

聯合主辦



瑪利諾中學
Maryknoll Secondary School

實用盃跆拳道錦標賽 2025

比賽章程

舉辦日期：2025年10月29日 (星期三 重陽節假期)

舉辦地點：瑪利諾中學 (九龍觀塘安秀道27號)

比賽時間：上午9:00 至 下午6:00

截止日期：**2025年9月12日**

參賽資格：本協會學員 或 瑪利諾中學學生(必須為中國香港跆拳道協會會員)

參賽組別：請參閱[報名表](#)

比賽項目：

- 1) 個人品勢組/搏擊組 (附件一：個人組報名表格)
- 2) 個人/親子競速組 (附件二：競速組報名表格)
- 3) 長者品勢組 (附件三：長者組報名表格)

報名費：

項目	收費 (港幣)	備註
個人項目 (品勢/搏擊)	\$350 (一項)、\$600 (兩項)	---
競速項目 (個人/親子)	\$150 (一項)、\$250 (兩項)	---
長者組	\$150	55 歲或以上長者

參賽者資訊：

- 1) 報名表須清楚填寫參賽級別、年齡及體重 (如要)。
- 2) 各參賽者必須提交報已填妥的報名表及報名費，如有缺漏者本協會均不予受理。
- 3) 各參賽者必須穿著本會/屬會道袍 或 本會/屬會品勢袍 (包括左上臂密縫中國香港跆拳道協會會章) 及配帶相關跆拳道色帶/品帶參賽 (一切資料均以報名時提交會員證內申報資歷為準，否則大會有關拒絕參加者出賽)。
- 4) 在遞交報名表後，如欲更改或查詢閣下申報之個人資料，可聯絡各道場教練。閣下提供之資料只供本會或宣傳事宜之用。
- 5) 每組別參賽人數最少4人，否則大會可能取消或合併有關組別，一切以大會最後決定為準。

組別年齡 (適用於品勢組、搏擊組及競速組)：

年齡組別	出生年份	級別
A 組: 3-5歲	2020年 - 2022年	所有色帶/品帶
B 組: 6-8歲	2017年 - 2019年	
C 組: 9-11歲	2014年 - 2016年	
D 組: 12-14歲	2011年 - 2013年	

其他注意事項：

- 1) 比賽前2小時懸掛8號或以上風球/黑色暴雨警告訊號，有關比賽將會取消，大會將另行安排，有關更改日期將以書面通知。而參加者所繳交之一切費用概不退還。
- 2) 一切事宜如有任何更改，以大會當日宣佈為準，因此不作另行通知，全以本協會作最後決定，參賽者不得異議。

比賽項目概要

I. 品勢組：

- 1) 參賽者會按年齡、性別及色帶/品帶分組。

品勢評審準則：

- 1) 評分標準: i)純熟程度; ii)正確程度; iii)品勢勁度; iv)品勢節奏性; v)返回原位; vi)時間安排
- 2) 以舉旗淘汰賽制進行 (個人色帶組太極一至三章)。
- 3) 以評分賽制進行 (個人色帶組太極四章或以上/品段組/長者組)。
- 4) 每組別設有冠、亞及雙季軍 (需視乎該組參賽人數而定)。

II. 搏擊組：

- 1) 參賽者會按年齡、性別及體重分組。

搏擊評審準則：

- 1) 賽事按世界跆拳道聯盟的規則，並以淘汰賽制進行 (比賽時間及回合會因應實際情況而作出改動)。
- 2) 所有組別將配帶面罩頭盔作賽。
- 3) 每組別設有冠、亞及雙季軍 (需視乎該組參賽人數而定)。

注意事項：

- 1) 大會將提供頭盔及護甲，參賽者需自備護手脛、護腳脛及護陰進行比賽。
- 2) 可自行選擇是否佩帶護手套及腳套進行比賽。
- 3) 如有箍牙的學員必須配戴雙層牙膠出賽。

III. 競速組：

- 1) 參賽者會按年齡及性別分組。

競速評審準則

- 1) 個人組: 於指定時間(30 秒)內，以指定踢腳動作(前踢/橫踢)擊中目標手靶，以最多者勝。
- 2) 親子組: 於指定時間(30 秒)內，以指定踢腳動作(前踢/橫踢)擊中目標手靶，累計家屬和參賽者成績，以最多者勝。