

中華民國 109 年第 1 屆全國運動泰拳錦標賽競賽規程

- 一、宗旨：為弘揚武學精粹-本會著重武德之培養，發展與推廣泰國拳競賽，獎勵優秀運動選手，本賽事將豐富全民運動風氣之視野，進而提升全民參與體育運動之正面積極性，將這項強身、防身、修心的運動貢獻給國人。優勝的選手將做為 2020 IFMA 國際泰拳聯合總會線上錦標賽國家代表隊選訓參考。
 - 二、指導單位：教育部體育署
國際泰拳聯合總會(IFMA)
亞洲泰拳聯合總會(FAMA)
 - 三、主辦單位：中華民國泰國拳協會
 - 四、協辦單位：台灣警雁關懷協會
中華武術散打搏擊協會
新莊國民運動中心
臺北市體育總會泰拳協會
新北市泰國拳協會
 - 五、贊助單位：綠的事務用品股份有限公司
中實特勤保全股份有限公司
 - 六、承辦單位：本會全體會員、各地分會與訓練站
 - 七、比賽日期：民國 109 年 08 月 30 日。
 - 八、比賽地點：新莊國民運動中心 2 樓(游泳池觀賽看台) 新北市新莊區公園路 11 號
 - 九、規則依據：採用國際泰拳聯合總會頒定 INTERNATIONAL FEDERATION OF MUAYTHAI AMATEUR 之線上比賽規則。
 - 十、參賽報名表、報名費及選手參賽同意書、行政協助轉函建議單位公假：
 - (一) 報名表填寫：報名時隊伍為單位填列報名表，報名表格式詳如附件一。
 - (二) 報名費：若持有中華民國泰國拳協會或中華武術散打搏擊協會授予教練、裁判或段(級)證照者得減免報名費用，並需於報名表中填列證照編號。報名費別如下：
 1. 持有中華民國泰國拳協會或中華武術散打搏擊協會授予教練、裁判或段(級)證照者參加一個項目 600 元 兩個項目 1000 元。
 2. 未持有中華民國泰國拳協會或中華武術散打搏擊協會授予教練、裁判或段(級)證照者參加一個項目 800 元 兩個項目 1400 元。
- 每人最多報二個項目均須由本會所屬團體會員/訓練站組隊報名參賽**
- (三) 報名費繳交方式：請以電匯方式至中國信託商業銀行天母分行
帳號： 406-54034091-8 戶名：中華民國泰國拳協會
並於轉帳完成後轉帳憑據併同報名資料繳交。
 - (四) 參賽同意書：每 1 人參賽選手於報到檢錄時須完成簽屬及繳交選手參賽同意書如附件二，若參賽選手於競賽首日未滿 20 歲需由監護人、家長簽署同意，未完成參賽同意書簽屬及繳交之參賽選手不得參加競賽。
 - (五) 報名資料繳交方式：
 1. 電子郵件：完成填列後報名表及轉帳憑證影本得以電子郵件發送至 eyetow@yahoo.com.tw，並請於寄送後來電 02-8866-162 確認收件。

2. 郵寄：完成填列後報名表及轉帳憑證影本得以郵寄方式寄送至 111023 臺北市士林區芝玉路一段 197 巷 18 號中華民國泰國拳協會 收，並請於寄送後來電 02-8866-162 通知寄件。

- (六) 報名截止日期：自即日起至 109 年 08 月 18 日，郵寄報名者以郵戳為憑。
- (七) 若參賽選手或教練需協助建議轉函公假前往參賽，請於報名表備註需轉函之單位全銜(包含部門或科系年級或班級)、地址。
- (八) 本活動「所填報名參加本活動之個人資料，僅供本活動相關用途使用」報名後如未能參賽所繳費用扣除行政作業/保險相關費用後歸送餘款。

十一、 報到、領隊裁判會議與抽籤於 08 月 30 日舉行時間如下列：

- (一) 報到時間：上午 08:30 至 09:00
- (二) 檢錄抽籤時間：上午 09:00 至 09:30
- (三) 領隊裁判會議：上午 09:30 至 09:45
- (四) 選手報到時須出示身份證(或護照)，持有中華武術散打搏擊協會級(段)證報名者須出示級(段)證。若持有中華民國泰國拳協會或中華武術散打搏擊協會授予教練、裁判證照者出示證照。

