

2011 年靜廬盃陳氏太極拳全國錦標賽

實施計劃暨競賽規程

- 一、宗旨：為提升陳氏太極拳拳術水準，推廣全民體育運動，增進國民健康，特別舉辦靜廬盃陳氏太極拳全國錦標賽，以普及全民太極拳運動。
- 二、指導單位：行政院體育委員會
- 三、主辦單位：中華陳氏太極拳協會
- 四、協辦單位：永和區體育會陳氏太極拳委員會、新北市陳氏太極拳協會
- 五、日期：中華民國 100 年 5 月 29 日(星期日)
- 六、比賽地點：新北市永和區安樂路 431 號 2 樓 (永和區民眾活動中心)
- 七、參賽資格：凡對拳術有興趣人士均可參加
- 八、報名費：拳術：每人每項新台幣參百元整
搗手：每對新台幣陸百元整
報名費用請至郵局劃撥，劃撥帳號：19743976
戶名：台北縣陳氏太極拳協會
請各單位於劃撥之後，將收據影本與報名表置於信封內，逕寄：

231 新北市新店區北新路一段 293 號 19 樓之 15
新北市陳氏太極拳協會 收

- 九、報名日期：即日起至 5 月 10 日止(報名截止日期以郵戳為準)
- 十、連絡地點：新北市新店區北新路一段 293 號 19 樓之 15
電話：0920-237374 傳真：02-29178365
電子信箱 hyh.chentaichi@gmail.com

十一、比賽項目：

(一)拳術：

- 組別：
1. 男子組
 2. 男子長青組(55 歲、民國 45 年(含)以前出生者)
 3. 女子組
 4. 女子長青組(55 歲、民國 45 年(含)以前出生者)
 5. 學生組：高中組、國中組、國小組
- 項目：
1. 陳氏太極拳 24 式套路：時間限定 3~5 分鐘(洪塗生版本)
 2. 陳氏太極拳 48 式套路：時間限定 5~7 分鐘(洪允和版本)
 3. 陳氏太極拳小架：時間限定 3~5 分鐘
 4. 陳氏太極拳頭套老架：時間限定 7~9 分鐘
 5. 陳氏太極拳二路砲捶：時間限定 2~4 分鐘
 6. 器械類：時間限定 4 分鐘以內

- 說明：
1. 個人賽每人可報名單項，或限報兩項(一項拳架、一項器械)。
 2. 各套路如同項目超過六人或六隊時，得獨立分項比賽。
 3. 各項器械如同器械超過六人時，得獨立分項比賽。
 4. 器械比賽必須於報名時註明器械名稱。

(二) 搗手：兩人為一對，每對選手不得重複。

- 組別： 1. 男子組
2. 男子長青組(55歲、民國45年(含)以前出生者)
3. 女子組
4. 女子長青組(55歲、民國45年(含)以前出生者)
5. 學生組：高中組、國中組、國小組

項目： 雙人搗手對練：時間限定2分鐘以內(包含定步與動步)

說明： 1. 搗手雙人對練，可包含踢、打、摔、拿、跌及發、放等技巧，但為避免發生傷害事故，僅能點到為止。

2. 雙人搗手對練其順序如下

(1)起式：賽員進場後在場內的規定處相對而立，各將雙手握拳平舉前伸，甲乙兩人之拳面相接。

(2)出步式：甲出右足，乙出左足，膝與小腿、足踝等部相靠，雙方各成弓步，後出步者踏在對方前足之內側。

(3)搭手式：甲乙各出右手，以手腕節互相粘貼，再各以左手搭住對方肘節，成雙搭手式。

(4)對練法：

定步：於原地進行棚、履、擠、按四正手之走化。

動步：完成四正手之規定動作後，續採動步之方式進行對練，兩人之步法，可一進一退，或連進連退，相互進退攻守，步數不拘，方向亦無一定，應用拳套之各種手法，配合周身上下相隨的身法與步法，互相往來推動。

十二、競賽規定：

(一) 比賽評分悉依中華民國體育運動總會審定之太極拳比賽規則。

十三、競賽順序：5月11日上午10時於新店區北新路一段293號19樓之15抽籤，未親自到場者，將由主辦單位代為抽籤。

十四、報名及參加辦法：

(一) 參加選手，請繳交最近2吋半身照片乙張，並填寫報名表。

(二) 參加選手，各項費用自行負擔。

(三) 參加選手及裁判請於5月29日上午9時至9時30分報到。

十五、本辦法如有未盡事宜，得由主辦單位視情況修正之。

2011 年靜廬盃陳氏太極拳全國錦標賽 拳術報名表

請勾選組別一項，比賽項目一項或兩項(拳架及器械)：

比 賽 項 目			組 別	
<input type="checkbox"/> 陳氏太極拳 24 式(洪塗生版) <input type="checkbox"/> 陳氏太極拳 48 式(洪允和版) <input type="checkbox"/> 陳氏太極拳小架 <input type="checkbox"/> 陳氏太極拳頭套老架 <input type="checkbox"/> 陳氏太極拳二路砲捶 <input type="checkbox"/> 器械類 名稱：_____			個人賽： 社會組： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女 長青組： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女 高中組： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女 國中組： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女 國小組： <input type="checkbox"/>	
請浮貼兩吋 半身 照片乙張	姓 名		性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
	身分證字號		出生日期	年 月 日
	郵政劃撥 收據號碼		電話	()
		(並請附收據影印本)	手機	
地 址			便當	<input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素
單 位				
單位 蓋章				
<h3 style="margin: 0;">同 意 書</h3> <p style="margin: 0;">貴弟子 參加 2011 年靜廬盃陳氏太極拳全國錦標賽，因未滿十八歲之選手，按大會規定，需取得監護人同意簽名。</p> <p style="text-align: right; margin: 0;">監護人簽名：</p>				

- 附註：(1) 本表不敷使用時，請自行影印。
 (2) 表格請務必詳細填寫，請勿留白。
 (3) 參賽學生者必須攜帶學生證備查。
 (4) 參賽長青組者必須攜帶身份證備查。

2011 年靜廬盃陳氏太極拳全國錦標賽 搗手對練報名表

請勾選組別一項：

組 別				
社會組： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女		高中組： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女		
長青組： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女		國中組： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女		
		國小組： <input type="checkbox"/>		
請浮貼兩吋 半身 照片乙張	姓 名		性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
	身分證字號		出生日期	年 月 日
	電 話	()	手機	
地 址			便當	<input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素
請浮貼兩吋 半身 照片乙張	姓 名		性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
	身分證字號		出生日期	年 月 日
	電 話	()	手機	
地 址			便當	<input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素
單 位				
單 位 蓋 章				
郵政劃撥 收據號碼	(並請附收據影印本)			
同 意 書				
貴弟子 參加 2011 年靜廬盃陳氏太極拳全國錦標賽，因未滿十八歲之 選手，按大會規定，需取得監護人同意簽名。				
監護人簽名：				

- 附註：(1) 本表不敷使用時，請自行影印。
 (2) 表格請務必詳細填寫，請勿留白。
 (3) 參賽學生者必須攜帶學生證備查。
 (4) 參賽長青組者必須攜帶身份證備查。