



GAMAHK 慈善籃球賽 2026 – 賽制及章程

男子五人籃球賽 – 賽制

- 1.1** 「GAMAHK 慈善籃球賽 2026」男子五人籃球賽共 10 支球隊參與，首先根據抽籤結果，將 10 支球隊分為 A、B 兩組，每組各 5 隊，並各自以單循環賽制進行常規賽，勝方 2 分，負方 1 分，棄權 0 分。

盃賽 季後賽：A 組、B 組首名及次名球隊，進入盃賽四強賽(A 組首名 VS B 組次名、B 組首名 VS A 組次名)，爭奪盃賽冠軍寶座。

碗賽 季後賽：A 組、B 組第三及第四名，進入碗賽四強賽(A 組第三名 VS B 組第四名、B 組第三名 VS A 組第四名)，爭奪碗賽冠軍寶座。

碟賽 季後賽：A 組、B 組第五名進入碟賽冠軍戰(A 組第五名 VS B 組第五名)，爭奪碟賽冠軍寶座。

- 1.2** 常規賽每場比賽分 4 節舉行，每 1 節為 10 分鐘。第 1 節與第 2 節，第 3 節與第 4 節之間休息時間為 2 分鐘，半場 (第 2 與第 3 節之間) 休息時間 5 分鐘。

- 1.3** 死球停錶：第 1、2、3 節最後 10 秒；第 4 節最後 2 分鐘。除暫停外，其他情況均不停錶。上半場兩個暫停，下半場三個暫停 (第 4 節最後 2 分鐘最多只可使用兩個暫停)

- 1.4** 常規賽於法定時間賽和，將採用「黃金罰球制」，以首先得分隊伍為勝方。

- 1.5** 碗賽冠軍戰及季軍戰、碟賽冠軍分為 4 節進行，每節 8 分鐘，第 4 節最後 2 分鐘停錶。若法定時間賽和，將採用「黃金罰球制」，以首先得分隊伍為勝方。

「盃賽冠軍戰」第四節是「全停錶」賽制。若法定時間賽和，加時 5 分鐘，最後 1 分鐘停錶；若再賽和，將採取「黃金入球制」決勝負。

女子三人籃球賽 – 賽制

- 1.6** 女子三人籃球賽共 6 支球隊參與，首先根據抽籤結果，將 6 支球隊分為 A、B 兩組，A 組 3 隊，B 組 3 隊，並各自以單循環賽制進行常規賽，勝方 2 分，負方 1 分，棄權 0 分。

女子三人賽季後賽：6 支球隊根據排名進入六強賽(A 組首名及 B 組首名直入四強，A 組次名 VS B 組第三名，B 組次名 VS A 組第三名，進行六強淘汰賽)，爭奪女子三人賽冠軍寶座。

1.7 每隊球員 註冊球員不設上限，出場不設上限。

1.8 賽例：2019 年國際 3x3 籃球規則

1.9 比賽時間：每場比賽時間為 10 分鐘，最後 2 分鐘停錶，得分限制為 21 分；任何一方先得 21 分比賽立即終結，先得 21 分球隊獲勝；

1.10 每次進攻時間為 12 秒；

1.11 每隊 1 次暫停，暫停時間為 30 秒。

1.12 賽和：若於法定時間(10 分鐘)內賽和，則首先獲得 2 分的隊為勝方。

1.13 比賽用球：所有級別比賽統一使用 official 三人籃球賽籃球，6 號 size, 7 號重量。

2.1 註冊球員

2.1.1 「男子五人籃球賽」每隊球隊註冊球員上限為 20 人，出場限 15 人。**賽季開始後，若球隊有意調整球員名單，只能新增球員，不設刪除(包括沒有出過賽或已有出賽記錄的球員，均不能刪除)，需於最遲比賽前一天辦公時間內提交名單，以核對出賽資格。賽會核實後會上載球員名單於官方網站上，新註冊球員方可代表球隊出賽，逾時者恕不獲處理。**
(註冊球員最少於一場或以上「常規賽」賽事出賽，方合資格代表其隊伍參加往後之晉級賽。*此例不適用於女子賽事！)

