

2026 年第十二屆總統盃全國太極拳錦標賽-競賽規程

- 一、宗旨：為宏揚太極拳文化，提昇太極拳藝及推手技能，推展全民運動，促進國民健康，加強太極拳同道間友誼及觀摩。
- 二、指導單位：中華奧林匹克委員會、中華民國體育運動總會、桃園市政府。
- 三、主辦單位：中華民國太極拳總會。
- 四、承辦單位：桃園市太極拳總會。
- 五、協辦單位：桃園市所屬各協分會、社團法人新北市太極拳總會所屬各協分會、新竹以北各協會。
- 六、比賽日期：中華民國 115 年 12 月 5、6 日(星期六、日)計 2 天。
- 七、比賽地點：桃園市立綜合體育館（桃園市桃園區三民路一段 1 號）。
- 八、參加辦法：
 - (一)報名方式：線上報名
 1. 網址：<https://game.cttaichi.org/>。
 2. 會員帳號申請：尚未申請帳號之會員，請於報名系統首頁提出申請。
 3. 報名日期：自 8 月 18 日(星期二)起至 9 月 30 日(星期三)止。
 - (二)完成報名：報名日期截止前完成下列作業
 1. 匯款至本會指定之銀行帳戶。
 2. 登入報名系統，提供匯款資料(匯出銀行帳戶末 5 碼、匯款金額)
 3. 登入報名系統，列印報名總表，連同匯款單、切結書、家長同意書、有效期之教練證等紙本資料寄回總會。
 - (三)參賽資格：
 1. 有效會員：登記為本會所屬各總、協、分、支會之團體會員，且未欠繳歷年常年會費者。
 2. 無效會員：登記為本會所屬各總、協、分、支會之團體會員，但有欠繳歷年常年會費者。
 3. 非會員：各級政府單位立案之太極拳武術社團，請於報名系統提出申請並上傳立案證書。
 4. 學生組：學校所屬太極拳社團，請於報名系統提出申請。
 5. 教練資格：取得中華民國太極拳總會核發之未過期教練證(不分等級)。
 6. 選手資格：具備中華民國戶籍身分之國民。

(四)費用說明：(幣別：新台幣)

	有效會員	無效會員、非會員	學生組
個人賽(每人每項)	800	1,300	500
指定推手對練(每組)	1,200	1,500	800
推手競賽(每人每項)	800	1,300	500
團體賽(每隊)	1,800	3,800	無此項目
午餐(餐盒每份)	150		

(五)繳費與退費說明：

1. 匯款帳號：

銀行	國泰世華銀行建國分行(銀行代號 013)
銀行帳號	223-03-500876-3
戶名	中華民國太極拳總會賴瑞昌

2. 本會開立團體收據，不另開個人收據

3. 退費：報名後因故要取消報名者，請於抽籤前一天 10 月 15 日提出申請，所繳報名費款項扣除行政相關費用 30% 後退還餘款，逾期不受理取消報名及退費。

(六)參賽數量限制說明：

1. 個人賽、指定推手對練、推手競賽，不限定各單位參加人數。
2. 個人賽拳架、器械、指定推手對練，每位選手最多能參加其中兩類，並且為不同之類別。
3. 指定推手對練賽：二人一組需同單位，不可男女配組。
4. 推手競賽，每位選手限參加一個量級。
5. 團體賽，限定各單位每項競賽可報名一隊參賽。
6. 團體賽不分年齡、男女不拘皆可組隊參加，比賽中可自行配樂，但不得歌詞或口令聲。
7. 團體賽拳架套路每隊人數限 12 人，器械套路每隊人數限 9 人，人數不得增減。
8. 團體賽，每位選手最多可以參加兩項競賽。

(七)組隊辦法：

1. 本會各團體會員為基本報名單位，可以組成一隊參賽。
2. 本會各團體會員(甲)轄下之團體會員(乙)具有政府立案之協會者，經由甲單位同意，可以組成一隊參賽。
3. 本會所屬各團體會員(甲)報名人數個人賽超過 25 人或團體賽超過 5 隊以上，依管理需求得分 2 隊以上報名。
4. 上開有分隊之需求時，請洽本會辦理，申請各隊登入報名系統專屬帳號。

