

# 2024 年第十七屆志堅盃全國太極拳錦標賽

## ◎ 競 賽 規 程 ◎

一、宗 旨：提昇太極拳架及推手技藝，推廣全民運動，促進國民健康，加強太極拳同道間情誼及相互間觀摩。

二、辦理單位：

1、指導單位：教育部體育署、中華民國太極拳總會

2、主辦單位：財團法人中華太極館

3、協辦單位：台北市體育總會太極拳協會、中華易簡太極拳協會、  
邱烽堯議員服務處

三、參加單位：全國各太極拳友及團體

四、比賽日期：中華民國 113 年 3 月 3 日(星期日)

五、比賽地點：新北市中和區興南路二段 3 巷 17 號(中和國中育樂中心)

六、參加辦法：

1、(1) 凡參加個人賽之選手、領隊、教練、管理等隊職員均應填寫報名表(附件)。裁判及選手不得兼任領隊、教練。

(2) 推手賽，每隊男女各量級均以二人為限。

2、報名地點：財團法人中華太極館(臺北市基隆路二段151-7號12樓)

FB 粉絲專頁：鬆柔太極拳 Supple Tai Chi

電話：(02) 2736-5086，傳真：(02) 2736-4090

3、報名日期：即日起至 113 年 2 月 3 日止(截止日期以郵戳為憑)

4、比賽、教學與交流項目：

(A) 教學與交流：

**鬆柔推手指導老師：**

葉文寬理事長、吳榮輝、鐘國政、吳忠誠、余國棟、林鎮坤、莊茂山、張志強、施儀良、黃文佑、林健民、徐宏孟、鍾亮輝、傅榮祥、楊正修、李雲騰、王兆羽、簡永昌、何昭德、真 彥、李侖絮、吳寶色、白義福、蔡孟宏、吳金龍、沈慎言、翟修文、杜茂成、許宏光、蕭翔文等老師。

**易簡太極拳指導老師：**

劉德榮、王木盛、吳一平、李好惠、黎玉東、林有清、朱泉琳、葉淑華、劉林月桂、譚希絲、張曉平、林桂華、李肇謙、劉美秀、林燈儀、高麗英、盧寶彩、廖淑真、彭成奎、鍾錦芳、郭緯麒、王世鳳、劉坤銘等老師。

**楊氏 39 式太極拳指導老師：**

賴媛芳、朱惠珠、簡秀玉、董順福、孫最仁、蔡國偉

**(B) 推手比賽：**

- a. 社會組含高中定步推手
- b. 國中組定步推手

**(C) (1) 易簡太極拳套路個人賽：**男、女組。1、2、4 段全民運動會版，時間 6 至 7 分（每單位限男女各兩位選手參加）

**(2) 楊氏 39 式太極拳**（每單位限男女各兩位選手參加）

**(D) 易簡太極拳套路團體賽：**

**(1) 易簡太極拳：**時間 6 至 7 分。（1、2、4 段全民運動會版）

**(2) 楊氏 39 式太極拳：**時間 6 至 7 分。

5、推手比賽各量級人數如不滿 3 人，大會得併級比賽或取消該量級比賽，賽員不得有異議；

**6、報名費用**

(1) 套路團體賽每隊 1,800 元，推手個人賽 800 元。推手交流、鬆柔推手教學、易簡太極拳教學 300 元。

(2) 電匯或 ATM 轉帳：台北富邦銀行基隆路分行

帳號：600210274720 戶名：財團法人中華太極館

或現金袋寄「財團法人中華太極館收」。收據影本與報名表應同時寄交。

7、抽籤日期：113 年 2 月 11（星期六）上午 10 時

8、抽籤地點：財團法人中華太極館中和訓練中心（新北市中和區中和路 131 號，中和國小正門斜對面）；屆時未派代表參加之單位，由主辦單位代為抽定。

9、報到時間：113 年 3 月 3 日上午 8 時至 8 時 30 分。

10、推手選手過磅時間訂於 113 年 3 月 3 日上午 8 時至 8 時 30 分於比賽場地。過磅逾時者以棄權論。

11、裁判會議：113 年 3 月 3 日上午 10:00~10:10

12、領隊會議：113 年 3 月 3 日上午 10:10~10:20

13、推手賽分定步與活步推手，依體重分為以下各級：

(1)男子組分：社會組含高中。各量級體位如下：

第一級：62 公斤以下(含)

第二級：62.01 至 68.00 公斤以下(含)

第三級：68.01 至 76.00 公斤以下(含)

第四級：76.01 至 86.00 公斤以下(含)

第五級：86.01 至 98.00 公斤以下(含)

第六級：98.01 至 112.00 公斤以下(含)

(2)女子組分：社會 (含高中)各量級體位如下：

第一級：50 公斤以下(含)

第二級：50.01 至 57.00 公斤以下(含)

第三級：57.01 至 66.00 公斤以下(含)

第四級：66.01 至 77.00 公斤以下(含)

(3)國中男子組各級依社會男子組各級減 10 公斤，國中女子組各級則依社會女子組各級減 10 公斤。

14、參賽年齡：參賽年齡逾 60 歲者須附自願書，未滿 18 歲者須附家長同意書。(附表)

