

# 2026 年第 11 屆國際級教練講習會實施計畫書

## 一、總則

- 1、依據：依中華民國(宗主國)體育運動總會頒佈之「全國各運動協會辦理各級教練裁判講習會辦法」及中華國際太極拳聯盟總會教練講習會實施辦法之規定辦理。
- 2、目的：為提倡太極拳運動，提昇國家級教練素質與培養國際級教練人才，藉以推廣太極拳運動，培訓教練幹部，儲備師資人才充實基層實力，期使太極拳運動更能發揚光大。

二、主辦單位：中華民國太極拳總會、中華國際太極拳聯盟總會。

## 三、講習對象及資格：

- 1、中華民國太極拳總會所屬各協、分、支會推薦之國內人士，並應取得 A 級或甲級教練證滿一年以上(114 年 11 月 19 日前參加 A 級或甲級教練訓練者)、總會甲級裁判證以上(不限日期，如已參加 115 年 8 月甲裁講習，證照尚未核下者可先行報名)及段級鑑定五段資格。
- 2、中華國際太極拳聯盟總會各會員國推薦之國外人士。
- 3、取得國際級教練證，每四年內務必至少參加一次複訓講習。若證照已過三年有效期，自動失效，將不得作為擔任國際級教練職務之資格證明。
- 4、名額暫定八十名。

## 四、講習日期及地點：

- 1、日期：民國 115 年 11 月 20、21、22 日共計 3 日。
- 2、地點：運動部三樓大禮堂(台北市中山區朱崙街 20 號 3 樓)，地點如有變更，請依總會官網公告為準。

## 五、講習內容：

- |        |           |         |
|--------|-----------|---------|
| 1、體能訓練 | 2、運動基本技術  | 3、運動規則  |
| 4、指導技術 | 5、運動科學與理論 | 6、戰略與戰術 |

## 六、費用：

- 1、國內外人士每人繳新台幣 6,000 元整(國外匯款美金 200 元)。
- 2、複訓人員每人繳新台幣 3,000 元整(國外匯款美金 100 元)。
- 3、講習會期間提供中餐及 11 月 21 日聯誼之夜晚餐，住宿部分請自理。
- 4、國內人士參加者，未具 5 段資格者，須同時申請段級鑑定晉升 5 段資格，申請鑑定費用 5,000 元
- 5、國外人士參加者，可自由申請段級鑑定，最高可申請至 5 段資格，通過測驗後鑑定費每段 100 美金(台幣 3000 元)。

## 七、退費：

報名後因故要取消報名或資格不符者，於 11 月 13 日前提出申請，於所繳報名費款項扣除行政相關費用 10%後退還餘款，逾期不受理取消報名及退款。

## 八、證書：

全程參加講習經考試合格者，由中華民國太極拳總會暨中華國際太極拳聯盟總

會頒發結業證書及國際級教練證。

九、報名日期：即日起至 115 年 11 月 6 日止。

十、報名方式：

1、填寫報名表、資料卡各一份、並繳交一寸照片三張。

(參加段級鑑定五段者，請繳交四張一寸照片)。

2、國內人士初訓須附甲級(A 級)教練證影本、甲級裁判證以上影本及 5 段證書影本、複訓須附國際級教練證影本及 5 段證書影本，未具 5 段資格者，須同時申請段級鑑定晉升 5 段資格。

3、外籍人士初訓須附上護照影本，複訓須附國際級教練證影本及護照影本。

4、採親自報名或郵寄報名，郵寄報名者請附上匯款或轉帳單據影本。

5、報名費採用匯款方式，匯款帳號如下：

台灣銀行松江分行(銀行代號 004) 銀行帳號：050001141601

戶名：中華民國太極拳總會賴瑞昌 (請註明報名人之姓名及國際教)。

十一、報名地點：中華民國太極拳總會(台北市中山區朱崙街 20 號 608 室)

電話：(02) 2778-3887

傳真：(02) 2778-3890

聯絡人：林曉薇

E-mail: [ct.taichi@msa.hinet.net](mailto:ct.taichi@msa.hinet.net)