(八)領隊、教練、管理派任辦法：

1. 領隊：每隊 6 人以上得指派領隊 1 人。
2. 管理：總參賽人數達 11 人以上得指派管理 1 人。
3. 團體賽教練：每隊可指派教練 1 人。
4. 其他教練指派依據下表參賽人數：

參賽人數	套路	推手
1-15	1 位套路教練	1 位推手教練
16 以上	2 位套路教練	2 位推手教練

(九)競賽組別與年齡規定：選手年齡以 2026/12/05 為判定標準

組別	個人賽	指定推手對練	推手競賽
松柏男子、女子組	70 歲以上	無此項目	無此項目
長青男子、女子組	60 歲以上	60 歲以上	60 歲以上
壯年男子、女子組	50 歲以上	無此項目	無此項目
社會男子、女子組	18 歲以上	18+ 至 60 歲	18+ 至 60 歲
高中男子、女子組	15+ 至 18 歲	15+ 至 18 歲	15+ 至 18 歲
國中男子、女子組	12+ 至 15 歲	12+ 至 15 歲	12+ 至 15 歲
國小男子、女子組	6+ 至 12 歲	無此項目	無此項目

(十)推手競賽量級表：

1. 長青組量級表(單位：公斤)

	一級	二級	三級	四級	五級	六級
男	60 以下	60.01-65	65.01-71	71.01-78	78.01-86	86.01 以上
女	50 以下	50.01-55	55.01-61	61.01-68	68.01-76	76.01 以上

2. 社會組、高中組量級表(單位：公斤)

	一級	二級	三級	四級	五級	六級	七級	八級	九級	十級
男	55 以下	55.01-58	58.01-61	61.01-65	65.01-70	70.01-76	76.01-83	83.01-91	91.01-100	100.01 以上
女	48 以下	48.01-51	51.01-54	54.01-58	58.01-63	63.01-69	69.01-76	76.01 以上		

3. 國中組量級表(單位：公斤)

	一級	二級	三級	四級	五級	六級	七級	八級	九級	十級
男	45 以下	45.01-48	48.01-51	51.01-55	55.01-60	60.01-66	66.01-73	73.01-81	81.01-90	90.01 以上
女	38 以下	38.01-41	41.01-44	44.01-48	48.01-53	53.01-59	59.01-66	66.01 以上		

(十一)其他參賽說明：

1. 各隊領隊、教練、管理不得兼任大會裁判。
2. 各單位之職員及選手交通旅宿及膳雜由各單位自行辦理。
3. 本賽事報名費不包含午餐；需要大會代訂午餐(餐盒)者，請於報名系統填寫葷素數量與日期。
4. 比賽當日請攜帶身分證、健保卡、學生證等相關證明證件於檢錄時備查，如與賽對手要求核對身份，而提不出相關證件證明者，不得參加該場比賽。
5. 參賽選手未滿十八歲需要提供家長同意書。
6. 所有參賽選手需要提供選手切結書。
7. 高中、國中、國小選手請出示學生證。
8. 連絡方式：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 E-mail：tccass@ms35.hinet.net 總會網址：
<http://cttaichi.org>

九、賽事重要時序與會議：

日期/時間	時序/會議	地點
115/10/16 10:00 AM	公開抽籤	中華民國太極拳總會(臺北市朱崙街 20 號會議室)
115/12/5 07:30 ~ 08:30	選手報到	比賽場地
115/12/5 07:50 ~ 08:50	推手選手過磅	比賽場地。
115/12/5 08:30 ~ 08:50	裁判會議	比賽場地
115/12/5 08:30 ~ 08:50	領隊會議	比賽場地
115/12/5 09:00 ~ 09:30	開幕典禮	比賽場地

十、預定賽程：

日期/時間	時序/會議
115/12/5 (星期六)	套路團體賽、套路個人賽松柏、長青組、推手賽初賽決賽
115/12/6 (星期日)	套路個人賽壯年、社會組、學生組、推手賽各組複賽及決賽

