



# 國際跆拳道聯盟香港地區總部主辦

## ITFHK 跆拳道錦標賽 2010

致各屬會會員：

國際跆拳道聯盟香港地區總部 (ITFHK) 將於二零一零年四月四日 (星期日)，假屯門友愛體育館，舉辦「ITFHK 跆拳道錦標賽 2010」，我們希望能藉此賽事提昇各會員之技術水平外，更能加強各屬會之間的連繫及技術交流。

是次比賽詳情如下：

**日期及時間：** 二零一零年四月四日 (星期日) / 上午九時正至晚上六時正

**地點：** 友愛體育館 / 屯門興安里 3 號 (毗鄰豐景園)

**主辦機構：** 國際跆拳道聯盟香港地區總部

**內容：** 黑帶 / 色帶組 - 個人搏擊、隊際搏擊、自衛術

**參加資格：**

- 1) 黑帶組 - ITFHK 註冊黑帶 (I 段至 VI 段)
- 2) 色帶組 - ITFHK 註冊屬會會員 (黃帶或以上年滿六歲之男女會員)  
(各屬會道場可以用屬會、學校或社區中心名義參加)

**費用：** 單項 HK\$150、兩項或以上 HK\$200  
(支票抬頭：國際跆拳道聯盟香港地區總部)

**截止日期及時間：** 二零一零年三月六日 (星期六) 下午六時正  
請填妥隨函之報名表格連同兩張近照及所需費用，於截止日期或之前交回或寄回 ITFHK 通訊處 (香港九龍深水埗北河街 161 號 1 樓 A 座)。

**抽籤日期及時間：** 二零一零年三月十三日 (星期六) 下午六時正 (地點為 ITFHK 辦事處)



**報名及查詢：** 可向各屬會負責人查詢或從本會網頁 ([www.itfhk.org](http://www.itfhk.org)) 參閱及下載參加表格。填妥後之報名表格，連同參賽者名單、參賽者近照兩張以及參賽費用（請用劃線支票）於截止日期或之前交回或寄回 ITFHK 通訊處

## 比賽內容

### 比賽賽例

以國際跆拳道聯盟香港地區總部（ITFHK）依據國際跆拳道聯盟比賽規例所修定適合香港本土賽事之賽例為準則。

### 比賽組別及分類

#### (1) 個人搏擊：

■ 分為黑帶男、女子組及色帶男、女子組

■ 以年齡及體重分組：  
幼童組（年滿六歲至八歲）  
兒童組（年滿九歲至十三歲）  
少年組（年滿十四歲至十七歲）  
成人組（年滿十八歲及以上）

\*年齡計算以賽事日未滿足歲為準

■ 比賽時間：  
幼童組／兒童組 - 每回合 1 分鐘，2 回合，中場休息 30 秒  
少年組 - 每回合 2 分鐘，2 回合，中場休息 30 秒  
成人女子組 - 每回合 2 分鐘，2 回合，中場休息 30 秒  
成人男子組 - 每回合 3 分鐘，2 回合，中場休息 30 秒

\*大會將視參賽人數對比賽時間作出相應調整



## (2) 隊際搏擊：

- 分為黑帶及色帶組
- 以年齡分組：
  - 幼童組（年滿六歲至八歲）
  - 兒童組（年滿九歲至十三歲）
  - 少年組（年滿十四歲至十七歲）
  - 成人組（年滿十八歲及以上）
- 人數：每隊人數為 5 人
- 比賽時間：
  - 幼童組／兒童組 - 每回合 1 分鐘，每位隊員各 1 回合，不設中場休息
  - 少年組 - 每回合 2 分鐘，每位隊員各 1 回合，不設中場休息
  - 成人女子組 - 每回合 2 分鐘，每位隊員各 1 回合，不設中場休息
  - 成人男子組 - 每回合 3 分鐘，每位隊員各 1 回合，不設中場休息
- 賽制：五局三勝制

## (3) 自衛術：

- 分為黑帶及色帶組
- 人數：以 1 對 2（色帶組）或 1 對 3（黑帶組）模式，可男女混合作賽
- 比賽時間：每隊須於指定時間內完成演繹（包含指定動作）
  - 黑帶組
    - 兒童組／少年組 （30 - 50 秒內）
    - 成人組 （40 - 60 秒內）
  - 色帶組
    - 幼童組／兒童組 （25 - 45 秒內）
    - 少年組 （30 - 50 秒內）
    - 成人組 （40 - 60 秒內）