十二、 選手自備比賽服裝及相關規範：

- (一) 選手自備：參加禮師舞項目須著古泰拳服戴蒙坤(Mongkon)、臂綁、手纏傳統麻繩帶。
註：可洽詢協會及相關訓練站代購協會認證標準古泰拳服
- (二) 參加空拳對抗、極體操、泰健操等項目需穿著符合國際泰拳聯合總會認證器材 WESING(偉志興)廠牌之紅色或藍色泰拳競賽服短褲背心。

十三、 膳食：本競賽提供競賽期間選手、教練午餐膳食便當，若有特殊飲食需求請於報名表上註記。

- (一) 膳食訂餐時間依競賽期間該日上午 10 時前依廣播通知訂餐。
- (二) 若賽事進行預期超過晚間 7 時，提供競賽期間選手、教練晚餐膳食便當。
- (三) 參賽隊伍若有領隊及管理或其他參加人員本競賽得協助訂餐，每餐金額依競賽期間廣播之時通知。

十四、 保險：

- (一) 本活動依法投保公共意外責任保險，其保險範圍及最低保險金額：
 - 1. 每一個人身體傷亡：新臺幣三百萬元。
 - 2. 每一事故身體傷亡：新臺幣一千五百萬元。
 - 3. 每一事故財物損失：新臺幣二百萬元。
 - 4. 保險期間內總保險金額：新臺幣三千四百萬元。
 - 5. 投保第一款健康保險或傷害保險，每一被保險人之保險金額不低於新臺幣三百萬元。
- (二) 所有參與隊伍選手、裁判及工作人員及觀眾得自行依需求投保相關人身安全保險。

十五、 賽制：採分數排名制

十六、 獎項及罰則

- (一) 組級別賽事：
各組級別賽事取至第八名
 - 1. 第 1 至第 3 名獎牌、獎狀。
 - 2. 第 4-8 名獎狀。

(二) 團體積分:

1. 團體成績如下記分：冠軍五分、亞軍三分、季軍二分，第五名一分，團體名次錄取前六名，第六名由團體積分第六、七、八名並列。
2. 積分相等時的處理辦法：兩個或兩個以上的團體分數相等時，按下列順序排列名次：
 - A. 按個人獲第1名多的隊伍名次列前；如再相等時，按個人獲第2名多的隊伍名次列前，依此類推。
 - B. 受警告少的隊名次列前。如以上情況仍相等時，名次並列。

(三) 個人獎

1. 最佳教練獎1座（取團體積分最高之隊伍指導教練）
2. 最佳拳技獎2座（由全體審判委員、裁判票選出）
3. 最佳武德獎2座（由全體審判委員、裁判票選出）
4. 最佳禮師舞獎1座（由全體審判委員、裁判票選出）
5. 最佳體能獎1座（由全體審判委員、裁判票選出）
6. 最佳節奏獎1座（由全體審判委員、裁判票選出）

(四) 精神總錦標

由全體審判委員、裁判從各隊中評選紀律、禮節、精神等風貌最佳的隊伍獲得。

(五) 罰則

各參賽隊職員、選手倘有違反本競賽規則或武德欠佳狀況，根據情節可判一至五年拳監，最重可判永久拳監，情節重大嚴重羞辱武德如鬥毆、摔砸桌椅情事，除判以五年拳監或永久拳監外，根據情況送警究辦。

十七、 申訴:

- (一) 對於選手資格之質疑，應於抽籤排定前，以書面向大會審判委員會提出，經排定賽程後，一概不受理。
- (二) 參賽隊伍如果對判決結果有異議，必須在該選手比賽結束後15分鐘內，由各隊領隊向審判委員會提出書面申訴，同時交付新台幣五千元申訴費，如申訴正確，退回申訴費，申訴不正確的，則維持原判，申訴費沒收。
- (三) 各隊必須服從審判委員會的最後判決，如果因不服裁決無理糾纏，視情節輕重，按協會有關規定嚴肅處理。

