附件 3

乌鲁木齐市“红山杯”全民健身公开赛武术（太极）竞赛规程

一、主办单位

乌鲁木齐市体育局

天山区人民政府

乌鲁木齐市体育总会

二、承办单位

天山区文化体育和旅游局

乌鲁木齐市老年人体育协会

乌鲁木齐市武术协会

乌鲁木齐市太极拳协会

三、比赛时间、地点

比赛时间：2026 年 11 月 13 日—15 日

比赛地点：天山区全民健身文体中心

四、竞赛项目

（一）儿童甲组（男、女）（10 项）

1.长拳类

拳术（2 项）：初级长拳（第三路）、南拳（国一套路）

器械（4 项）：刀术、棍术、剑术、枪术

（器械均为初级套路）

2.太极类（2 项）：24 式太极拳、32 式太极剑

3.传统类（2项）：拳术（一至四类任选一项）

器械（单、双、软任选一项）

（二）儿童乙组（男、女）（11项）

1.长拳类

拳术（2项）：长拳、南拳

器械（4项）：刀术（南刀）、棍术（南棍）、剑术、枪术

（均为第一套国际武术竞赛套路）

2.太极类（2项）：42式太极拳、42式太极剑

3.传统类（2项）：拳术（一至四类任选一项）

器械（单、双、软任选一项）

4.对练项目（1项）：徒手或器械双人对练

（三）青少年组（男、女）（9项）

1.长拳类：

拳术（2项）：长拳、南拳

器械（2项）：短器械（刀术、剑术、南刀任选一项）

长器械（枪术、棍术、南棍任选一项）

（均为第三套国际武术竞赛套路）

2.太极类（2项）：42式太极拳、42式太极剑

3.传统类（2项）：拳术（一至四类任选一项）

器械（单、双、软任选一项）

4.对练项目（1项）：徒手或器械双人对练

（四）成人组甲组（男、女）（12项）

1.传统类

拳术（4项）：

一类拳术（形意拳、八卦掌、八极拳）

二类拳术（劈挂拳、翻子拳、通臂拳）

三类拳术（地躺拳、螳螂拳、其他象形拳）

四类拳术（查、华、少林及其他拳术）

器械类（3项）:

单器械（刀、剑、棍、枪、大刀、朴刀、南棍）等

双器械（双刀、双剑、双钩、其他双器械）

软器械（九节鞭、三节棍、流星锤、绳镖、其他软器械）

2.规定太极类（5项）:

太极（八法五步）、24式太极拳、42式太极拳、42式太极剑、太极扇

（五）成人组乙组（男、女）（9项）

1.传统类:

拳术（1项）:（一至四类任选一项）

器械（1项）:（单、双、软任选一项）

2.规定太极类（5项）:

24式太极拳、42式太极拳、32式太极剑、42式太极剑、太极扇

3.传统太极拳（1项）（含陈、杨、吴、武、孙及其他太极拳）

4.传统太极器械（1项）（含太极刀、剑、扇、棍、枪、大刀及其他太极器械）

（六）老年组（男、女）（9项）

1.传统类

拳术（1项）:（一至四类任选一项）

器械（1项）:（单、双、软任选一项）

2.规定类太极（5项）:

