



# MG 새마을금고와 함께하는 2025 KBS N 전국 줄넘기 왕중왕전

## 세종특별자치시 대회

### 11월 29일(토)

09:00~17:00

장소	정부세종청사체육관
참가신청	티켓링크
종목	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 30초 스피드</li> <li>• 3중뛰기</li> <li>• 학년별 왕중왕전</li> <li>• 8자마라톤</li> <li>• 팀 토너먼트 챔피언십</li> </ul>
방송	KBSN SPORTS KBS Kids DAUM 스포츠

[www.kbsnjump.co.kr](http://www.kbsnjump.co.kr)

JUMP TO THE FUTURE

주최: KBS N

주관: KRCFA 한국줄넘기지도지원회



세종특별자치시 시민연합회

KBS N C&C

지원: 티켓링크 daum 스포츠

협찬: MG새마을금고



MG새마을금고와 함께하는  
2025 KBS N 전국 줄넘기



### 1. 대회 목적

MG새마을금고와 함께하는 2025 KBSN배 전국 줄넘기 왕중왕전은 줄넘기를 통해 건강한 체력, 강인한 정신, 그리고 화합의 가치를 널리 전파하기 위해 마련된 전국 규모의 스포츠 축제입니다.

줄넘기는 남녀노소 누구나 즐길 수 있는 대표적인 생활 체육이자, 어린이와 청소년의 균형 잡힌 성장 발달에 크게 기여하는 스포츠로 주목 받고 있습니다.

이번 대회에는 전국 각지에서 모인 선수들이 다양한 종목을 통해 그동안 갈고닦은 기량을 선보이며, 도전과 성취의 기쁨을 함께 나눕니다.

특히 본 대회는 단순한 경기의 장을 넘어, 세대와 지역을 잇는 소통과 화합의 장이자, 줄넘기를 통해 건강하고 활기찬 대한민국을 만들어가는 뜻 깊은 행사로 자리매김하고 있습니다.

뛰는 순간마다 열정이 모이고, 도전하는 순간마다 희망이 자라는 MG새마을금고와 함께하는 2025 KBSN배 전국 줄넘기 왕중왕전,

지금 이곳에서 새로운 도약이 시작됩니다.

### 2. 대회 개요

- 대회명칭 : MG새마을금고와 함께하는 2025 KBSN배 전국 줄넘기 왕중왕전
- 신청기간 : 2025년 11월 3일(월) ~ 2025년 11월 15일(토)
- 참가대상 : 전국 줄넘기 가족, 클럽, 동호회, 줄넘기를 좋아하는 누구나
- 접수방법 : 티켓링크를 통한 접수
- 주 최 : KBSN
- 주 관 : (사) 한국줄넘기지도자 협회 / 한국파워점핑연합회 / 세종사랑 시민연합회 / KBSN C&C
- 협 찬 : MG새마을금고 . 링티 . 신신제약. 대상웰라이프 . 타이어뱅크
- 지 원 : 티켓링크 / DAUM SPORTS
- 방 송 : KBSNSPORTS / KBS kids / DAUM SPORTS
- 대회일정 : 2025년 11월29일(토)

일시	경기 일정	비고
	참가번호 배번 출력 가능	
2025. 11. 29	2025 KBS N배 전국 줄넘기 왕중왕전 <ul style="list-style-type: none"> <li>• 30초 스피드 / 3중뛰기 / 학년별 왕중왕전</li> <li>• 프리 8자 마라톤 / 팀 토너먼트 챔피언십</li> </ul>	
	시상식 및 폐회식 < 경기당일 종목별 시상 >	