十八、 參賽項目組別、年齡限制及競賽時間：

- (一) 禮師舞(Wai Kru) 項目：各組別比賽時間3分鐘。
 1. 青少年 14歲組（不區分男女）民國95年10月2日以後出生 未滿14歲之青少年。
 2. 青少年 18歲組（不區分男女）民國91年10月2日以後出生 未滿18歲之青少年。
 3. 成人 18-40歲（男子組/女子組）民國68年10月3日以後出生至民國91年10月3日以前出生至之成人。
 4. 壯年 +40歲（男子組/女子組）民國68年10月3日以前出生之壯年。
- (二) 空拳對抗(Shadow Box) 項目：比賽時間依組別區分。

1. 青少年 14-15 歲(男子組/女子組) 民國 93 年 10 月 2 日以後出生至民國 95 年 10 月 3 日以前出生之青少年。比賽時間：3 回合，每回合 45 秒。
2. 青少年 16-18 歲(男子組/女子組) 民國 91 年 10 月 2 日以後出生至民國 95 年 10 月 3 日以前出生之青少年。比賽時間：3 回合，每回合 1 分鐘。
3. 成人 18-40 歲 (男子組/女子組) 民國 68 年 10 月 2 日以後出生至民國 91 年 10 月 3 日以前出生之成人。比賽時間：3 回合，第 1 回合 2 分鐘、第 2 及第 3 回合 均為 1 分鐘。
4. 壯年 +40 歲(男子組/女子組) 民國 68 年 10 月 3 日以前出生之壯年。比賽時間：3 回合，每回合 1 分鐘。

(三) 極體操(Max Fit, 極限體適能) 項目：比賽時間依組別區分。

1. 青少年 14-15 歲(男子組/女子組) 民國 93 年 10 月 2 日以後出生至民國 95 年 10 月 3 日以前出生之青少年。比賽時間：3 回合，每回合 45 秒。
2. 青少年 16-18 歲(男子組/女子組) 民國 91 年 10 月 2 日以後出生至民國 95 年 10 月 3 日以前出生之青少年。比賽時間：3 回合，每回合 1 分鐘。
3. 成人 18-40 歲 (男子組/女子組) 民國 68 年 10 月 2 日以後出生至民國 91 年 10 月 3 日以前出生之成人。比賽時間：3 回合，第 1 回合 2 分鐘、第 2 及第 3 回合 均為 1 分鐘。
4. 壯年 +40 歲(男子組/女子組) 民國 68 年 10 月 3 日以前出生之壯年。比賽時間：3 回合，每回合 1 分鐘。

(四) 泰健操 (Aero Fit, 有氣體適能) 項目：須由 2 人不拘性別組合，比賽時間最長為 3 分鐘之編排音樂。

1. 青少年 14 歲組 (參賽 2 人需為同歲數) 民國 95 年 10 月 2 日以後出生未滿 14 歲 之青少年。
2. 青少年 18 歲組 (參賽 2 人需為同歲數) 民國 91 年 10 月 2 日以後出生未滿 18 歲 之青少年。
3. 成人 18-40 歲 (參賽 2 人) 民國 68 年 10 月 2 日以後出生至民國 91 年 10 月 3 日以前出生之成人。
4. 壯年 +40 歲(男子組/女子組) 民國 68 年 10 月 3 日以前出生之壯年。

十九、 競賽方式、規則及評分標準

項目	競賽方式、規則	評分重點	動作參考
禮師舞 (Wai Kru)	青少年 <u>14 歲/18 歲組</u> ： 表演必須遵循傳統結構：開始 - PROM NANG (坐姿) - PROM YUEN (站姿) • 開始時必須要有以下動作： • Thep Panom + Kom Krab (鞠躬三次) • 坐姿和站姿取決於參賽者	<ul style="list-style-type: none"> • 時間 • 適當的服裝 • 平衡/權力量/協調 • 姿勢質量/姿勢水平 • 根據級別 (青年/高級) 完成指定的強制性動作 • 對於青少年組：裁判的重點是創造力而又不失真實性，即投擲手榴彈或射擊機槍等。不會得分。 • 對於成人(男子組/女子組)、壯年(男子組/女子組)組：判斷重點是動作和姿勢的真實性 	<ul style="list-style-type: none"> • 青少年 14 歲 /18 歲組 • 成人 18-40 歲 (男子組/女子組)、壯年+40 歲 (男子組/女子組) • 動作姿勢和識別
	成人 <u>18-40 歲(男子組/女子組)</u> 、壯年 <u>+40 歲(男子組/女子組)</u> ： 表演必須遵循傳統結構：開始 - PROM NANG (坐姿) - PROM YUEN (站姿) • 開始時必須要有以下動作： • Thep Panom + Kom Krab (鞠躬三次) • Prom Nang 中的表演必須要有其中兩項： 1. Lab Hok Mokkasak (Kumpakan Lab Hok) 2. Mekkala Loah Kaew 3. Song Mek (Tai Mek)		