24式太极拳、42式太极拳、32式太极剑、42式太极剑、太极扇

3.传统太极拳（1项）（含陈、杨、吴、武、孙及其他太极拳）

4.传统太极器械（1项）~·（含太极刀、剑、扇、棍、枪、大刀及其他太极器械）

五、参加单位

各机关、企事业单位、街道（乡镇）、社区（村）、学校、体育协会、体育俱乐部、培训机构等，均可以单位名义组队参赛，不接受个人单独报名。

六、运动员资格

（一）按照《乌鲁木齐市“红山杯”全民健身公开赛竞赛规程总则》执行。

（二）中华人民共和国公民。

（三）运动员年龄

1.儿童组甲组：2017年1月1日至2019年12月31日

2.儿童组乙组：2014年1月1日至2016年12月31日

3.青少年组：2009年1月1日至2013年12月31日

4.成人甲组：1986年1月1日至2008年12月31日

5.成人乙组：1967年1月1日至1985年12月31日

6.老年组：1956年1月1日至1966年12月31日

（四）身体健康者，需提交半年内县级以上医务部门健

康检查证明（含心电图）。

（五）专业运动员（包括退役运动员，老年组除外）不得参加本人专业项目以及类似项目的比赛，具体要求在各项目竞赛规程中明确。

（六）运动员须购买赛事期间运动意外伤害保险（学平险除外），期限需覆盖往返路途。

（七）一名运动员只能代表一个单位参加一个组别的比赛，不得跨单位、跨组别兼报。

（八）参赛运动员的代表资格出现争议时，按照以上规定处理，如仍有争议，由争议双方协商解决，如协商仍无法解决，该运动员不再参赛。

七、参加办法

（一）本次比赛为个人单项赛。

（二）各参赛单位可报领队 1 人，教练员 4—6 人。教练员可兼任运动员并占用运动员名额。

（三）每名运动员限报两项（拳术 1 项，器械 1 项），可兼报对练。各参赛单位各小项男、女分别限报 2 人。

（四）报名请按规程所列的各组别项目报名，规程以外的项目不得参赛。

八、竞赛办法

（一）本次比赛执行国际武术联合会审定的《武术套路竞赛规则与裁判法（2024 版）》及有关补充规定。

（二）各项目比赛规定时间

1.规定类项目不受时间限制。

2.传统类项目演练时间不得少于1分钟。

3.对练项目时间不得少于50秒且不超过1分钟。

4.太极拳项目完成时间为4—6分钟，5分钟时裁判长鸣笛提示。

5.太极器械项目完成时间为3—4分钟，3分钟时裁判长鸣笛提示。裁判长鸣笛之后的剩余套路未完成不予扣分。

6.规定类项目必须按照规定套路动作顺序演练，不得增减和改变动作。

7.太极类项目允许配音乐，音乐自备，音乐中不得出现说唱内容，否则裁判长扣0.2分，音乐由本队教练负责配合音响师播放。

（三）运动员的比赛服装、器械必须符合规则和有关规定。

（四）运动员需在赛前30分钟到检录处检录，三次点名不到按弃权处理。

（五）比赛无故弃权者，取消本人全部比赛成绩。

（六）报名不足4人（对）的小项，不予立项。

（七）各项比赛不允许出现名次并列。

（八）技术官员由主办方选派，组委会承担其赛会期间食宿、市内交通、工作补贴等相关费用。

九、录取名次与奖励办法

（一）录取

参赛人（对）数在9个以上（含本数），录取前八名；8人（对）及以下（含本数）减一录取；

（二）奖励

获得各项目前三名的运动员，颁发奖牌和证书；4-8 名颁发获奖证书。

（三）设优秀裁判员奖。

十、报名和报到

（一）报名

1.截止时间：2026 年 11 月 1 日 18:00 前，逾期不予受理。

2.报名方式：扫下方报名二维码提交资料。

报名联系人：王思凡，联系方式：13366640361

3.报名材料

（1）加盖参赛单位公章的《报名表》（附件 3-1）。

（2）参赛运动员二代身份证。

（3）运动员半年内体检证明（含心电图）。

（4）全体参赛人员保险凭证（学平险除外）。

（5）本人签字的《自愿参赛责任书》（附件 3-2，未成年人由监护人签）。

备注：所有材料须真实有效，提供虚假材料将取消参赛资格。

4.提交要求

（1）所有材料扫描件请按“姓名+组别+材料名”格式命名（如：张三+儿童甲组+保险）。

（2）将上述材料与《报名表》电子版（xlsx 格式）统一放入文件夹，压缩为 ZIP 或 RAR 文件。

