跑也不可挑衅离垒，须回到已占上之垒板，等下一棒挥击后再前进。

暴传：越过一、三垒有效区线视为暴传，死球局面，判罚所有跑垒员保送二个垒位；若暴传球击中挡板回弹至场内为继续比赛局面。

穿越球：击球员击出地滚球滚出外场有效区线记为外场穿越球，无论防守队员是否触碰到球，判罚为活球局面，继续比赛。如遇特殊情况（如：触碰场外人员、拾取球困难等），则由裁判判罚为指定二垒安打。（以上规则依据场地情况裁判员在赛前制定临时规则）

九、比赛的进程：

比赛在主裁宣布“比赛开始”时开始，宣布“比赛结束”时结束。

主裁在攻守行为静止时，可宣布“暂停”接手将球放置在击球座上。

在主裁宣布“开始”之后继续比赛。3人出局攻守交换。

十、出局方式：

击球员：被裁判判罚3击之后，仍未击出进场有效球，将被判出局。

击跑员：

1. 击出界内球之后，击跑员在到达一垒之前，被触杀或传杀时。

2. 击出的高飞球在触及地面、其他物体或非防守队员前被防守队员直接接住时。
3. 在界内区被击出的球触及时。
4. 放弃上垒进入队员席。
5. 漏踏垒（申诉局面）。
6. 本队人员利用身体接触协助跑垒员时。

跑垒员：

1. 离垒过早，跑垒员在击球员击中球瞬间之前已离垒，第一次警告，第二次出局。
2. 妨碍，阻碍防守队员正常防守。
3. 在比赛进行中，跑垒员离开垒位而被防守队员持球触杀时。
4. 当击跑员成为跑垒员，踏过一垒企图进二垒，在其返回一垒之前被防守队员持球触杀时。
5. 跑垒员为了躲避防守队员持球触杀，而离开垒道 0.91 米以上的范围时，判为出局。
6. 被迫进垒时，防守队员在跑垒员触踏垒之前已持球触垒。
7. 后位跑垒员超越前位跑垒员时。判后位跑垒员出局，继续比赛。
8. 跑垒员放弃上垒进入队员席。
9. 本队人员利用身体接触协助跑垒员时。
10. 跑垒员被击出的球击中身体。
11. 两个跑垒员同时站在一个垒上。被迫进垒后位跑垒员拥有垒位，自由进垒前位跑垒员拥有垒位。

十一、指定打击（DH）：

比赛不设指定打击，场上守备所有选手必须上场轮击。

十二、甩棒：

击球员挥棒后需平稳的将球棒放在地面上，若出现甩棒的情况，对个人第一次予以警告，第二次判罚击球员出局。

十三、击球次序错误：

守方对攻方击球顺序错误提出申诉，司球裁判须作出以下处理：非应轮击球员踏入击球区即视为错位击球员；经提出申诉并且成立时，判应轮击球员和非应轮击球员都出局，场上局面恢复到错误行为发生前。应轮击球员的次一名击球员击球。

十四、不可扑垒：

滑垒在除一垒外各个垒位是允许的，各垒位不允许扑垒，如违反，则判出局
十五、本垒：

为避免冲撞，越过三垒与本垒间限制线跑向本垒的跑垒员，跑过与本垒板平行的延长线即可。

十六、教练进场指导：

守队每场比赛教练员可以暂停三次，延长局每局可暂停一次，但只能向投、接手和一名内场防守队员进行指导，其它队员不得在场。更换队员不作为暂停。

十七、换人规定：

在比赛期间如果双方任意队伍因为病、伤、或被罚无法保持9名队员在场上，在出场名单球员已经用尽的情况下，可由对方球队的领队指定一名之前在出场名单中上过场的队员重新上场。被罚下场的队员不能重新上场。