- 指定動作：
  - 最少 1 個「騰空一腳攻擊」(Jump Single Kick)
  - 最少 1 個「騰空兩腳／三腳攻擊」(Jump Double/Triple Kick)
  - 最少 1 個「一字分踢」(Flying Two Direction Kick)
  - 最少 2 個「回避技術」(Dodging Technique)
  - 最少 1 個「拆解技術」(Releasing Technique)
  - 最少 1 個「破解武器攻擊技術」(Defense Technique Against Weapon)
  - 最少 1 個「雙格擋對雙攻擊」(Double Blocking Against Double Attack)
  - ◆ 黑帶組（成人／少年） - 需要完成以上所有動作
  - ◆ 黑帶組（兒童） - 最少完成以上 5 項動作
  - ◆ 色帶組（成人／少年） - 需要完成以上 4 項動作
  - ◆ 色帶組（兒童） - 最少完成以上 3 項動作

### 比賽服飾及護具

- 道袍： ITFHK認可 ITF黑帶道袍<sup>(a)</sup>／色帶道袍

- 護具：

組別	必須佩帶	選擇佩帶
幼童	具有面罩之頭盔、護甲、ITF拳／腳套、護陰 <sup>(b)</sup>	
兒童	具有面罩之頭盔、護甲、ITF拳／腳套、護陰	
少年	ITF拳／腳套、牙膠、護陰	具有面罩之頭盔 <sup>(c)</sup> 、護甲
成人	ITF拳／腳套、牙膠、護陰	

(a) 不可以穿著國際教練黑邊道袍

(b) 護陰必須穿著在道袍褲內

(c) 如佩帶頭盔，可免除佩帶牙膠



## 獎項

每組別分冠、亞軍各一名及季軍各二名（獎項數目將會以每組別參與人數來釐定）

- 2至3人 - 1金；4至7人 - 1金、1銀；8人及以上 - 1金、1銀、2銅
- 金得6分、銀得4分，銅得2分，（另比賽每勝1場次多獲1分，**得獎場次除外**，祇用在計算個人總冠軍，屬會及團體總冠軍祇計算獎牌得分。）
- 每位參賽者將獲發「參與證書」。
- 屬會總冠軍 - 得分最高屬會，得獎盃壹座
- 團體總冠軍 - 得分最高之團體，得獎盃壹座
- 男子個人黑帶總冠軍 - 得分最高之黑帶男選手，得獎盃壹座
- 女子個人黑帶總冠軍 - 得分最高之黑帶女選手，得獎盃壹座
- 男子個人色帶總冠軍 - 得分最高之色帶男選手，得獎盃壹座
- 女子個人色帶總冠軍 - 得分最高之色帶女選手，得獎盃壹座

## 異議／上訴

任何異議或上訴須於比賽完成後十分鐘內，攜同現金港幣 \$1,000 元正向上訴委員會提出，而主辦單位擁有任何異議或上訴之最終決策權及不會對任何失敗之異議或上訴作出退款。

## 注意事項

- 如呈交報名表內資料及有關文件不確實時，本會除取消有關參賽者之參賽資格外，所收之費用一概不會退回。
- 參加者必須為香港出生證明文件或身份證明文件之持有者，並須於比賽當天帶備，以便查核。
- 參加者須於上午 9 時 15 分向大會報到並準備過磅。如參賽者於大會召集三次後仍未報到者，當作自動棄權論。如有任何更改，一切以大會當天宣佈為準。
- 如比賽前 2 小時懸掛 8 號或以上風球／黑色暴雨警告訊號，賽事將會取消，大會將另再安排日期比賽，而參賽者所繳交之一切費用概不發還。



- 每位選手在限定時間內有兩次過磅機會，大會有權取消因體重不符之選手的參賽資格。
- 每組賽事前均會檢查各選手的比賽服飾及護具，不符合規定之選手將會被取消參賽資格。
- 為保障各選手之安全及為免影響賽事，教練及選手於賽事進行期間，不可攜帶手提電話、傳呼機及腰包等物品。
- 所有參賽者必須穿着大會指定之 ITF 道袍方可出賽。
- 比賽內容及賽例如有更改，將會以國際跆拳道聯盟香港地區總部所公佈為準。
- 參賽者可於抽籤後到總部網站 ([www.itfhk.org](http://www.itfhk.org)) 下載出線表，抽籤當日各屬會可派代表出席。
- 如有任何更改會於 ITFHK 網站公佈而不再作另行通知。
- 本部擁有所有事項之最終決策權，參賽者不得異議。
- 本部有權拒絕任何人士參與比賽而無須解釋。

### 免責條款

參賽者須自行負責保管所帶來之比賽用品及私人財物，此外，各參賽者須明白比賽具有一定危險，並須自行承擔於比賽期間中之任何傷亡及損失的責任，建議可自購額外保險。而主辦及協辦單位絕對不會負責承擔所有參賽者於是次比賽期間之任何傷亡、財物損失之責任。

