

# 113 年第 73 屆屏東縣運動會太極拳技術手冊

## 壹、太極拳運動組織：

### 一、屏東縣體育會太極拳委員會

主任委員：劉玉霞

總幹事：符樹基

## 貳、競賽資訊：

一、比賽日期：中華民國 113 年 12 月 14 日(六)、12 月 15 日(日)《共 2 日》

二、比賽場地：屏東市大同國民小學(體育館)

三、比賽組別：國小組、國中組、高中組、社會組、社會團體組(男女不拘可混合)

## 參、競賽項目：

### (一)團體賽：

1. 套路競賽

2. 器械競賽

### (二)個人賽：

1. 套路競賽

2. 器械競賽

3. 推手競賽

## 肆、參賽辦法

(一)戶籍規定：須符合競賽規程第 8 條相關規定。

(二)年齡規定：須符合競賽規程第 8 條相關規定。

(三)註冊人數：

1. 團體賽：以鄉鎮市為單位，可報不同套路及不同器械各 1 隊，每隊人員限 5 人(團體參賽人員可重複)。

2. 個人賽：以鄉鎮市為單位，每項不同套路及不同器械可報名 10 人為限，惟每人最多只可報名套路共 2 項及器械共 2 項(不含團體賽)

3. 學生組：每人可報名套路共 2 項及器械共 2 項(不含團體賽)[國小組以鄉鎮市為單位，國、高中不可跨校]。

4. 推手及套路比賽：個人賽不足三人(隊)時則併級或取消比賽，賽員不得異議。

## 伍、套路比賽規範：

(一)團體項目競賽：不分性別、年齡、體重，每個團隊人數依該次競賽規程而定。

[依國際太極拳規則第參章第 7 相關規定。]

※(若比賽項目之隊數不足 3 隊時得採合併或取消比賽，不得異議。)

團體套路競賽項目：13 式太極拳、37 式太極拳、其他套路。

團體器械競賽項目：32 式太極刀、其他器械。

(二)個人套路競賽：國小組、國中組、高中組(含高中、職)、社會組(含大專院校)。

※[各單項套路/組別人數不足 3 人時，得以併入其他套路或取消比賽，不得異議。]

(三)凡由大會安排套路、器械個人賽合併組別時(國小、國中)如越一級之賽員最後得

分+0.02 分；如越二級+0.04 分……以此類推(高中組併社會組不加分)

(四)個人賽組別區分：男子組、女子組

(五)個人競賽項目/時間：

1. 13 式太極拳(全民版)/5-6 分鐘
2. 24 式太極拳/4-5 分鐘
3. 37 式太極拳(全民版)/6-7 分鐘
4. 38 陳式太極拳(全民版)/5-6 分鐘
5. 42 式太極拳/5-6 分鐘
6. 64 式太極拳(全民版)(第二段)/7-8 分鐘
7. 99(42 式)(全民版)太極拳/5-6 分鐘
8. 易簡太極拳(全民版)6-7 分鐘
9. 其他太極拳套路/6 分鐘以下(請詳細註明套路全名稱)

※ (個人賽單項套路不足三人時得併級或取消比賽，賽員不得異議)

(六) 器械競賽：國小組、國中組、高中組、社會組。

※ [各器械項目/組別若人數不足時，得以併入其他器械或取消比賽，不得異議。]

1. 楊式太極劍/5 分鐘以下
2. 楊式 32 式太極刀/3-4 分鐘
3. 其他器械/2-5 分鐘 -備註：傳統 54 太極劍/4-5 分鐘(全民運動會版)

※ (個人賽單項器械/組別不足三人時得併級或取消比賽，賽員不得異議)

陸、推手比賽制度：

1. 社會組：此組別為 113 年全民運推手代表選拔賽，大會依體重分為下列男子 7 個量級、女子 5 個量級，一律以定步推手比賽。
2. 社會組男女各量級選出第一名者為 113 年全民運推手代表，若男女各量級代表不足額時，屏東縣體育會太極拳委員會主任委員得採徵召優秀選手方式遞補之。

