香港花式跳繩會
個人全能 - 大會紀錄

組別	組別	項目	紀錄年份	紀錄保持者	下數
一般組	5歲或以下男子組	30秒前繩雙腳跳速度跳	2025(秋)	吳珀綸	74
一般組	5歲或以下男子組	30秒後繩雙腳跳速度跳	2026(春)	華栩樂	46
一般組	5歲或以下男子組	30秒側擺開速度跳	2026(春)	華栩樂	25
一般組	5歲或以下男子組	30秒左右開合腳速度跳	2025(秋)	吳珀綸	26
一般組	5歲或以下女子組	30秒前繩雙腳跳速度跳	2024(秋)	王千悠	70
一般組	5歲或以下女子組	30秒後繩雙腳跳速度跳	2024(秋)	陳芊瑜	58
一般組	5歲或以下女子組	30秒側擺開速度跳	2024(秋)	王僖瑤	23
一般組	5歲或以下女子組	30秒左右開合腳速度跳	2025(秋)	文寶耘	32
一般組	5歲或以下女子組	30秒單車步速度跳	2026(春)	曾樂翹	15
一般組	6歲男子組	30秒前繩雙腳跳速度跳	2020	馬諾同	124
一般組	6歲男子組	30秒後繩雙腳跳速度跳	2020	馬諾同	120
一般組	6歲男子組	30秒交叉跳速度跳	2020	方焯立	35.5
一般組	6歲男子組	30秒二重速度跳	2025(秋)	陳啓恆	61
一般組	6歲男子組	30秒單車步速度跳	2020	馬諾同	68
一般組	6歲女子組	30秒前繩雙腳跳速度跳	2020 2025(秋)	葉倚晴 毛安娜	99
一般組	6歲女子組	30秒後繩雙腳跳速度跳	2020	梁盼然	86.5
一般組	6歲女子組	30秒交叉跳速度跳	2025(秋)	夏旖澄	40
一般組	6歲女子組	30秒後交叉跳速度跳	2026(春)	朱天瑜	20
一般組	6歲女子組	30秒二重速度跳	2025(秋)	甄壹懿	60
一般組	6歲女子組	30秒單車步速度跳	2020	葉倚晴	55.5
一般組	7歲男子組	30秒前繩雙腳跳速度跳	2026(春)	佘樂康	121
一般組	7歲男子組	30秒後繩雙腳跳速度跳	2026(春)	陳啓恆	108
一般組	7歲男子組	30秒交叉跳速度跳	2024(秋)	黃星翰	55
一般組	7歲男子組	30秒二重速度跳	2026(春)	佘樂康	71
一般組	7歲男子組	30秒單車步速度跳	2024(秋)	黃星翰	70
一般組	7歲女子組	30秒前繩雙腳跳速度跳	2025(秋)	吳昫澄	114
一般組	7歲女子組	30秒後繩雙腳跳速度跳	2025(秋)	吳昫澄	100.5
一般組	7歲女子組	30秒二重速度跳	2025(秋) 2026(春)	吳昫澄 甄壹懿	64
一般組	7歲女子組	30秒交叉跳速度跳	2024(秋)	林朗熙	47
一般組	7歲女子組	30秒後交叉跳速度跳	2026(春)	凌梓琪	31
一般組	7歲女子組	30秒單車步速度跳	2025(秋)	吳昫澄	64
一般組	8歲男子組	30秒交叉跳速度跳	2024(秋)	林東顥	49
一般組	8歲男子組	30秒後交叉跳速度跳	2019	郭曉藍	44
一般組	8歲男子組	30秒單車步速度跳	2025(春)	黃宏希	72
一般組	8歲男子組	30秒二重速度跳	2025(秋)	吳卓謙	68
一般組	8歲男子組	30秒前交叉轉換速度跳	2019	張坊德	64.5
一般組	8歲男子組	30秒身後交叉開速度跳	2026(春)	陳孜洛	17
一般組	8歲男子組	45秒個人花式賽	2025(秋)	黃柏翹	73
一般組	8歲女子組	30秒交叉跳速度跳	2020	梁信行	48
一般組	8歲女子組	30秒後交叉跳速度跳	2024	黎子妤	44.5
一般組	8歲女子組	30秒單車步速度跳	2025(秋)	林朗熙	75
一般組	8歲女子組	30秒二重速度跳	2025(春)	林朗熙	76
一般組	8歲女子組	30秒前交叉轉換速度跳	2024	黎子妤	70
一般組	8歲女子組	45秒個人花式賽	2024	黎子妤	88
一般組	9歲男子組	30秒交叉跳速度跳	2020	張坊明	52
一般組	9歲男子組	30秒後交叉跳速度跳	2020	張坊德	51
一般組	9歲男子組	30秒單車步速度跳	2026(春)	黃宏希	80
一般組	9歲男子組	30秒二重速度跳	2024(秋)	陸鏗善	74
一般組	9歲男子組	30秒前交叉轉換速度跳	2020	張坊德	82

