

二零二六年泛亞韻律泳錦標賽暨第二十二屆香港韻律泳公開賽
Pan Asia Artistic Swimming Championships cum
22nd Hong Kong Artistic Swimming Open Competition 2026

日期/Date: 二零二六年七月三十日至八月二日(星期四至星期日)
30th July – 2nd August 2026 (Thursday - Sunday)

場地/Venue: 九龍公園游泳池(跳水池)
Kowloon Park Swimming Pool (Diving Pool)

程序/Schedule

日期 / Date	時間 / Time	項目 / Event
30/7/2026 (星期四 Thur)	0700 – 1100	比賽場地準備 Set up (Competition Venue)
	1100 – 2200	音樂練習 (見音樂練習時間表) Music Practice (See Music Practice Timetable)
	1700 – 1800	領隊會議 Team Manager Meeting
31/7/2026 (星期五 Fri)	0830 – 0900	比賽場地準備 Set up (Competition Venue)
	0900 – 1000	裁判會議 Judges Meeting
	0900 – 1000	熱身 Warm Up
	1005	召集: 規定動作 (組別: 12 歲或以下組 及 13-15 歲組) Marshal: Figure Competition (Group: Age 12 & under & 13-15)
	1015 – 1145	規定動作 Figure Competition
		Panel A – 組別: 12 歲或以下組 Panel A – Group: Age 12 & under Panel B – 組別: 13-15 歲組 Panel B – Group: Age 13-15
	1150	召集: 女子單人自由自選項目 (組別: 公開組) Marshal: Women Free Solo Events (Group: Open)
	1200 – 1245	女子單人自由自選項目 (組別: 公開組) Women Free Solo Events (Group: Open)
	1245 – 1400	午膳及熱身 Lunch & Warm-up
	1330 – 1400	裁判會議 Judges Meeting
	1405	召集: 雙人技術自選項目 (組別: 公開組) 及 男子單人自由自選項目 (組別: 公開組) Marshal: Tech Duet Events (Group: Open) and Men Free Solo Events (Group: Open)
	1415 – 1440	雙人技術自選項目 (組別: 公開組) Tech Duet Events (Group: Open)
	1440 – 1500	男子單人自由自選項目 (組別: 公開組) Men Free Solo Events (Group: Open)
	1505	召集: 女子單人自由自選項目 (組別: 13-15 歲組 及 15-19 歲組) Marshal: Women Free Solo Events (Group: Age 13-15 and 15-19)
	1515 – 1600	女子單人自由自選項目 (組別: 13-15 歲組) Women Free Solo Events (Group: Age 13-15)
	1600 – 1645	女子單人自由自選項目 (組別: 15-19 歲組) Women Free Solo Events (Group: Age 15-19)
	1650	召集: 技巧自由自選 (組別: 公開組) Marshal: Acrobatic Routine (Group: Open)
	1700 – 1715	技巧自由自選項目 (組別: 公開組) Acrobatic Routine (Group: Open)

二零二六年泛亞韻律泳錦標賽暨第二十二屆香港韻律泳公開賽
Pan Asia Artistic Swimming Championships cum
22nd Hong Kong Artistic Swimming Open Competition 2026

日期/Date: 二零二六年七月三十日至八月二日(星期四至星期日)
30th July – 2nd August 2026 (Thursday - Sunday)

場地/Venue: 九龍公園游泳池(跳水池)
Kowloon Park Swimming Pool (Diving Pool)