	<p>4. Mae Pra Thoranee Beeb Muay Phom 5. Sue Lak Hang 6. Praya Krut Yut Naka</p> <p>• Prom Yuen 中的表演必須要有其中兩項：</p> <p>1. Yoong Ram Paen 2. Na Rai Kwang Jak 3. Chang Sabad Nguang 4. Pra Ram Paeng Sorn 5. Kum Pa Kan Poug Hok 6. Kun Paen Fun Mahn</p>		<p>app.goo.gl/2xmJomYcF7AowcT97</p>
<p>空拳對抗 (Shadow Box)</p> <p>比賽的重點 參賽者展示 泰拳藝術中的 進攻和防守 技巧的能力。</p>	<p>由 2-3 名裁判進行評分。參賽者將於賽事開始前受邀進入賽區，進入賽區之後，請向裁判以傳統的方式(Wai)致敬。</p> <p>裁判在賽前將對於參賽者進行簡報，以確保參賽者了解比賽形式以及在回合開始及結束時給予的指示。</p> <p>回合流程 第 1 回合：緩和/暖身 第 2 回合：反制與防禦 第 3 回合：速度與力量</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 選手於第 1 回合開始前將會有 10 秒的倒數計時。 2. 回合於鐘響後開始。 3. 回合結束前將會有 10 秒倒數。 4. 選手第 1 回合結束時將會有鐘響。 5. 回合間休息 20 秒。 <ul style="list-style-type: none"> • 回合間不得坐下。 • 回合間不得離開賽區。 • 比賽期間可飲水，飲用水應置於賽區旁。 	<ul style="list-style-type: none"> • 展示八肢 • 技巧 • 動作 • 平衡 • 防禦 • 組合 • 多重擊打 <p>第 1 回合：緩和/暖身 第 2 回合：反制與防禦 第 3 回合：速度與力量</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 第 1 回合：緩和/暖身 https://youtu.be/sgRfDh3N7I • 第 2 回合：反制與防禦 https://youtu.be/AliNUBJJmW • 第 3 回合：速度與力量 https://youtu.be/Y24xmAEYNQc • 競賽進行方式 https://youtu.be/Ad-NkGGf1_I • 回合計時及倒數提示說明 https://youtu.be/1tVMZME9VgE
<p>極體操 (Max Fit, 極限體適能)</p> <p>比賽將著重於 參賽者的 強度，力量 和耐力。</p>	<p>由 2-3 名裁判進行評分。參賽者將於賽事開始前受邀進入賽區，進入賽區之後，請向裁判以傳統的方式(Wai)致敬。</p> <p>裁判在賽前將對於參賽者進行簡報，以確保參賽者了解比賽形式以及在回合開始及結束時給予的指示。</p> <p>回合流程 第 1 回合：2 秒仰臥起坐與左右空拳-注重於核心 第 2 回合：俯臥撐-注重於力道/強度/體態調節(焦點於上半身) 第 3 回合：單側踢舉跆拳道，重於速度/敏捷/協調性(焦點於下半身)進行多次右踢動作，直到回合中途在接下來的回合中執行盡可能的左踢動作</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 選手於第 1 回合開始前將會有 10 秒的倒數計時。 2. 回合於鐘響後開始 3. 回合結束前將會有 10 秒倒數 4. 選手第 1 回合結束時將會有鐘響 5. 選手交換期間將有 20 秒的過渡時間 6. 前兩回合皆自第二步驟開始重複 	<p>第 1 回合：2 秒仰臥起坐與左右空拳注重於核心</p> <p>第 2 回合：腹部練習力道/強度/體態調節 - 全身俯臥撐=1 下 2 分 - 跪著俯臥撐=1 下 1 分</p> <p>第 3 回合：單側踢舉跆拳道速度/敏捷/協調性</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 2 秒仰臥起坐與左右空拳 https://youtu.be/v_ZC8HHMg0I • 俯臥撐 https://youtu.be/zs6UEILam-I • 單側踢舉跆拳道 https://youtu.be/BGY9nkkdsxI