量級 組別	第一級	第二級	第三級	第四級	第五級	第六級	第七級
社男	62 公斤以下	62.01   68.00	68.01   76.00	76.01   86.00	86.01   98.00	98.01   112.00	112.01   130.00
社女	50 公斤以下	50.01   57.00	57.01   66.00	66.01   77.00	77.01   90.00		

4. 縣運推手比賽區分為：高中組、國中組、國小組，大會依體重分為男子 10 個量級、

女子 8 個量級，分別比賽。

5. 各級參加人數如不滿 3 人則併級比賽或取消比賽，賽員不得異議。

6. 活步推手及定步推手之學生男子組、學生女組分級如下：

量級 組別	一級	二級	三級	四級	五級	六級	七級	八級	九級	十級
高男	55 公斤以下	55.01   58.00	58.01   61.00	61.01   65.00	65.01   70.00	70.01   76.00	76.01   83.00	83.01   91.00	91.01   100.00	100.01 以上
高女	48 公斤以下	48.01   51.00	51.01   54.00	54.01   58.00	58.01   63.00	63.01   69.00	69.01   76.00	76.01 以上		
國男組	45 公斤以下	45.01   48.00	48.01   51.00	51.01   55.00	55.01   60.00	60.01   66.00	66.01   73.00	73.01   81.00	81.01   90.00	90.01 以上
國女組	38 公斤以下	38.01   41.00	41.01   44.00	44.01   48.00	48.01   53.00	53.01   59.00	59.01   66.00	66.01 以上		
男童組	30 公斤以下	30.01   33.00	33.01   36.00	36.01   40.00	40.01   45.00	45.01   51.00	51.01   58.00	58.01   66.00	66.01   75.00	75.01 以上
女童組	23 公斤以下	23.01   26.00	26.01   29.00	29.01   33.00	33.01   38.00	38.01   44.00	44.01   51.00	51.01 以上		

7. 參賽年齡逾五十歲者須附切結書，未滿十八歲者須附家長同意書。

柒、推手比賽制度與規則：

- (1) 推手比賽採單淘汰制，三戰二勝制。社會組、高中組、國中組預賽、複賽、決賽一律採用定步推手。國小組一律採用活步推手比賽。
- (2) 定步推手比賽每局實戰 1 分鐘，局間休息 1 分鐘。國小組活步推手每局實戰 90 秒，局間休息 1 分鐘。
- (3) 定步推手比賽得分範圍分述如下：
  - a. 以發勁或走化招法使對手動步者，得 1 分。
  - b. 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。
- (4) 活步推手比賽得分範圍分述如下：

- a. 以發勁或走化招法將對手發出圈外者，得 1 分。
- b. 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。

(5) 技術優勝：

- a. 活步推手得分技術優勝：雙方得失分相差 6 分（含 6 分）稱為「得分技術優勝」。
- b. 定步推手得分技術優勝：雙方得失分相差 6 分（含 6 分）稱為「得分技術優勝」。

(6) 不得分：

- a. 活步推手比賽時一方發勁雙方同時出圈外，不予計分。
- b. 定步、活步推手比賽時一方發勁，雙方皆動步或先後壓制倒地者，不予計分。

(7) 推手比賽招法：

參照中華民國太極拳總會通過之「國際太極拳規則」辦理，但選手雙方不得雙手插腋，以避免抱摔動作。

捌、獎狀、獎牌頒發：依據競賽規程第 11 條相關規定辦理。

玖、團體總錦標：

依參賽隊伍數 2、3 隊取 1 名、4 隊取 2 名、5 隊以上取 3 名、6 隊取 4 名、7 隊取 5 名、8 隊取 6 名原則辦理。各競賽種類前六名，依各組組隊單位所獲各組各項第一名、第二名、第三名、第四名，換算積分 4 分、2 分、1 分、0.5 分，加總後依高低順序錄取，頒給各競賽種類錦標；分數相同以第一名數計，再相同以第二名數計，餘此類推至第六名，如再相同時，依各競賽種類技術手冊規定辦理。

※(如有變動則以主辦單位賽前最後公佈辦法及方式為準)

拾、本技術手冊一切參照國際太極拳規則，規則中如有未盡事宜得由大會隨時修正之。