2.1.2 「女子三人籃球賽」每隊球隊註冊球員不設上限，出場不設上限。

2.1.3 「女子三人籃球賽」每場賽事中，只要名單上有註冊的球員，均可出賽。

2.1.4 每隊球隊必須於第一場賽事前提交球員名單，如會方未接獲有關之球隊名單，球隊將被判棄權論。

2.2 參賽資格

2.2.1 參賽球員必須為是次活動贊助公司之保險代理人或員工；

2.2.2 每場比賽中，**場內球員**，每隊伍只能派出一名現役籃總註冊甲組球員*參賽，不能同時派出多於 1 名甲組球員出場。

例子：A 隊註冊 3 名甲組球員，於每場賽事中，3 名甲組球員均可於同一天出賽，但在場內比賽的球員，只限 1 名甲組，不可同時 2 名或以上甲組出場。與此同時，各參賽單位，需於比賽前一天，提供出賽球員名單。(*包括 2024/2025/2026 年 香港籃球銀牌賽 或 香港籃球聯賽甲一/甲二組別球員)；

註冊

2.3 各隊可註冊多於 1 名甲組球員(包括 2024/2025/2026 年 香港籃球銀牌賽 或 香港籃球聯賽甲一/甲二組別球員)

出賽

2.4 如已註冊名單當中，有個別球員於賽季開始後正式註冊成為甲組球員(以籃總網頁公佈名單為準)，其身份隨即轉為甲組球員，受到甲組球員出場限制。*(包括：常規賽、季後賽、冠軍及季軍戰)

違規

2.5 領隊有責任確保出場球員資格，如比賽當中，場內派出多於 1 名甲組球員，一經發現，違規球員嚴禁出賽。

2.6 註冊球員最少於一場或以上「常規賽」賽事出賽，方合資格代表其隊伍參加往後之晉級賽；

2.7 領隊有責任確保隊員名單上的姓名與參賽者相符，球隊嚴禁提供虛假及具誤導性的球員資料，一經發現，違規球員整個賽季嚴禁出賽。

2.8 如違反上述 2.1-2.7 條款，該隊會被取消該場參賽資格。

2.9 註冊違規球隊若派遣未有註冊、多於一名甲組球員或被罰停賽球員出賽，均作違反章程論。若即場發現違規球隊，裁判即時停止執法並取消該場參賽資格，判違規球隊棄權。若首次違規球隊再次違規，將即時取消該隊參賽資格，並不會作出任何補償。賽會特此聲明絕不接納

領隊以「不知情」為理由，將有關責任推卸在賽會上，並交由賽會獨力承擔調查工作。各領隊貴為球隊管理人，有責任對球員身份作出保證，並如實上報。倘若領隊對所屬球員有懷疑，應避免註冊出賽，以作為球隊管理層對賽事承擔。若初賽發現違規球員出賽，一經查證將取消違規球員(曾代表該球隊)出賽所有場次，全部判作棄權論，並不接納任何理由，以示公允。而違規球員亦即時取消參賽資格。若季後賽開始後(即第一場季後賽開始)，賽會發現勝出之球隊派遣「未有註冊」違規球員上陣，將即時取消參賽資格。即使該「違規球員」在初賽時段曾經上陣，賽會並不會就此「違規事件」替該組別再次排名，以免影響賽事流程及進度。不過，違規球隊之「違規球員」將被取消任何個人獎項，以示公允。

- 2.10 所有註冊球員須持香港身分證，並於比賽前出示身份證明文件正本(包括身分證、護照、回鄉證)以供查核。未能出示者將不得代表球隊參賽。

3. 獎項

- 3.1 各組別分別設有冠、亞、季及殿獎項，各得獎隊伍均可獲獎座及獎牌。

- 3.2 大會並設有個人獎項：

男子組：得分王、三分王、籃板王、助攻王、封阻王、偷截王及罰球王七個個人獎項。

各組別計算所有初賽賽事，總數最高球員獲獎。惟以上得獎球員必須符合以下條件：

- (1) 總場次出席率最少需要參與 2 場初賽。
- (2) 如計算出現兩名或以上得獎球員，則計算常規賽對賽成績，以勝者為勝得出獲獎者。
- (3) 若球隊受棄權球隊影響初賽統計成績，其計算方案為：受棄權球隊影響的球隊，各項個人數據的成績，將以總數 $\times 1.15$ 。