1. 以上 2 日預定賽程如因報名人數組別無法順利編排或比賽完成，大會得變動賽程，並公告於總會網站，參賽隊伍不得異議。

十一、競賽規則

(一)拳架套路：

競賽名稱	說明	時間限制
十三式太極拳	全民運動會版	5 至 6 分鐘
三十七式太極拳	全民運動會版	6 至 7 分鐘
陳氏三十八式太極拳	全民運動會版	5 至 6 分鐘
六十四式太極拳第二段	全民運動會版	7 至 8 分鐘
九九太極拳	全民運動會版	5 至 6 分鐘
易簡太極拳	全民運動會版	6 至 7 分鐘
二十四式太極拳		4 至 5 分鐘
四十二式太極拳		5 至 6 分鐘
六十四式太極拳第一段		6 至 7 分鐘
陳氏老架一路太極拳		6 分鐘以下
楊家秘傳太極拳		5 至 6 分鐘
熊氏太極拳		6 至 7 分鐘
其他太極拳	請於報名系統提出申請以及預計報名項目	6 分鐘以下

(二)器械套路：

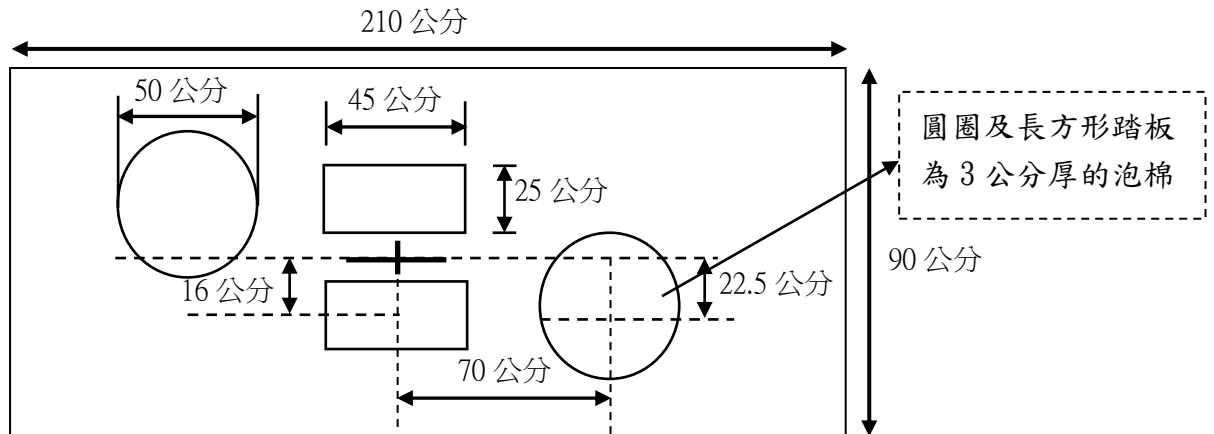
競賽名稱	說明	時間限制
楊氏 32 式太極刀	全民運動會版	3 至 4 分鐘
楊氏 54 式傳統太極劍	全民運動會版	4 至 5 分鐘
32 式太極劍		3 至 4 分鐘
42 式太極劍		3 至 4 分鐘
陳氏太極劍		4 分鐘以下
鄭子太極劍		4 至 5 分鐘
其他太極器械	請於報名系統提出申請以及預計報名項目	4 分鐘以下

(三)指定推手對練：競賽時間 2~4 分鐘。

(四)推手比賽：

1. 推手比賽前，增設太極八法或棚、捋、按、擠四法基本功演練，以期導正競技風氣，落實傳統太極推手技藝之理解與傳承。
2. 推手比賽採單淘汰制。依照中華民國太極拳總會之推手比賽規則進行，採用三戰兩勝制。
3. 推手比賽預賽、複賽採用定步推手，冠亞季軍決賽採用活步推手。
4. 定步推手選手雙方必須盤手 2-6 次再進行比賽。
5. 定步推手裁判口令如下：
 - i. 搭手。
 - ii. 預備(雙方開始盤手 2-6 次)。
 - iii. 開始(盤手近雙方中線時，裁判隨機喊開始)。選手雙方以右棚手左按手相互搭手，右腕背相貼，左手指尖朝上，盤手時身體保持中正，不得向前傾斜。
6. 活步推手選手雙方不得雙手插腋，以避免抱摔動作。
7. 定步推手(預賽、複賽)比賽每局實戰 40 秒，局間休息 40 秒。

