

# 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<br>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<br> <br>68.00 | 68.01<br> <br>76.00 | 76.01<br> <br>86.00 | 86.01<br> <br>98.00 | 98.01<br> <br>112.00 | 112.01<br> <br>130.00 |
| 社女       | 50 公斤以下 | 50.01<br> <br>57.00 | 57.01<br> <br>66.00 | 66.01<br> <br>77.00 | 77.01<br> <br>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<br>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<br> <br>58.00 | 58.01<br> <br>61.00 | 61.01<br> <br>65.00 | 65.01<br> <br>70.00 | 70.01<br> <br>76.00 | 76.01<br> <br>83.00 | 83.01<br> <br>91.00 | 91.01<br> <br>100.00 | 100.01<br>以上 |
| 高女       | 48 公斤以下 | 48.01<br> <br>51.00 | 51.01<br> <br>54.00 | 54.01<br> <br>58.00 | 58.01<br> <br>63.00 | 63.01<br> <br>69.00 | 69.01<br> <br>76.00 | 76.01<br>以上         |                      |              |
| 國男組      | 45 公斤以下 | 45.01<br> <br>48.00 | 48.01<br> <br>51.00 | 51.01<br> <br>55.00 | 55.01<br> <br>60.00 | 60.01<br> <br>66.00 | 66.01<br> <br>73.00 | 73.01<br> <br>81.00 | 81.01<br> <br>90.00  | 90.01<br>以上  |
| 國女組      | 38 公斤以下 | 38.01<br> <br>41.00 | 41.01<br> <br>44.00 | 44.01<br> <br>48.00 | 48.01<br> <br>53.00 | 53.01<br> <br>59.00 | 59.01<br> <br>66.00 | 66.01<br>以上         |                      |              |
| 男童組      | 30 公斤以下 | 30.01<br> <br>33.00 | 33.01<br> <br>36.00 | 36.01<br> <br>40.00 | 40.01<br> <br>45.00 | 45.01<br> <br>51.00 | 51.01<br> <br>58.00 | 58.01<br> <br>66.00 | 66.01<br> <br>75.00  | 75.01<br>以上  |
| 女童組      | 23 公斤以下 | 23.01<br> <br>26.00 | 26.01<br> <br>29.00 | 29.01<br> <br>33.00 | 33.01<br> <br>38.00 | 38.01<br> <br>44.00 | 44.01<br> <br>51.00 | 51.01<br>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。