香港花式跳繩會
個人全能 - 大會紀錄

一般組	9歲男子組	30秒身後交叉開速度跳	2026(春)	黃宏希	30
一般組	9歲男子組	45秒個人花式賽	2024(秋)	陸鏗善	91
一般組	9歲女子組	30秒交叉跳速度跳	2020	聶子晴	55.5
一般組	9歲女子組	30秒後交叉跳速度跳	2025(秋)	方佩盈	51
一般組	9歲女子組	30秒單車步速度跳	2025(春) 2025(秋)	黎子妤 方佩盈	75
一般組	9歲女子組	30秒二重速度跳	2025(秋)	曾卓遙	71
一般組	9歲女子組	30秒前交叉轉換速度跳	2025(秋)	胡曉琳	80
一般組	9歲女子組	30秒身後交叉開速度跳	2026(春)	陳凡語	13.5
一般組	9歲女子組	45秒個人花式賽	2025(秋)	方佩盈	91
一般組	10歲男子組	30秒交叉跳速度跳	2025(秋)	林滿庭	50.5
一般組	10歲男子組	30秒後交叉跳速度跳	2025(春)	岑俊傑	56
一般組	10歲男子組	30秒單車步速度跳	2025(秋)	林滿庭	78
一般組	10歲男子組	30秒二重速度跳	2025(秋)	林滿庭	76.5
一般組	10歲男子組	30秒前交叉轉換速度跳	2024	陳柏澔	88
一般組	10歲男子組	30秒身後交叉開速度跳	2026(春)	薛嘉澤	29
一般組	10歲男子組	45秒個人花式賽	2024(秋)	鍾灝霆	110
一般組	10歲女子組	30秒交叉跳速度跳	2019	蕭旨希	57
一般組	10歲女子組	30秒後交叉跳速度跳	2025(秋)	成亦心	48.5
一般組	10歲女子組	30秒單車步速度跳	2020	潘貝兒	80
一般組	10歲女子組	30秒二重速度跳	2020 2024(秋)	潘貝兒 霍卉喬	74
一般組	10歲女子組	30秒前交叉轉換速度跳	2020	李俙賢	79.5
一般組	10歲女子組	30秒身後交叉開速度跳	2026(春)	梁沛瑤	31
一般組	10歲女子組	45秒個人花式賽	2020	李俙賢	102
一般組	11歲男子組	30秒交叉跳速度跳	2025(秋)	鍾灝霆	59
一般組	11歲男子組	30秒後交叉跳速度跳	2022	張坊德	56
一般組	11歲男子組	30秒單車步速度跳	2026(春)	李樂謙	77
一般組	11歲男子組	30秒二重速度跳	2026(春)	吳峻一	74
一般組	11歲男子組	30秒前交叉轉換速度跳	2022	張坊德	87
一般組	11歲男子組	30秒身後交叉開速度跳	2026(春)	黃梓焌	34
一般組	11歲男子組	45秒個人花式賽	2020	楊卓賢	107.5
一般組	11歲女子組	30秒交叉跳速度跳	2025(春)	葉倚晴	56
一般組	11歲女子組	30秒後交叉跳速度跳	2026(春)	趙煜淇	51
一般組	11歲女子組	30秒單車步速度跳	2019 2025(秋)	楊梓晴 霍卉喬	78
一般組	11歲女子組	30秒二重速度跳	2025(秋)	霍卉喬	78
一般組	11歲女子組	30秒前交叉轉換速度跳	2020	霍卉喬	72
一般組	11歲女子組	30秒身後交叉開速度跳	2026(春)	趙煜淇	37
一般組	11歲女子組	45秒個人花式賽	2025(春)	霍卉喬	107.5
一般組	12歲男子組	30秒交叉跳速度跳	2019	王培道	53
一般組	12歲男子組	30秒後交叉跳速度跳	2019 2020	孔雋 蔡皓熙	41
一般組	12歲男子組	30秒單車步速度跳	2026(春)	黃敬謙	80
一般組	12歲男子組	30秒二重速度跳	2019	黃號程	74
一般組	12歲男子組	30秒前交叉轉換速度跳	2020	彭翺揚	77.5
一般組	12歲男子組	30秒身後交叉開速度跳	2026(春)	黃敬謙	34
一般組	12歲男子組	45秒個人花式賽	2026(春)	黃敬謙	104
一般組	12歲女子組	30秒交叉跳速度跳	2026(春)	符咏怡	56
一般組	12歲女子組	30秒後交叉跳速度跳	2026(春)	周芷彤	55
一般組	12歲女子組	30秒單車步速度跳	2020	楊梓晴	84
一般組	12歲女子組	30秒二重速度跳	2025(春)	李頤琳	69.5