女子組：得分王、三分王、MVP 共 3 個個人獎項，只計算初賽數據總和。

- 3.3 大會將於決賽日進行頒獎禮。

4. 取消比賽資格犯規指引

- 4.1 若球員因打架或故意傷人，包括但不僅限於：

- (1) 襲擊賽事職員、領隊、教練、參賽所有球員及觀眾
- (2) 賽事委員會或裁判判定為打架或故意傷人行為
- (3) 打架或故意傷人事件交由警方處理

而被判以"取消比賽資格犯規"，該球員將被即時停止參與賽會主辦任何賽事，直至賽事完結為止，並考慮接受或不接受該球員日後參與賽事資格(賽會主辦任何賽事)。就上述打架或故意傷人之事故，而引致任何傷亡賠償，大會將保留一切追究權利。

5. 技術犯規指引

5.1 嚴格執行球隊技術犯規

球員技術犯規：

- (a) 妨礙發界外球，以致延誤比賽時間
- (b) 對正在投籃球員作出非身體接觸犯規之騷擾
- (c) 與職員、場監、記錄台職員或對手交談接觸時，態度不洽當(若場內或場外球員發出粗言穢語，即時執行 技術犯規)

5.2 執行技術犯規前裁判並不需要作出任何口頭警告。領隊、教練或球隊代表有責任管理球員紀律，請各負責人注意。

5.3 在一場比賽中，同一球員第二次被判 "技術犯規"即該次犯規當作"取消比賽資格犯規" 處理 (需即時離場)，違規球員下仗需停賽 1 次。

5.4 在一季比賽中，同一球員累積滿三次 "技術犯規"，違規球員需停賽 1 次

5.5 若球員因上述情況而被逐離場，賽會將以停賽一場為最低罰則，作為對違規球員紀律處分。若同一球員於賽事重複違反章則被逐離場，賽會將考慮取消違章球員參賽資格。

6. 違反運動道德犯規指引

6.1 在一場比賽中, 同一球員第二次被判"違反運動道德犯規" 即該次犯規當作 "取消比賽資格犯規" 處理 (需即時離場), 違規球員下仗需停賽 1 次。

6.2 在一季比賽中，同一球員累積滿三次 "違反運動道德犯規"，違規球員需停賽 1 次。

6.3 若球員因上述情況而被逐離場, 賽會將以停賽一場為最低罰則,作為對違規球員紀律處分。若同一球員於同一季度賽事重複違反章則被逐離場,賽會將考慮取消違章球員參賽資格。

特別犯規指引

7. 在一場比賽中, 同一球員被判 1 次"技術犯規" 加 1 次 "違反運動道德犯規" 即該次犯規當作 "取消比賽資格犯規" 處理 (需即時離場), 違規球員下仗需停賽 1 次。

8. 監督委員

- 8.1 若裁判員意見不一致時，可參考其他裁判及監督委員意見，或參考記錄台職員的意見後作出最終的判決。
- 8.2 有權提供意見給裁判員或記錄台更正錯誤。若涉及犯規執法上意見，經商討後必須經由第一裁判作出最後判決。
- 8.3 有權對規則中未明確的事項作出決定。

