

关于举办 2024 年女教职工欢乐节活动的通知

各二级单位工会：

为丰富广大女教职工文化生活，促进身心健康发展，加强交流，增强凝聚力，经研究决定举办 2024 年女教职工欢乐节活动，现将有关事项通知如下：

一、时间

3 月 6 日 10:00 - 19:00

二、地点

南湖校区教职工健康驿站

三、欢乐节比赛项目

本次欢乐节共设 7 个比赛项目：投壶、射箭、飞镖、沙包掷准、竹筷夹乒乓球、踢毽子、跳绳。

四、活动对象

本次活动面向我校在职女工会会员，每人最多可报 4 项，活动当天现场不接受报名。

五、活动规则

1. 投壶

投掷距离 2 米，每人 3 次，每次 10 支投镖，投中 1 次积 1 分，3 次积分合计为最终得分。

2. 射箭

射箭距离 8 米，每人 3 次，每次 5 支箭，靶盘为 1 - 10 环，3 次总环数为最终得分。

3. 飞镖

投掷距离 3 米，每人 3 次，每次 5 支投镖，靶盘为 1 - 10 环，

3 次总环数为最终得分。

4. 沙包掷准

投掷线距靶盘 5 米，每人 3 次，每次 5 只沙包，靶盘为 1-10 环，3 次总环数为最终得分。

5. 竹筷夹乒乓球

从出发点夹乒乓球往返放到目标点箱子中，距离 10 米，每人 3 次，每次 1 分钟，3 次放入箱中乒乓球总数为最终得分，单手操作，中途掉落需返回起点继续进行。

6. 踢毽子

每人 3 次，每次 30 秒，3 次有效总数为最终得分，单脚、双脚不限，中途掉落可继续进行。

7. 跳绳

每人 3 次，每次 30 秒，3 次有效总数为最终得分，单脚、双脚不限，中途失误可继续进行。

六、活动奖励

1. 报名 4 项且全部完赛的凭完赛证明现场领取纪念品 1 份；
2. 各比赛项目分别排序计算积分，排名前 1/5（含）的积 6 分，然后以此类推，分别积 4、3、2、1 分，如遇积分相同，以个人第 1 次得分高者为先，以此类推，所有参加人员按总积分进行排序奖励，奖励范围不超过 1/3，奖品发放时间另行通知。

七、工作要求

1. 本次活动请各二级单位工会组织报名，报名表附后，并于 3 月 4 日 12:00 前发至邮箱：gonghui@cumt.edu.cn，联系人：常青，联系电话：83591267；
2. 已报名的女教职工请携带本人校园卡、着适合运动的衣物在活动时间内自行前往参加活动。

八、身体要求

报名者应身体健康，且有长期运动锻炼的习惯，赛前应进行身体健康状况自我评估，有以下情况者不得报名参赛：

1. 先天性心脏病和风湿性心脏病患者；
2. 高血压和脑血管疾病患者；
3. 心肌炎和其它心脏病患者；
4. 冠状动脉病患者和严重心率不齐者；
5. 赛前三天内大量饮酒者；
6. 有其他不适合运动情况者。

中国矿业大学工会委员会

2024年2月28日