香港花式跳繩會
個人全能 - 大會紀錄

一般組	12歲女子組	30秒前交叉轉換速度跳	2019	葉翠兒	83.5
一般組	12歲女子組	30秒身後交叉開速度跳	2026(春)	李凱雯	37
一般組	12歲女子組	45秒個人花式賽	2026(春)	周芷彤	106.5
一般組	13歲或以上男子組	30秒交叉跳速度跳	2019 2020	黃建忠 彭宇恆	51.5
一般組	13歲或以上男子組	30秒後交叉跳速度跳	2026(春)	蘇梓珀	45.5
一般組	13歲或以上男子組	30秒單車步速度跳	2019 2022	黎展希 陳柏浩	80
一般組	13歲或以上男子組	30秒二重速度跳	2019	黎展希	77
一般組	13歲或以上男子組	30秒前交叉轉換速度跳	2019	盧卓恒	80
一般組	13歲或以上男子組	30秒身後交叉開速度跳	2026(春)	陳毅	28.5
一般組	13歲或以上男子組	45秒個人花式賽	2019	黃柏鋒	93
一般組	13歲或以上女子組	30秒交叉跳速度跳	2020	葉翠兒	56
一般組	13歲或以上女子組	30秒後交叉跳速度跳	2022	劉證曈	53
一般組	13歲或以上女子組	30秒單車步速度跳	2024(秋)	林苑晴	94.5
一般組	13歲或以上女子組	30秒二重速度跳	2024(秋)	林苑晴	76.5
一般組	13歲或以上女子組	30秒前交叉轉換速度跳	2022	陳芷望	90
一般組	13歲或以上女子組	30秒身後交叉開速度跳	2026(春)	唐心妍	23
一般組	13歲或以上女子組	45秒個人花式賽	2020	葉翠兒	105.5
公開組	8歲或以下男子組(公開組)	30秒交叉跳速度跳	2025(秋)	黃星翰	56
公開組	8歲或以下男子組(公開組)	30秒後交叉跳速度跳	2022	聶子堯	36
公開組	8歲或以下男子組(公開組)	30秒單車步速度跳	2025(秋)	黃星翰	75.5
公開組	8歲或以下男子組(公開組)	30秒二重速度跳	2025(秋)	黃星翰	72
公開組	8歲或以下男子組(公開組)	30秒前交叉轉換速度跳			
公開組	8歲或以下男子組(公開組)	45秒個人花式賽	2025(秋)	李卓謙	76
公開組	8歲或以下女子組(公開組)	30秒交叉跳速度跳	2025(秋)	卓晞藍	60
公開組	8歲或以下女子組(公開組)	30秒後交叉跳速度跳	2024(秋)	清靖	16
公開組	8歲或以下女子組(公開組)	30秒單車步速度跳	2025(春)	莫若林	78
公開組	8歲或以下女子組(公開組)	30秒二重速度跳	2025(秋)	卓晞藍	75
公開組	8歲或以下女子組(公開組)	30秒前交叉轉換速度跳	2019	吳綽琳	57
公開組	8歲或以下女子組(公開組)	45秒個人花式賽	2025(秋)	陸柔善	73.5
公開組	9-11歲男子組(公開組)	30秒交叉跳速度跳	2025(春)	蔡博洋	57
公開組	9-11歲男子組(公開組)	30秒後交叉跳速度跳	2025(秋)	張昊燊	37
公開組	9-11歲男子組(公開組)	30秒單車步速度跳	2025(春)	王韞維	85.5
公開組	9-11歲男子組(公開組)	30秒二重速度跳	2026(春)	陸鏗善	86
公開組	9-11歲男子組(公開組)	30秒前交叉轉換速度跳	2019	謝銘軒	79
公開組	9-11歲男子組(公開組)	45秒個人花式賽	2026(春)	陸鏗善	122
公開組	9-11歲女子組(公開組)	30秒交叉跳速度跳	2022	聶子晴	61
公開組	9-11歲女子組(公開組)	30秒後交叉跳速度跳	2026(春)	方佩盈	53
公開組	9-11歲女子組(公開組)	30秒單車步速度跳	2024 2026(春)	王曉曈 鄭蔚翹	87
公開組	9-11歲女子組(公開組)	30秒二重速度跳	2026(春)	鄭蔚翹	84
公開組	9-11歲女子組(公開組)	30秒前交叉轉換速度跳	2019	吳懷悅	59
公開組	9-11歲女子組(公開組)	45秒個人花式賽	2020	馬諾呈	106
公開組	12-14歲男子組(公開組)	30秒交叉跳速度跳	2023	李天朗	58
公開組	12-14歲男子組(公開組)	30秒後交叉跳速度跳	2024(秋)	吳嘉晉	51
公開組	12-14歲男子組(公開組)	30秒單車步速度跳	2024	王新恩	91.5
公開組	12-14歲男子組(公開組)	30秒二重速度跳	2024	王新恩	88
公開組	12-14歲男子組(公開組)	30秒前交叉轉換速度跳	2019	黃梓維	79
公開組	12-14歲男子組(公開組)	45秒個人花式賽	2019	黃梓維	117
公開組	12-14歲女子組(公開組)	30秒交叉跳速度跳	2019	胡柏詠	65
公開組	12-14歲女子組(公開組)	30秒後交叉跳速度跳	2024	趙紫晴	49