裁判

9. 由賽會指定註冊裁判擔任。

10. 賽事改期

- 10.1 若開賽前 2 小時天文台仍懸掛 8 號或以上風球，又或場地不適合作賽，則當日所有賽事取消，由大會另行安排補賽日期。
- 10.2 若因特殊情況，賽會有權通知各球隊改期作賽或另作編排，如在比賽途中發生特殊情況，球賽繼續與否得由當場球証或賽會全權決定。
- 10.3 如因場地時間所限或任何突發事故，如場區漏水，暴風襲港，電力供應等問題而影響比賽，導致未能舉辦或於法定時間完成比賽，則當日有關場地之所有賽事取消。另擇日期作賽一切視乎有關場地之安排及補償。如場地未能於合理時間另為安排，本會將與有關球隊商討，並由本會作最後決定；
- 10.4 如比賽過程中有球員在場內受重傷，以致不能離開比賽場區，基於安全理由，任何人均不應強行移離傷者，應待醫護人員到場處理。此場賽事則被判「腰斬」，如該比賽因此不能於法定時間完成，大會將就此賽事商討及作另行安排。

10.5 臨時改期程序：賽會將於開賽前根據球隊請假要求編排及公佈完整賽程，如因突發情況不能出賽，改期程序如下：

- (1) 球隊提出改期時限，必須於比賽日前最少 7 天提出(如比賽日是 8 月 20 日，最遲需要在 8 月 13 日提出改期請求。
- (2) 需要得到對賽球隊同意改期。
- (3) 改期日子由對賽球隊提出。
- (4) 如提出改期的一方未能出席對隊提出的改期日子，則被判以 0:20 棄權。
- (5) 每場賽事只有一次改期機會。
- (6) 季後賽階段，公平起見不設改期機制。

11. 抗議

11.1 大會不設上訴，一切賽果及決定均以當場裁判的最後決定為準。

11.2 倘若在比賽中球員與職員或對隊球員發生爭執，由當值主裁判員依例判決，若球隊仍有不滿，領隊可於 24 小時內以電郵方式至 md@gama.com.hk 及 helen@hillensports.com，會方會儘快處理回覆，若裁判失誤將會作內部處分。

12. 投訴違規球隊或違規球員

12.1 若發現個別球隊派出註冊違規之球員出賽(即所屬組別對籃總甲一及甲二身份之出場限制)，投訴球隊之領隊必須以電郵方式提供充足資料(包括：違規球員所屬籃總甲一或甲二之球會、比賽日期、時間及地點、賽事影片或圖片、曾經代表乙組或甲二球隊之作賽紀錄表或籃總註冊名單)，本公司集合相關資料後，便會根據該季度賽制及章程，向違規球員及違規球隊作出紀律處分。

12.2 若發現個別球隊派出未有註冊之球員出賽，投訴球隊之領隊必須以電郵方式提供充足資料(包括：未有註冊之球員於本賽事代表那一支球隊出賽、作賽日期、時間及地點、賽事影片或圖片、並提出證據核實未來註冊球員之姓名及身份)，本公司集合相關資料後，便會根據該季度賽制及章程，向未有註冊球員及違規球隊作出紀律處分。

12.3 賽事進入季後賽系列(即賽會發佈最後註冊日或組別最後一場初賽完成後兩天起計算)，賽會不接受追究初賽時段任何違規，並更改或取消首循環球隊排名，以免影響季後賽賽事進程。

13. 球隊排名

- 13.1** 如計算出現兩隊球隊小組分數相同(勝負場數相同)，賽會將會計算兩隊對賽成績，以「勝者為勝」方案取出最後出線球隊
- 13.2** 如計算出現三隊球隊小組分數相同(勝負場數相同)，賽會將會計算三隊對賽成績，以「勝者為勝」方案取出最後出線球隊
- 13.3** 如三隊對賽成績均一勝一負，則計算三隊對賽得分
- 13.4** 如計算出五隊球隊小組分數相同(勝負場數相同)，賽會將會計算五隊球隊小組賽總得失分，得分最高的排名在前。

