

**抱石**  
( Bouldering )

**領攀**  
( Lead Climbing )

**速度攀登**  
( Speed Climbing )

**攀登牆高度**

約4.5米

12米或以上 (路線15米或以上)

15米

**安全措施**

軟墊

安全帶及繩索，上升時須把繩索扣到快掛 (Quickdraw) 上

安全帶及繩索

**賽制**

每場比賽設有4至5條路線。選手可於指定時間內作無限次攀爬。成績以完攀 (Top) 和觸到得分把手 (Zone) 的數量以及攀爬次數來計算

選子在賽前有數分鐘觀察路線，比賽期間不可觀看其他選子的表現。每位選子只有一次攀登機會，成績以攀爬高度來計算

所有選子使用統一的比賽路線，以一對一形式鬥快完成