香港花式跳繩會
個人全能 - 大會紀錄

公開組	12-14歲女子組(公開組)	30秒單車步速度跳	2025(春)	曾家欣	91.5
公開組	12-14歲女子組(公開組)	30秒二重速度跳	2026(春)	朱素言	82
公開組	12-14歲女子組(公開組)	30秒前交叉轉換速度跳	2019	羅倚晴	73
公開組	12-14歲女子組(公開組)	30秒身後交叉開速度跳	2026(春)	梁姿熙	29
公開組	12-14歲女子組(公開組)	45秒個人花式賽	2020	關泳嵐	118.5
公開組	15歲或以上男子組(公開組)	30秒交叉跳速度跳	2025(春)	孫家駿	57
公開組	15歲或以上男子組(公開組)	30秒後交叉跳速度跳			
公開組	15歲或以上男子組(公開組)	30秒單車步速度跳	2025(春)	孫家駿	93
公開組	15歲或以上男子組(公開組)	30秒二重速度跳	2025(秋)	張文博	91
公開組	15歲或以上男子組(公開組)	30秒前交叉轉換速度跳	2024	阮頌軒	65
公開組	15歲或以上男子組(公開組)	45秒個人花式賽	2025	陳柏勳	111
公開組	15歲或以上女子組(公開組)	30秒交叉跳速度跳	2023	陳芷望	73
公開組	15歲或以上女子組(公開組)	30秒後交叉跳速度跳	2024	林溱穎	46
公開組	15歲或以上女子組(公開組)	30秒單車步速度跳	2023	林苑晴	87
公開組	15歲或以上女子組(公開組)	30秒二重速度跳	2023	林苑晴	73
公開組	15歲或以上女子組(公開組)	30秒前交叉轉換速度跳	2024	陳芷莜	55.5
公開組	15歲或以上女子組(公開組)	45秒個人花式賽	2023	陳芷望	105