	<p>7 若第 3 回合之指定動作分為左右邊輪流的話，每半回合時間到時將會進行十秒倒數，接著會有鐘響，鐘響即代表下半回合開始，請參賽者開始展示指定動作之左側版本，回合結束前十秒將會進行倒數，鐘響即為回合結束。請確實相對應組級別的指定動作。</p> <ul style="list-style-type: none"> 在等待對手結束回合時，參賽者必須保持站立且隨時待在評審視野所及之處。 回合間不得坐下。 回合間不得離開賽區。 比賽期間可飲水，飲用水應置於賽區旁。 		
<p>泰健操 (Aero Fit, 有氣體適能)</p>	<ul style="list-style-type: none"> 根據音樂編排最多 3 分鐘 的片段展示 一隊須兩名隊員，團隊必須由 2 個 性別組合組成 動作編排須展示體適能元素 	<p>評分系統</p> <ul style="list-style-type: none"> 編排創意度 體適能元素 平衡/力量 穿著標準服裝 協調與同步性 <p>將根據以下標準進行評審：</p> <ol style="list-style-type: none"> 編舞創造力 2 分 創意著裝 1 分 包含健身要素 2 分 平衡與動力 2 分 協調與同步性 2 分 流動性和連續性 1 分 總計是 10 分 	

二十、 參賽資格：凡於本會團體會員、訓練站、社團轄下之學員（選手）並領有段、級證書者或持有中華民國泰國拳協會或中華武術散打搏擊協會授予教練、裁判證照者，可通過其所屬之團體會員（分會）、訓練站、社團報名參賽。

- (一) 年齡及性別限制：請參見十八、參賽項目組別、年齡限制及競賽時間。
- (二) 凡有積極參賽意願但未領有本會母會中華武術散打搏擊協會級證（或段證）、中華民國泰國拳協會或中華武術散打搏擊協會授予教練、裁判證照者可通過本會所屬之團體會員（分會）、訓練站、社團辦理，若無與本會有對口之團體會員（分會）、訓練站、社團可就近到下列單位、師範處辦理學習及晉級測驗。
- (三) 本會特別著重武學倫理，曾以不實言論或惡意批評師長者，其所在訓練機構或教學機構與其指導之學員，本會將保留其報名之權利。

備註：級證優惠適用於參加本會全國乙組、全國自由搏擊乙組、全國散打搏擊、全國泰拳四大項目之錦標賽

地區	聯絡人/連絡電話	電子郵件
臺北市北區（會部）	袁德翊 02-88661621	eyetow@yahoo.com.tw
臺北市市民延吉	謝凱文教練 0970323111	kakawin777@gmail.com
臺北市安和信義站	蔡豐穗師範 0937925215	mrrirht@yahoo.com.tw
臺北市東區	羅子鈞教練 0988693607	hsiukang@yahoo.com.tw

臺北市復興南路訓練站	黃健行 02-66131213	
臺北市大同/中山區	鄭宇哲教練 0987380521	kempspeed@gmail.com
武術格鬥學院	簡萬士教練 0988208037	Daniel.chien0123@gmail.com
新北市泰國拳協會	何孟霖教練 0932330852	super0gs0@gmail.com
新北市汐止地區	高瑋濂教練 0953537757	aff9665@gmail.com
新北市板橋海山地區	林鼎岳教練 0987911111	elvis-lin@hotmail.com
新北市板橋亞東地區	劉英弘教練 0911579571	isandyis@163.com
桃園市泰國拳協會	范仲杰師範 0920862602	175218@yahoo.com.tw
桃園地區	李南暉師範 0932313435	rexzxcvbnm@yahoo.com.tw
苗栗地區	邱文頊師範 0975016751	ussawinston@hotmail.com
臺中市泰國拳協會	尤登弘師範 0912403855	nelly681207@yahoo.com.tw
雲林地區	張菽恩小姐 0916159846	
高雄市泰國拳協會	朱畏陽師範 0972839683	min_y0627@yahoo.com.tw
屏東縣體育會泰拳委員會	葉俊雄師範 0920526180	se591211@yahoo.com.tw
宜蘭縣泰國拳協會	楊志儒教練 0982644654	
台東縣	張慶選師範 0939943608	