十八、攻方不可以请求暂停。

十九、准备击球区：

只允许下一棒击球员1人站在打击准备圈中进行热身。

二十、投手守备：

在击球员球棒挥击到球前，只允许在指定防守区域内准备，不可超出指定区域（指定区域指以投手板为中心左右2米）。

二十一、申诉：

在局面结束60秒之内可以进行申述，申述结果是由本垒后方主裁判决关于申述的结果，主裁判必须在120秒之内做出判决。好坏球判罚不可申诉。只有球队主教练可以与裁判进行交流。家长无权代表球队进行申诉。
关于参赛资格的申诉：如违反超龄球员使用规定，组委会发现或者被对手举报，则该队本场判负，按照弃权的比分处理，组委会予以该队教练员警告，如第二次被发现，则取消该队本次系列赛的所有比赛，并且通报批评。申诉时间：比赛开始直至结束前可举报，赛后再有对身份质疑的行为视为无效。申诉需要向组委会缴纳500元申诉费，如果申诉成功，则退回；如申诉失败，500元将不予退回。

七、录取名次与奖励

（一）各组别录取前八名队伍，由中国棒球协会统一发放证书。

前三名队伍发放奖牌、奖杯。后面名次发放团队参赛牌匾。

(二) 各组设“体育道德风尚运动队”两个。

(三) 各组设“优秀投手奖”两名(冠亚军队)，“优秀击球员奖”两名(根据安打率)，“本垒打奖”两名(根据本垒打数)，“优秀教练员奖”一名(冠军队)。

八、报名、报到、离会

(一) 报名：各参赛队用附件表格填写报名表，加盖参赛单位公章。WORD 版报名表、盖章版报名表扫描件和所有参赛人员电子版带照片报名表(按表格要求填写相关信息) 发送至dlbaseball@163.com 盖章的纸质版报名表原件赛区提交，报名截止时间见补充通知。

(二) 报到：运动队于比赛前1天到赛区报到。

(三) 离会：赛事结束后最迟于第二天中午12点前离会。

九、技术官员

(一) 技术官员(含仲裁、正副裁判长、记录长、技术委员长、裁判员 记录员和技术委员) 由大连市棒球协会选派，于比赛前2天到赛区报到，不按时报到者，不予接待。

(二) 技术官员因个人原因不能参加赛区的工作，需提前10天告知大连市棒球协会。

十、技术委员会

(一) 其人员组成和职责范围按国家体育总局和中国棒球协会相关规定执行。

(二) 凡向技术委员会提出申诉的队伍，必须在赛后 1 小时内提出申诉书，领队签字并上缴申诉金现金人民币 3000 元，否则不予受理。凡胜诉申诉费退回；若驳回，申诉费上缴大连市棒球协会。

十一、罚则

(一) 请各队认真学习中国棒球协会颁布的关于竞赛管理相关规定，(官网可查询)，无依据者不得申诉。

(二) 教练员必须参加赛前技术会，不参加者不得上场指挥。

(三) 教练员、运动员或随队官员有违反组委会管理规定和违背体育道德行为的，将按《中国棒球协会赛区管理规定》和《中国棒球协会赛事活动违规处罚办法》予以处罚。

十二、保险

参加比赛的全体运动员和其他参赛人员必须在充分了解比赛 风险的前提下自愿参赛。参加比赛的全体运动员和其他参赛人员必须自行或由代表单位在当地保险公司办理本次赛事期间有效的医疗保险和人身意外伤害保险(含往返路途中)。各队报名时需向主办方组委会上交保险单据复印件。未办理保险的单位和个人，不能参加比赛。

十三、姓名和肖像

参加比赛的全体运动员和其他参赛人员一经报名即视为同意中国棒球协会有权为宣传推广本次赛事及棒球运动需要，自行或授权他人(包括但不限于主办方、运营方、承办方、支持方和赞助商)无偿使用运动员和其他参赛人员姓名以及体现上述主体集体或个人肖像、在本次赛事过程中形成的或与本次赛事、棒球运动相关的图片、照片、影像等， 而无需再次向运动员或其他参赛人员征得同意。

十四、比赛中向临场裁判的质询必须由主教练提出，其他人员提出的不予接受。不执行视屏挑战、不接受场外视频申诉。

十五、本规程的解释权属赛事组委会。

十六、未尽事宜，由承办单位另行通知。

赛事组委会

2025/6/3