國際跆拳道聯盟香港地區總部

總幹事

黃卓旋

2010年1月15日





國際跆拳道聯盟香港地區總部主辦

ITFHK 跆拳道錦標賽 2010

ITFHK 屬會 / 團體 參賽者報名表

照片  
2  
張

屬會／團體名稱：\_\_\_\_\_

參賽者姓名：(中文) \_\_\_\_\_ (英文) \_\_\_\_\_

性別：男／女 出生日期：\_\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日 年齡：\_\_\_\_\_ 聯絡電話：\_\_\_\_\_

ITFHK 會員編號：\_\_\_\_\_ (ITFHK 會員必須填寫)

段位／級別：\_\_\_\_\_ 體重：\_\_\_\_\_KG 身高：\_\_\_\_\_CM

參加項目：個人搏擊 隊際搏擊 自衛術 合共參賽費用：HK\$ \_\_\_\_\_

**\* 參賽者聲明：**

本人 \_\_\_\_\_，在此聲明本人之身體及健康狀況是絕對可以應付這次比賽。本人確認以上一切資料為真實及正確，並且願意完全承擔一切在比賽期間中之任何傷亡及承擔一切責任。如有需要，本人將會自行額外購買保險。

如有意外，請即知會：\_\_\_\_\_ 聯絡電話：\_\_\_\_\_ 關係：\_\_\_\_\_

參賽者簽署：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_

**\* 若參賽者年齡未滿 18 歲，必須由家長或監護人簽署以下同意書方可參加：**

本人同意 \_\_\_\_\_ 參加貴會於二零一零年四月四日，假屯門友愛體育館舉辦之「ITFHK 跆拳道錦標賽 2010」，並已清楚本表格內之各項條文及承擔一切責任。

家長／監護人姓名：\_\_\_\_\_ 家長／監護人簽署：\_\_\_\_\_

參賽者簽署：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_

屬會／團體印章：\_\_\_\_\_ 館長／團體負責人簽署：\_\_\_\_\_



國際跆拳道聯盟香港地區總部主辦

ITFHK 跆拳道錦標賽 2010

隊際搏擊參賽名單 (黑帶/色帶)

屬會/團體： \_\_\_\_\_

Page: \_\_\_\_\_ of \_\_\_\_\_

	英文姓名	中文姓名	性別	出生日期 DD/MM/YY	年齡	段位/級別	體重 (KG)	身高 (CM)
1								
2								
3								
4								
5								
	英文姓名	中文姓名	性別	出生日期 DD/MM/YY	年齡	段位/級別	體重 (KG)	身高 (CM)
1								
2								
3								
4								
5								
	英文姓名	中文姓名	性別	出生日期 DD/MM/YY	年齡	段位/級別	體重 (KG)	身高 (CM)
1								
2								
3								
4								
5								



國際跆拳道聯盟香港地區總部主辦

ITFHK 跆拳道錦標賽 2010

自衛術參賽名單 (黑帶／色帶)

屬會／團體： \_\_\_\_\_

Page: \_\_\_\_\_ of \_\_\_\_\_

	英文姓名	中文姓名	性別	出生日期 DD/MM/YY	年齡	段位/級別
1						
2						
3						
4						
	英文姓名	中文姓名	性別	出生日期 DD/MM/YY	年齡	段位/級別
1						
2						
3						
4						
	英文姓名	中文姓名	性別	出生日期 DD/MM/YY	年齡	段位/級別
1						
2						
3						
4						



國際跆拳道聯盟香港地區總部主辦

ITFHK 跆拳道錦標賽 2010

屬會／團體 參賽者總表 (黑帶／色帶)

屬會／團體： \_\_\_\_\_

Page: \_\_\_\_\_ of \_\_\_\_\_

	英文姓名	中文姓名	ITFHK 會員編號	性別	年齡	級別 / 段位	個人 搏擊	隊際 搏擊	自衛術
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									

屬會／團體印章： \_\_\_\_\_

負責人職位及簽署： \_\_\_\_\_



國際跆拳道聯盟香港地區總部主辦

ITFHK 跆拳道錦標賽 2010

### 裁判員出席表

屬會／團體： \_\_\_\_\_

Page: \_\_\_\_\_ of \_\_\_\_\_

	英文姓名	中文姓名	聯絡電話	現役裁判?
1				是/否
2				是/否
3				是/否
4				是/否
5				是/否
6				是/否
7				是/否
8				是/否
9				是/否
10				是/否
11				是/否
12				是/否
13				是/否
14				是/否
15				是/否



國際跆拳道聯盟香港地區總部主辦

ITFHK 跆拳道錦標賽 2010

### 比賽教練出席表

屬會／團體： \_\_\_\_\_

Page: \_\_\_\_\_ of \_\_\_\_\_

	英文姓名	中文姓名	聯絡電話	ITFHK 段証編號
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				