MG 새마을금고와 함께하는  
2025 KBS N 전국 줄넘기



• 참가종목 및 참가비

구분	종목	참가비
개인전 30초 스피드 경기 2종목 출전가능	번갈아뛰기	종목 관계 없이 모두 출전 가능하며 (스피드종목은 2종목까지) 참가비는 1인당 35,000원입니다. (부분취소 가능하나 취소 수수료가 발생할 수 있기 때문에 신중한 신청/취소 부탁)
	양발모아뛰기(선택)	
	이중뛰기(선택)	
개인전 기록 경기	3중뛰기	
학년 왕중왕전 경기	학년별 왕중왕전	
단체 경기	7인 팀토너먼트 챔피언쉽	
	프리 8자 마라톤	

대회신청 관련 문의 : (사)한국줄넘기 지도자협회 대회진행부(010-8457-1949)  
<http://pjrmnew.noorischool.kr>

• 참가부

개인전 / 왕중왕전		3중뛰기	8자 마라톤, 팀 토너먼트
7세 이하	유치부	주니어	통합
8세부	1학년		
9세부	2학년		
10세부	3학년		
11세부	4학년		
12세부	5학년		
13세부	6학년		
14세 이상	중/고/일반	시니어	

MG 새마을금고와 함께하는  
2025 KBS N 전국 줄넘기

**왕중왕전**  
세종특별자치시 대회

- 참가자 기념품 (참가자 전원 지급)



MG 새마을금고와 함께하는  
2025 KBS N 전국 줄넘기

**왕중왕전**  
세종특별자치시 대회

• 입상자 트로피 및 부상



단체전 1위 트로피



단체전 2위/3위 트로피



개인전 1위 트로피



입상자 상장



입상자 부상(카카오 GOODS)



대회 목걸이



학보모 왕중왕전 입상(1위 ~ 3위)  
타이어뱅크 타이어 교환 상품권 각 1매씩

MG 새마을금고와 함께하는  
2025 KBS N 전국 줄넘기



### 3. 대회규정

#### 가. 참가 신청 규정

- 30초 스피드 경기는 번갈아뛰기(필수) 종목이며, 양발모아뛰기 or 이중뛰기 중 택1 하여 최대 2종목에 출전할 수 있다.

- 3중뛰기 경기는 주니어 / 시니어 남.녀 구분하여 경기한다.

- 왕중왕전 경기는 학년별로 구분하여 진행한다.

- 8자 마라톤 경기는 팀당 1팀만 참가 가능하며, 인원에 제한 없이 참가 가능하다.

- 7인 팀 토너먼트 경기는 팀당 1팀만 참가 가능하며, 영상 예선전을 거쳐서 본선 16팀 선발하여 경기한다.

MG 새마을금고와 함께하는  
2025 KBS N 전국 줄넘기



### 3. 대회규정

#### 나. 경기 운영

- 2025 KBS N배 전국 줄넘기 왕중왕전은 11월 29일에 대회를 진행한다.

- 스피드 30초 경기는 경기장에서 인당 최대 2종목까지 기록을 측정할 수 있다.

- 스피드 번갈아 뛰기 학년별 1위 ~ 4위 선수는 학년별 챔피언 최강자 경기에 출전한다.

취소 수수료: 일자에 따른 차등 부과

- 참가신청 당일 : 취소 수수료 없음  
참가신청 익일 ~ 취소마감까지: 티켓금액의 10%, 취소마감이후 : 취소 불가

- 30초 스피드 경기 / 3중뛰기 - PVC줄, 와이어줄 사용 가능

- 단체전의 경우 참가선수 중 가장 연장자의 그룹에 참가한다.

- 모든 영상의 저작권 및 사용 권한은 대회 주최 측에 있다는 것에 동의한다.

- 별도로 정하지 않은 부분은 대회 조직위에서 결정한다.