總會官網：<http://www.cttaichi.org>

# 2026 年第 11 屆國際級教練講習會課程配當表

課程 時間	日期	11 月 20 日 星期五	11 月 21 日 星期六	11 月 22 日 星期日
07:30~07:50		會場佈置 (秘書處)	報到	報到
08:00~08:50		報到、開訓典禮 秘書處	85 式楊氏太極拳 招式與應用 (戰略與戰術)	楊家傳統 54 劍 招式與應用 (指導技術)
09:00~09:50		國際教練修養與職責 (運動規則)		
<b>講師</b>		理事長	于祿雲老師	余顏愛梅老師
10:00~11:50		13 式太極拳 技術指導 (運動基本技術)	24 式太極拳 招式與應用 (運動基本技術)	42 式太極劍 招式與應用 (指導技術)
<b>講師</b>		陳品帆老師	蔡安娜老師	詹明樹老師
<b>午 餐 休 息</b>				
13:00~14:50		新編 28 式太極劍 (指導技術)	陳氏太極拳 技術指導 (運動科學與理論)	37 式太極拳 招式與應用 (運動基本技術)
<b>講師</b>		于祿雲老師	徐家和老師	連郁琦老師
15:10~17:00		推手實戰與應用 (體能訓練)	42 式太極拳 招式與應用 (運動基本技術)	測驗 結訓典禮
<b>講師</b>		吳榮輝老師	詹明樹老師	理事長及教練群
18:00~20:00		17:00-18:00 第 18 屆世界會議 (國外學員)	聯誼餐會	

**地點：台北市中山區朱崙街 20 號 3 樓**

# 2026 年第 11 屆國際級教練講習會報名表

請浮貼一吋 照片兩張  如需申請 5 段 請貼三張	<b>姓 名</b>	中文：  英文： (請以正楷填寫)	<b>性別</b>	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
			<b>拳齡</b>	
	<b>講習會中餐</b>		<input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素	
		<b>聯誼之夜 用餐(免費) 11月21日</b>	<input type="checkbox"/> 不參加 <input type="checkbox"/> 參加：○葷 ○素	
<b>電 話</b>	(公司)：	<b>段級鑑定 5 段申請</b>	<input type="checkbox"/> 是(請多繳交相片一張) <input type="checkbox"/> 否：請附 5 段證書影本	
	(住家)：	<b>術科測驗 項 目</b>	<input type="checkbox"/> 複訓，免測驗 <input type="checkbox"/> 初訓：拳架名稱 _____ <input type="checkbox"/> 申請五段：器械名稱 _____	
	手 機：			
<b>地 址</b>				
<b>師 承</b>				
<b>推薦單位</b>			<b>負 責 人 (簽 蓋 章)</b>	
請浮貼國際級或 A (甲) 教證影本於此		A (甲) 級裁判證以上影本於此處		
◎外籍人士請浮貼護照影印本於此				
<b>附註：</b> 一、本表請每人填寫一份。 二、報名費採用匯款或轉帳繳交報名費方式，匯款帳號如下： 台灣銀行松江分行（銀行代號 004）    銀行帳號：050001141601 戶名：中華民國太極拳總會賴瑞昌（請註明報名人之姓名及國際教）。 三、複訓者：需檢附 <b>國際級教練證影本及 5 段證書影本</b> ，未具 5 段資格者，須同時申請段級鑑定晉升 5 段資格； 初訓者：須附甲級或 A 級教練證影本(滿一年以上)、甲級裁判證以上影本及 5 段證書影本、未具 5 段資格者，須同時申請段級鑑定晉升 5 段資格。 外籍人員：須附上護照影，如為複訓者請另附 <b>國際級教練證影本</b> 。 四、與本活動之相關事宜規定詳載於實施計劃，敬請 查照。 五、本人報名資料僅供主辦單位辦理本活動使用。				

# 2026 年第 11 屆國際級教練講習會資料卡

請浮貼 一寸照片 一張	所屬單位			
	姓 名		身分證(護照) 字號	
	生 日	年 月 日	學 歷	
地 址				
電 話	(住家)：		(手機)：09	- -
	(公司)：			
師 承				
太極拳				
活動經歷				
(可填寫學拳之				
歷程、所學過之				
套路、參加活動				
記錄、參加賽事				
與成績或擔任志				
工等個人之太極				
拳經歷)				

本表將成為各位學員之個人紀錄以存會備查，請工整、詳實填寫。