8. 定步推手比賽得分範圍分述如下：
 - i. 以發勁或走化招法使對手動步者，得 1 分。
 - ii. 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。
9. 活步推手(決賽)比賽每局實戰 2 分鐘，局間休息 1 分鐘。
10. 活步推手比賽得分範圍分述如下：
 - i. 以發勁或走化招法將對手發出圈外者，得 1 分。
 - ii. 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。
11. 技術優勝：
 - i. 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」。
 - ii. 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」。
12. 不得分：
 - i. 活步推手比賽時一方發勁雙方同時出圈外，不予計分。
 - ii. 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。
13. 推手比賽招法：依照中華民國太極拳總會頒行之「國際太極拳規則」辦理。
14. 活步推手場地
 - i. 社會組、高中組：邊長 8 公尺的正方形
 - ii. 國中組：半徑為 2.5 公尺圓形
15. 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(如下圖)



圖一 定步推手比賽場地

(五) 其他競賽規則：

1. 長兵器、佛塵、極短兵器不列入競賽項目。
2. 該項競賽報名人數未達標準者，統一授權總會辦理併項(組)或取消事宜。
3. 非太極拳器械套路請勿報名，如發覺將不列入比賽或不予評分，並不得要求退費。
4. 若推手比賽場次過多而影響賽事時間，大會有權調整賽制為兩局制，以兩局得失分計算，得分高者獲勝，雙方平手時體重輕者勝。

十二、獎勵辦法

(一) 評分標準：

1. 依照中華民國太極拳總會頒行之「國際太極拳規則」辦理，套路評分採計至小數點後 3 位數，其後直接刪去，不作四捨五入。
2. 團隊賽，每隊拳架限 12 人、器械限 9 人。未達指定人數時，每多或少 1 人由主裁扣 0.1 分；唱名三次未到者，以棄權論。
3. 選手最後得分相同者應依下列次序評定名次：
 - i. 兩個無效分平均值接近最後得分者列前，無效分的平均值必須除到盡。
 - ii. 兩個無效分平均值高者列前。
 - iii. 低無效分高者列前。
 - iv. 最低有效分值高者列前。
 - v. 最高有效分值高者列前。
 - vi. 若以上皆無法分高低，名次並列，並列名次時，下一個名次應空缺。獎狀並列相同名次，但獎盃（牌）以抽籤決定之。

(二) 獎勵辦法：

1. 個人賽：10 人以上取前 6 名，7 至 9 人取前 5 名，6 人(含)以下降二敘獎，少於 3 人，即行取消比賽；錄取之 1 至 3 名各頒發獎牌及獎狀，4 至 6 名頒發獎狀，以資鼓勵。20 人以上，得由大會依賽程編列分成若干組比賽，否則採同一組評分決定名次不得異議。
2. 團隊賽：10 隊以上取前 6 名，7 至 9 隊取前 5 名，6 隊(含)以下降二敘獎，少於 3 隊，即行取消比賽；錄取之 1 至 6 名各頒發獎盃。13 隊(含)以上，得由大會依賽程編列分成若干組比賽，否則採同一組評分決定名次不得異議。
3. 比賽結束後頒獎時，經宣佈得獎單位或選手，應速至司令台接受頒獎，未即時上台領獎者，請自行至典獎組領取，比賽閉幕仍未領取者視為放棄，大會將不寄送。