程序/Schedule

日期 / Date	時間 / Time	項目 / Event
1/8/2026 (星期六 Sat)	0800 – 0830	比賽場地準備 Set up (Competition Venue)
	0830 – 0930	裁判會議 Judges Meeting
	0830 – 0930	熱身 Warm Up
	0935	召集: 雙人自由自選項目 (組別: 公開組 及 13-15 歲) Marshal: Free Duet Events (Group: Open and 13-15)
	0945 – 1015	雙人自由自選項目 (組別: 公開組) Free Duet Events (Group: Open)
	1015 – 1045	雙人自由自選項目 (組別: 13-15 歲) Free Duet Events (Group: Age 13-15)
	1050	召集: 雙人自由自選項目 (組別: 12 歲或以下組 及 15-19 歲組) Marshal: Free Duet Events (Group: Age 12 & under and Age 15-19)
	1100 – 1200	雙人自由自選項目 (組別: 12 歲或以下組) Free Duet Events (Group: Age 12 & under)
	1200 – 1230	雙人自由自選項目 (組別: 15-19 歲組) Free Duet Events (Group: Age 15-19)
	1235	召集: 混雙自由自選項目 (組別: 12 歲及以下) Marshal: Mixed Duet Events (Group: Age 12 & under)
	1245 – 1305	混雙自由自選項目 (組別: 12 歲及以下) Mixed Duet Events (Group: Age 12 & under)
	1305 – 1405	午膳及熱身 Lunch & Warm-up
	1335 – 1405	裁判會議 Judges Meeting
	1410	召集: 女子單人自由自選項目(組別: 12 歲及以下) Marshal: Women Free Solo Events (Group: Age 12 & under)
	1420 – 1520	女子單人自由自選項目(組別: 12 歲及以下) Women Free Solo Events (Group: Age 12 & under)
	1525	召集: 本地集體自由自選項目 (組別: 13-15 歲) Marshal: Local Free Team (Group: Age 13-15)
	1535 – 1605	本地集體自由自選項目 (組別: 13-15 歲) Local Free Team (Group: Age 13-15)
	1615	召集: 得獎者 – 單人自由自選(男子及女子)、雙人自由自選、 混雙自由自選項目 (組別: 12 歲及以下) Marshal: Awardees - Free Solo (Men & Women), Free Duet, Mixed Duet Events (Group: Age 12 & under)
	1630 – 1700	頒獎典禮: 單人自由自選(男子及女子)、雙人自由自選、 混雙自由自選項目 (組別: 12 歲及以下) Prize Presentation - Free Solo (Men & Women), Free Duet, Mixed Duet Events (Group: Age 12 & under)

二零二六年泛亞韻律泳錦標賽暨第二十二屆香港韻律泳公開賽
Pan Asia Artistic Swimming Championships cum
22nd Hong Kong Artistic Swimming Open Competition 2026

日期/Date: 二零二六年七月三十日至八月二日(星期四至星期日)
30th July – 2nd August 2026 (Thursday - Sunday)

場地/Venue: 九龍公園游泳池(跳水池)
Kowloon Park Swimming Pool (Diving Pool)

程序/Schedule

日期 / Date	時間 / Time	項目 / Event
2/8/2026 (星期日 Sun)	0730 – 0800	比賽場地準備 Set up (Competition Venue)
	0800 – 0900	熱身 Warm Up
	0910	召集: 運動員進場 Marshal: March in
	0930 – 1000	運動員進場 March in
	0945 – 1015	裁判會議 Judges Meeting
	1005	召集: 集體技術自選項目 (組別: 公開組) 及 混雙自由自選項目 (組別: 公開組) Marshal: Tech Team Events (Group: Open) and Mixed Duet Events (Group: Open)
	1015 – 1040	集體技術自選項目 (組別: 公開組) Tech Team Events (Group: Open)
	1040 – 1055	混雙自由自選項目 (組別: 公開組) Mixed Duet Events (Group: Open)
	1100	召集: 集體自由自選項目 (組別: 12 歲及以下及公開組) Marshal: Free Team Events (Group: Age 12 & under and Open)
	1110 – 1215	集體自由自選項目 (組別: 12 歲及以下) Free Team Events (Group: Age 12 & under)
	1215 – 1300	集體自由自選項目 (組別: 公開組) Free Team Events (Group: Open)
	1335	召集: 得獎者 – 混雙自由自選 (組別: 公開組)、雙人技術自選、 技巧自由自選、集體技術自選、集體自由自選項目及傑出運動員獎 Marshal: Awardees –Mixed Duet (Group: Open), Tech Duet, Acrobatic Routine, Tech Team, Free Team Events and Outstanding Athlete Award
	1400 – 1430	頒獎典禮: 混雙自由自選 (組別: 公開組)、雙人技術自選、技巧自由自選、 集體技術自選、集體自由自選項目及傑出運動員獎 Prize Presentation: Mixed Duet (Group: Open), Tech Duet, Acrobatic Routine, Tech Team, Free Team Events and Outstanding Athlete Award
	1500 – 1700	聯歡宴會 Farewell Party