二十一、 交通

搭乘捷運中和新蘆線至捷運新莊站再步行 10 分鐘即可抵達

新莊國民運動中心位置 <https://reurl.cc/mnanxM>

二十二、 嚴重特殊傳染性肺炎(COVID-19)防疫期間作業

所有參賽隊伍、隊職員選手及裁判工作人員及觀眾等實施聯（實）名制入場，實名制登記，或依照報名資料聯名登記並於入場前完成測量體溫、清潔手部，詳細防疫應變計畫請參照本會網站 taiwanmuaythai.org.tw 公告。

二十二、本規程如有未盡事宜，得隨時增刪、調整。

109 年第 1 屆全國運動泰拳錦標賽選手團隊報名表

隊 伍 名 稱 Name of your Group		報 名 人 數 Number of Registered	
地 址 Address		領 隊 Captain	
電 子 郵 件 @ E-mail		教 練 Coach	
聯 絡 電 話 TEL/MOB Number		管 理 Manager	

選手 Athlete

組級別		選手個人資料			
項目	組 別 Category	姓 名 Name (Surname, Given names)	出生日期 Date of birth (YYY/MM/DD)	身分證統一編號 /護照號碼(外國人填 列) ID NO. / Passport NO.	性別/Sex (Male/ Female)
				證照或段級證號 Level /Belt Number	
禮師舞 (Wai Kru)	-14 歲組 (不區分男 女)				
	-18 歲組 (不區分男 女)				
	18-40 歲組				
	+40 歲組				
空拳對 抗 (Shadow Box)	14-15 歲組				
	16-18 歲組				
	18-40 歲組				
	+40 歲組				
極體操 (Max Fit, 極	14-15 歲組				

限體適能)	16-18 歲組				
	18-40 歲組				
	+40 歲組				
泰健操 (Aero Fit, 有氣體適能) 須由 2 人 2 個性別組合組成	-14 歲組				男
					女
	-18 歲組				男
					女
	+18-40 歲組				男
					女
	+40 歲組				男
					女

每 1 隊伍同年齡同項目量級組別限 1 名(或 1 組 如有氣體適能)選手參賽，若報名單位有同年齡同項目重複的選手，請填寫新的隊伍報名表，單位名稱並以(A) (B)..加註。外國人選手身分報名，得填寫護照號碼，姓名填寫需與護照相符。報名費及報名費包含項目請參閱競賽規程。

同意勾選事項

- 本人同意(隊伍負責人)及所屬參賽人員同意所填報名表參加本活動之個人資料，僅供本活動相關用途使用。
- 本人同意(隊伍負責人)及所屬參賽人員已充分瞭解報名後如因故未能參賽，所繳款項扣除行政保險相關費用後退還餘款。
- 本人同意(隊伍負責人)及所屬參賽人員、法定代理人已充分瞭解競賽規程所提供之保險事項。
- 本人同意(隊伍負責人) 及所屬參賽人員經悉讀本次比賽競賽規程，同意派遣上列運動員參加，並恪遵各項規定參加比賽。

單位負責人/教練簽名：

Signature

本人已詳讀本次賽事競賽規程，同意攜上列運動員參賽，並遵守各項規定參加比賽。

此致 中華民國泰國拳協會

中華民國 年 月 日

選手參賽同意書

本人自願參加『中華民國泰國拳協會』主辦之民國109年「第1屆全國運動泰拳錦標賽」所附的報名資料、證件等完全屬實、正確，本人認同本次大會規則及信賴執法裁判的專業水準、保險之保障，能於選手競技中給予安全的保護，且同意報名表之個人資料提供本次賽會及相關單位必要性使用。

參加選手簽名：

家長或監護人簽名：

(如果參加者未滿二十歲)

中華民國 1 0 9 年 8 月 3 0 日