十三、其他參賽須知

1. 比賽用服裝及器械全部自備，套路選手比賽服裝採中式長袖功夫裝，限七排扣不扎腰巾，顏色不拘，不得穿著罩衫，其他相關規格參照中華民國太極拳總會頒行之「國際太極拳規則」辦理。
2. 凡參賽隊伍之各單位隊職員應按指定之位置參觀休息，比賽場地除各該參賽之賽員及必要教練、管(護)理人員以外，均不得進入場內。
3. 各場的比賽時間、場地均編列於大會秩序冊內，但大會如有變更則以當時決定為準，不得異議。
4. 賽員應於賽前三十分鐘自動至檢錄組接受檢錄，不再另外唱名廣播，未於賽前接受檢錄者，以棄權論，不得異議。
5. 賽員每次出場比賽，應攜帶賽員證備查，如遺失須申補發及出具有相片相關證件，否則不得參加比賽。
6. 比賽時，如賽員或隊職員不服裁判之判決，在現場咆哮鬧場且制止無效時，經審判委員會議決議成案，該項比賽成績無效，嚴重者該賽員、職員及所屬團隊禁賽二年。
7. 比賽結束經宣佈勝負後，賽員應即退出比賽場地，返回各單位休息區，經宣佈得獎的單位或賽員應儘速至司令台接受頒獎，未即時領獎者，自行至典獎組領取，不另行寄送。
8. 賽員如有冒名頂替或偽造資格不符者，取消其比賽資格，另該賽員及所屬團隊禁賽二年。

9. 比賽進行時，如遇特殊事故，經大會宣佈比賽停止時，當場不論進行時間長短，該場比賽不予計分，擇期另行比賽時由大會另行通知。
10. 賽場內除飲水外禁止攜帶任何食物及有色飲料，用餐請至秩序組人員指定地點用餐。
11. 個人賽衝場問題，處理程序：選手於檢錄時向檢錄提出，經 2 個場地檢錄核對評估後，調整其中 1 項的賽序並經選手確認無誤，調整後賽序註記在該場檢錄表，由檢錄向該場主任裁判報告無誤確認即可。
12. 本活動期間投保公共意外責任險，保險額度為每一個人身體傷亡新臺幣 300 萬元，每一事故身體傷亡新臺幣 1,500 萬元，每一事故財物損失新臺幣 200 萬元保險期間內總保險金額 3,400 萬元。比賽期間參賽隊職員選手請自行依需要投保其他相關人身醫療保險事宜，本大會不承擔參賽隊職員選手任何意外或體病損傷等事故責任。
13. 申訴
 - i. 比賽以主任裁判之宣判為終決，選手不服宣判可提申訴。
 - ii. 選手之申訴應於該賽次後 30 分鐘內由領隊或教練以書面並簽名蓋章，向審判委員會提出，並以審判委員會判決為終決。提出申訴書時需繳交保證金 5,000 元，有效時保證金退還，無效時保證金充作大會經費，不得異議。
 - iii. 其他規定依照中華民國太極拳總會頒行之「國際太極拳規則」辦理。
14. 本規程如有未盡事宜得適時修正，並以大會決議為準，不得異議。

2026 年第十二屆總統盃全國太極拳錦標賽-套路個人-同意書、切結書

請勾選比賽組別及項目：(1. 拳架、2. 器械、3. 指定推手對練，每位選手最多參加其中兩類，且為不同之類別)

國小組 ☐ 男子 ☐ 女子
◎6+~12 歲(出示學生證)

國中組 ☐ 男子 ☐ 女子
◎12+~15 歲(出示學生證)

高中組 ☐ 男子 ☐ 女子
◎15+~18 歲(出示學生證)

社會組 ☐ 男子 ☐ 女子
◎限 97 年 12 月 5 日以前生

壯年組 ☐ 男子 ☐ 女子
◎限 65 年 12 月 5 日以前生

長青組 ☐ 男子 ☐ 女子
◎限 55 年 12 月 5 日以前

松柏組 ☐ 男子 ☐ 女子
◎限 45 年 12 月 5 日以前生

1. 拳架：

- ☐ 13 式太極拳
☐ 37 式太極拳
☐ 陳氏 38 式太極拳
☐ 64 式太極拳(二段)
☐ 99 式太極拳
☐ 易簡太極拳
☐ 24 式太極拳
☐ 42 式太極拳
☐ 64 式第一段(限團體)
☐ 陳氏太極拳老架一路
☐ 其他陳氏太極拳：
 名稱：_____
☐ 傳統楊氏太極拳：
 名稱：_____
☐ 楊家秘傳太極拳
☐ 熊氏太極拳
☐ 其他太極拳：
 名稱：_____