MG 새마을금고와 함께하는  
2025 KBS N 전국 줄넘기



### 3. 대회규정

#### 다. 경기 방법

종목	경기 방법
30초 번갈아 뛰기(필수)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 줄넘기의 방법은 양발 / 번갈아 / 이중 뛰기이며 30초간 실시한다.</li> <li>• 시작 신호에 뛰기 시작하며 넘은 줄 수 만큼 개수한다.</li> <li>• 줄을 넘다가 걸리면 이어서 넘는다.</li> <li>• 시작 신호 전에 움직이면 부정 출발로 간주하여 벌점 3회를 뺀다. ※ 번갈아뛰기 1~4위 선수는 최강자전(방송)에 진출한다.</li> </ul>
30초 이중뛰기(선택)	
30초 양발모아뛰기(선택)	
학년별 왕중왕전 (방송중계)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 학년별 음원에 맞추어 음원에서 나오는 동작을 실시한다.</li> <li>• 줄에 걸리면 기록이 종료된다.</li> <li>• 좌.우가 구분되는 동작은 좌우 순서로 한 번씩 교차 실시한다.</li> <li>• 80명이상 참가하는 학년은 예선전을 통해서 80명선발하여 경기한다</li> </ul>
3중뛰기 (방송중계)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 줄넘는 방법은 1도약 4회 실시 후 3중 뛰기를 연속으로 실시한다,</li> <li>• 줄에 걸리면 기록이 종료된다.</li> <li>• 10개 미만 시 1회에 한하여 재경기할 수 있다.</li> </ul>
Free 8자 마라톤 (4강전 , 결승전 - 방송중계)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 인원 제한 없이 1팀으로 구성한다.</li> <li>• 경기 시간 : 1분</li> <li>• 채점 방법 : 2명이 가는줄 방향으로 줄을 돌리고 나머지 선수들이 8자 형태를 그리며 줄 안에 들어가 한 번 넘고 나간다.</li> <li>• 줄에 걸리면 이어서 넘으며 걸리지 않은 부분만 계수한다.</li> <li>• 예선전 경기를 통해서 상위 1-4위까지 4강 경기에 진출한다,</li> <li>• 1위:4위 / 2위:3위 팀이 토너먼트 경기로 경기한다.</li> </ul>
7인 팀토너먼트 챔피언십 (16강전 부터 방송중계)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 7인 1팀으로 구성한다.</li> <li>• 음원에 맞추어 동작을 실시하고, 줄에 걸리면 탈락한다.</li> <li>• 마지막까지 많이 남아있는 팀이 승리한다.</li> <li>• 영상을 통해서 본선에서 16강 토너먼트 방식으로 경기한다.</li> </ul>

MG 새마을금고와 함께하는  
2025 KBS N 전국 줄넘기



### 3. 대회규정

#### 라. 시상 규정

종목	시상대상	시상내용
30초 스피드 경기 번갈아/ 양발/ 이중	<ul style="list-style-type: none"> <li>참가자 전원 메달 시상</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>참가자 전원 메달시상</li> <li>상장 없음</li> </ul>
학년별 최강자 선발전	<ul style="list-style-type: none"> <li>학년별 최고 기록자 1~4위 선발하여 챔피언 최강자전을 실시한다.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1위 : 트로피 / 상장 / 부상</li> <li>2위 / 3위(2명) : 상장 / 부상</li> </ul>
학년별 왕중왕전	<ul style="list-style-type: none"> <li>학년별 왕중왕전 1위,2위,3위</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1위 : 트로피 / 상장 / 부상</li> <li>2위 / 3위 : 상장 / 부상</li> </ul>
3중뛰기	<ul style="list-style-type: none"> <li>주니어: 초등부</li> <li>시니어: 중등부 이상</li> <li>남/여로 구분하여 시상</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1위 : 트로피 / 상장 / 부상</li> <li>2위 / 3위(2명) : 상장 / 부상</li> </ul>
프리 8자 마라톤	<ul style="list-style-type: none"> <li>1위 1팀 / 2위 1팀 / 3위 2팀</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1위/2위/3위(2팀):트로피/상장/부상</li> </ul>
7인 팀토너먼트 챔피언십	<ul style="list-style-type: none"> <li>1위 1팀 / 2위 1팀 / 3위 2팀</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1위/2위/3위(2팀):트로피/상장/부상</li> </ul>
종합 시상	<ul style="list-style-type: none"> <li>종합 1위 / 2위/ 3위 / 종합 장려상</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>종합시상은 전 수상자 트로피와 상장, 부상 시상</li> </ul>