14. 附註

- 14.1** 請各球隊於開賽前 15 分鐘到場準備作賽。
- 14.2** 於下列情況下，球隊會被當作棄權論：
- 官方網頁法定時間 5 分鐘之後，
- 球隊沒有到場 或
 - 不足 5 名球員出賽 或
 - 派出非登記球員出場。
- 14.2.1** 球隊一旦被判棄權，對賽對手將會視作以 20 比 0 勝出。
- 14.2.2** 裁判員鳴哨比賽結束後，法定時間內任何球隊進行之友賽，裁判員均不會執法。
- 14.3** 請各球隊領隊或負責人在有需要時，必須勸導和管理在其後備席球員或觀眾的言行，以免發生不愉快事件。
- 14.4** 賽程表上排名在前的球隊(主隊)，穿著淺色球衣(白色或黃色)；賽程表上排名在後的球隊(客隊)，穿著深色球衣。若經兩隊同意，可以互換球衣顏色。若對賽球隊發生球衣顏色相同，則大會將設有號碼布免費給球隊更換。每隊均需穿著相同顏色的球衣作賽，球衣的前後均印有號碼。
- 14.5** 隊長 (CAP) 是一名由教練員指定的在比賽球場上球隊的代表，他只能在球成死球及比賽計時鐘停止時，有禮貌地向裁判員諮詢聯繫以獲取訊息。

14.6 除本章程外，賽例將依照國際籃球規則 2019 所執行。

14.7 大會已為決賽日賽事購買公眾保險。

14.8 若球員或在場教練員，助理教練員，替補員，隨隊人員或觀眾受傷是牽涉打架，大會必定會立即聯絡室內場館職員通知警方，由警方去跟進打架傷人事件，賽會亦會立即終止涉及打架球員參賽資格，而不作另行通知牽涉打架球隊亦需要立即停賽，並經由賽會處分後再作安排。

14.9 為保所有參賽球隊安全，大會將停止打架球隊參賽資格，並保留對打架球隊追究賠償。賽會更不會對打架球隊作出任何賠償。

14.10 錄影帶、影片、圖片或任何視像、電子、數碼等設備並不能用作推翻比賽結果及一般判決，僅只供：賽事中涉及打架或取消比賽資格犯規之追究判決，比賽結束後作教育（訓練）或檢討責任屬誰用途。

14.11 每場球賽由兩位裁判執法，如只有一位裁判到場，賽事亦需繼續進行，球隊不得拒絕作賽。

14.12 本章程如有未盡善處，賽會有權隨時作出修改。

球隊缺席及棄權

15. 球隊缺席及棄權三次或以上，將會被取消參賽資格。

16. 個人資料收集及保密聲明

16.1 網上表格內要求填寫的資料將會用作本會有關比賽之用途；閣下務必確保所有提供的資料之準確性，如本會發現本表格內的資料不足夠，本會有可能無法處理閣下之參賽申請；

16.2 資料用途：在報名表所填報的個人資料，會作為本會之競賽有關用途，在報名表所提供個人及有關的資料純屬自願。假若閣下沒有提供足夠和正確的資料，本會將有可能無法處理你的要求；閣下在球員報名表格內提供的個人資料已儲存於本會的伺服器內，及只限由已獲 GAMAHK 授權的職員取用。

大會免責聲明

- 17.1** 所有球員皆已細閱及明瞭所列之參賽制及規則，並同意遵守有關條文；
- 17.2** 各球隊須明白及同意，閣下對所提供之資料的內容和準確性負上所有責任。如有任何更改，必須盡快聯絡本會。若發現資料與本會紀錄不符，均以本會紀錄作準，不得異議；
- 17.3** 任何參賽者及其他人士因參加是項比賽所引起之疾病、受傷、死亡（不論由於任何原因，包括但不限於疏忽），而招致或導致任何人（包括第三者）及經濟、心理或任何物質損失，所有主辦及贊助商將排除任何法律責任，概不負責，建議自行安排保險；
- 17.4** 大會保留修訂及解釋以上細則及條款之權利。

賽制及章程修訂日期：16.7.2026

聯絡及查詢

主辦單位【GAMAHK】

Ms. Juliana Wu – 2893 9699 / 9011 9259

Mr. Keith Ao - 2893 9699/9011 9853

電郵：md@gama.com.hk

賽事統籌單位【 Hillen Sports 】

Ms. Helen Chu – 2777 0807 / 5501 9952

電郵：helen@hillensports.com