2 器械：

- ☐ 楊氏 32 式太極刀
☐ 楊氏 54 式傳統太極劍
☐ 32 式太極劍
☐ 42 式太極劍
☐ 陳式太極劍
☐ 鄭子太極劍
☐ 傳統楊氏太極器械：
 名稱：_____
☐ 傳統陳氏太極器械：
 名稱：_____
☐ 其他太極器械：
 名稱：_____

3. 指定推手對練：

- ☐ 與：_____ 搭配

姓名		性別	☐ 男 ☐ 女	單位蓋章
生日	年 月 日	電話		
12/5 中餐	☐ 葷 ☐ 素 ☐ 無	12/6 中餐	☐ 葷 ☐ 素 ☐ 無	
單位				

請浮貼身份證影本以審核資格

請浮貼學生證影本以審核資格

同 意 書

貴弟子 參加 2026 年第十二屆總統盃太極拳錦標賽，因未滿 18 歲之選手，按大會規定，需取得監護人同意簽名。

監護人簽名：_____ 115 年 月 日

切 結 書

本人自願參加由中華民國太極拳總會舉辦之 2026 年第十二屆總統盃太極拳太極拳錦標賽，同意自行投保比賽期間(115 年 12 月 5 至 6 日)之人身醫療及意外險，若比賽過程發生任何意外願由本人負一切責任(含醫療)，所生損害概與主辦單位無涉，為求慎重，謹立本切結書保證。

立切結書人：_____ (簽名及蓋章) 115 年 月 日

※本人同意所提供個人資料作為大會辦理本賽會使用。 ※訂購便當每個 150 元。 V. 20260713

2026 年第十二屆總統盃全國太極拳錦標賽-推手個人-同意書、切結書

請勾選參賽組別及量級：

長青組 ☐ 男子 ☐ 女子 ◎限 51 至 70 歲(民國 45 年 12 月 5 日至 64 年 12 月 4 日)				☐ 第一量級 ☐ 第二量級 ☐ 第三量級	☐ 第四量級 ☐ 第五量級 ☐ 第六量級
社會組 ☐ 男子 ☐ 女子 ◎限 18 至 50 歲(民國 65 年 12 月 5 日至 97 年 12 月 4 日) 高中組 ☐ 男子 ☐ 女子 ◎限 15+~18 歲(出示學生證) 國中組 ☐ 男子 ☐ 女子 ◎限 12+~15 歲(出示學生證)				☐ 第一量級 ☐ 第二量級 ☐ 第三量級 ☐ 第四量級 ☐ 第五量級	☐ 第六量級 ☐ 第七量級 ☐ 第八量級 ☐ 第九量級 ☐ 第十量級
姓名		性別	☐ 男 ☐ 女	單位蓋章	
生日	年 月 日	電話			
12/5 中餐 ☐ 葷 ☐ 素 ☐ 無		12/6 中餐 ☐ 葷 ☐ 素 ☐ 無			
單位					
請浮貼身份證影本以審核資格			請浮貼學生證影本以審核資格		
同 意 書 貴弟子 參加 2026 年第十二屆總統盃太極拳錦標賽，因未滿 18 歲之選手，按大會規定，需取得監護人同意簽名。 監護人簽名：_____115 年 月 日					
切 結 書 本人自願參加由中華民國太極拳總會舉辦之 2026 年第十二屆總統盃太極拳太極拳錦標賽，同意自行投保比賽期間(115 年 12 月 5 至 6 日)之人身醫療及意外險，若比賽過程發生任何意外願由本人負一切責任(含醫療)，所生損害概與主辦單位無涉，為求慎重，謹立本切結書保證。 立切結書人：_____ (簽名及蓋章) 115 年 月 日					

※本人同意所提供個人資料作為大會辦理本賽會使用

※訂購便當每個 150 元。 V. 20260713

2026 年第十二屆總統盃全國太極拳錦標賽
團體或個人教練證照-黏貼處
(本資料僅供第 12 屆總統盃比賽使用)

團體教練

(正反面影本)

套路教練

(正反面影本)

推手教練

(正反面影本)