종합시상						
종합순위	참가점수	스피드최강자	학년 왕중왕전	3중뛰기	8자마라톤	팀 토너먼트
1위	10	50	50	50	50	50
2위		30	30	30	50	30
3위		20	20	20	20	30

## 7인 팀토너먼트 챔피언십

기본 규칙 1) 멀티플 점프 동작 시 양발 동시에 점프 / 한 발씩 따로 떨어질 경우 탈락처리 됩니다.  
기본 규칙 2) 기술 동작시 반드시 왼쪽 먼저 시행 / 오른쪽 먼저 시행시 탈락처리 됩니다.

1. 기술	4박자 <b>엇걸어풀어 + 더블</b>	연결 동작으로 시행
2. 멀티플	4박자 <b>00 DC</b>	점프 동작시 반드시 양발 동시에 점프
3. 기술	4박자 <b>토드+크루게+토드</b>	반드시 왼쪽 토드부터 시작 / 연결 동작으로 시행
4. 멀티플	4박자 <b>00 TS</b>	점프 동작 시 반드시 양발 동시에 점프
5. 기술	4박자 <b>토드 + EB</b>	왼쪽 토드부터 시작 / 연결 동작으로 시행
6. 멀티플	연속 <b>00 CO</b>	“윈,투,쓰리,하” 멘트에 맞춰 모아뛰기 4번 가능
7. 멀티플	4박자 <b>00 토드0</b>	반드시 왼쪽 토드부터 시작 / 양발 동시에 점프
8. 기술	4박자 <b>AS + TS</b>	연결 동작으로 시행
9. 멀티플	4박자 <b>00 SOAS</b>	반드시 왼쪽 스윙부터 시작
10. 멀티플	연속 <b>3중뛰기</b>	“윈,투,쓰리,하” 멘트에 맞춰 모아뛰기 4번 가능

각 기술별 빨간색 글씨의 규정을 반드시 확인해주세요. 규정에서 어긋날 경우 탈락으로 인정됩니다.

MG 새마을금고와 함께하는  
2025 KBS N 전국 줄넘기

**왕중왕전**  
세종특별자치시 대회

## 학년별 왕중왕전

유치부	1,2학년부	3,4학년부	5,6학년부	중,고등,일반부
양발모아뛰기	양발모아뛰기	양발모아뛰기	양발모아뛰기	양발모아뛰기
좌,우 벌려뛰기	옆, 흔들어뛰기	2박자 엇걸어풀어	2박자 엇걸어	2박자 더블크로스
앞, 흔들어뛰기	2박자 엇걸어	2박자 더블크로스	2박자 EB	2박자 T.S
2박자 엇걸어풀어	2박자 EB	2박자 EB	2박자 토드	2박자 토드
2박자 더블크로스	2박자 토드	4박자 토드,크루개,토드	4박자 인벌스,크루개,토드	4박자 엘리펀트,크루개,토드
00 (미중)	00 CO (솔개)	4박자 00 D.C	4박자 00 T.S	4박자 00 토드
00 CO (솔개)	00 CC (송골매)	4박자 00 T.S	4박자 00 토드	4박자 00 인벌스
00 CC (송골매)	00 CO CC (십자매)	4박자 00 토드	4박자 00 인벌스	4박자 00 엘리펀트
00 CO CC (십자매)	00 D.C	4박자 00 인벌스	4박자 00 A.S	4박자 00 C.L
000 (삼중)_약36초	000 (삼중)_약36초	000 (삼중)_약1분	000 (삼중)_약1분	000 (삼중)_약1분