#### 七、獎勵：

1、推手個人賽 7 人 (含) 以上錄取 4 名。4 至 6 人錄取 3 名，3 人錄取 1 名，前 3 名頒發獎狀及獎牌乙只，第 4 名頒發獎狀。

2、套路團體每 6 隊 (含) 以上錄取 4 名，每增加 2 隊再錄取 1 名。5 隊錄取 3 名，4 隊錄取 2 名，3 隊錄取 1 名，團體賽前 3 名頒發獎狀及獎牌乙只，第 4 名頒發獎狀。另外團體套路 7 隊以上，獲前 3 名頒發獎金，冠軍 3000 元、亞軍 2000 元、季軍 1000 元，6 隊(含)頒發獎金，冠軍 3000 元、亞軍 2000 元。

#### 八、比賽制度：

- 1、套路團體賽每隊限 6~9 人。(每增減 1 人扣總分 0.1 分)
- 2、套路團體賽 14 隊 (含) 以上分 2 組。
- 3、推手比賽均採單淘汰，2 局制。每局實際比賽時間，實戰 40 秒，局間休息 40 秒。

## 2024 年第十七屆志堅盃全國太極拳推手比賽規則

比賽採兩局制，以一攻一守的方式進行，再總合兩局的得分來定勝負。雙方搭手後進行一回的棚、屢、按後，再進行比賽，進攻方可以採用向前按發勁，或左右屢採的招式。防守方只能採用左右屢採招式，不得向前按發勁，守方若能化解對手的發勁，並使其失衡動步或倒地，也以得分方式計算。

### 1、定步推手比賽得分範圍分述如下：

- (1) 進攻方以發勁或走化招法使對手動步者，得1分。
- (2) 進攻方以發勁或走化招法使對手倒地者，得2分，選手身體自膝蓋（含膝蓋）以上任何部位接觸地面者，視同倒地。
- (3) 防守方以走化招法使對手動步者，得1分。
- (4) 防守方以走化招法使對手倒地者，得2分，選手身體自膝蓋（含膝蓋）以上任何部位接觸地面者，視同倒地。

### 2、技術優勝：

- (1) 活步推手得分技術優勝：雙方得失分相差6分以上（含6分）稱為「得分技術優勝」。
- (2) 定步推手得分技術優勝：雙方得失分相差12分以上（含12分）稱為「得分技術優勝」。

### 3、不得分：

定步比賽時一方發勁，雙方皆動步或先後壓制倒地者，不予計分。

### 【定步與活步推手場地】

定步推手場地：邊長 6 公尺的正方形，場地中央設置 3 公分厚的泡棉定步模板（如圖 1）。

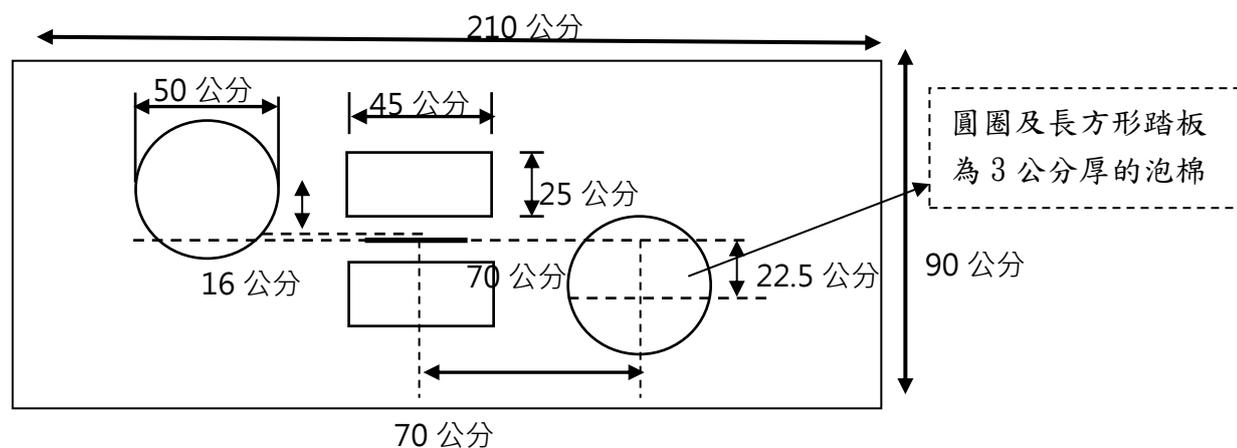


圖 1 定步推手比賽場地

## 第十七屆志堅盃全國太極拳錦標賽賽程

時間	活動內容	備註
07:00~08:00	工作人員、選手及裁判人員報到	布置場地 推手過磅
08:00~10:00	楊氏 39 式太極拳、易簡太極拳教學 自由推手交流、鬆柔推手、視障太極 教學	可以勾選多種課程
10:00~10:20	領隊及裁判會議	
10:20~10:40	開幕典禮	主席、貴賓致詞
10:40~10:50	易簡太極拳表演	歡迎視障朋友參加
10:50~11:00	楊氏 39 式太極拳表演	
11:00~12:00	太極拳套路及推手比賽	比賽採兩局制，以一攻一 守的方式進行，詳見推手
12:00~13:00	午餐休息	
13:00~17:00	太極拳套路及推手比賽	