（3）将压缩包发送至报名通道，主题统一为“红山杯武术（太极）+参赛单位名称”。

5.报名联系方式：

（1）天山区文化体育和旅游局

联系人：王娟

电话：13999893529

乌鲁木齐市武术协会

联系人：杨军

电话：13639927736

邮箱：77706617@qq.com

（3）运营单位

联系人：王思凡

电话：13366640361

（二）技术官员报到时间地点详见技术官员选调通知。

（三）领队会具体时间地点详见补充通知。

十一、赛风赛纪

（一）严格落实国家体育总局、公安部《关于加强体育赛场行为规范管理的若干意见》（体规字〔2021〕2 号）等相关要求，各参赛单位及人员须遵守体育道德，尊重裁判、尊重对手、尊重观众。

（二）凡在比赛中出现无故弃权、停赛罢赛、打架斗殴、徇私舞弊、弄虚作假、冒名顶替、扰乱赛场秩序、利用网络

散布赛会不实信息等违反赛风赛纪行为的，组委会一经查实，将取消相关运动员（队）的参赛资格及已获名次。

十二、仲裁

（一）赛会设立“仲裁委员会”。

（二）对裁判判罚有异议的，须由领队或教练员在该项目结束后15分钟内向仲裁委员会提交书面申诉，申诉须缴纳申诉费500元，申诉成功退还，申诉失败不予退还。比赛结束后不再受理任何形式的申诉。

十三、经费

（一）所有项目不收取赛事服务费。

（二）参赛单位赛会期间的食宿、交通、保险等费用全部自理。

十四、其他

（一）参赛运动员须自备比赛服装，服装须整洁统一，不得身着含有政治、宗教、暴力、血腥等文字和图案，否则不得参赛。

（二）赛事期间出现的伤病事故、人身损害和财产损失等由参赛单位或个人处理，组委会协助解决。参赛人员须积极配合组委会相关要求，接受组委会提供的现场急救性质的医务治疗、紧急救治等。赛后一切事宜及医疗救治等费用由该参赛单位或个人承担。

（三）本次比赛的主办单位、承办单位有权无偿使用参赛运动员（队）的肖像、姓名、名称、图片、录音录像等，进行旨在促进项目发展和赛事举办的各项公益宣传、推广活

动等。

十五、未尽事宜，另行通知。

3-1.乌鲁木齐市“红山杯”全民健身公开赛武术（太极）竞赛报名表

3-2.自愿参赛责任书

附件 3-1

乌鲁木齐市“红山杯”全民健身公开赛
武术（太极）竞赛报名表

以下所有报名表格请统一用 XLSX 格式填写报送，正文表格仅为示例。

表 1—代表队名单（示例）

单　位：			领　　队：			
教练员：			联系方式：			
儿童甲组					人数	XX 人
性别	姓名	姓名	姓名	姓名	姓名	姓名
男子						
女子						
儿童乙组					人数	XX 人
省略详见 XLSX 文件						
青少年组					人数	XX 人
省略详见 XLSX 文件						
成人甲组					人数	XX 人
省略详见 XLSX 文件						
成人乙组					人数	XX 人
省略详见 XLSX 文件						
老年组					人数	XX 人
省略详见 XLSX 文件						

表 2—儿童甲组报名表（示例）

序号	姓名	性别	民族	身份证号	出生年月	拳术		初级器械				太极类		传统项目	
						初级长拳	南拳（国一）	初级刀术	初级剑术	初级棍术	初级枪术	24式太极拳	32式太极剑	传统拳术	传统器械
1															
2															
3															
4															

表 3—儿童乙组报名表（示例）

序号	姓名	性别	民族	身份证号	出生年月	规定套路			传统类	对练
						拳术（国一）	器械（国一）	太极类		

						长拳	南拳	刀术（南刀）	剑术	棍术（南棍）	枪术	42式太极拳	42式太极剑	传统拳术	传统器械	
1																
2																
3																
4																

表 4—青少年组报名表（示例）

序号	姓名	性别	民族	身份证号	出生年月	规定套路				太极类		传统项目		对练
						拳术（国三）		器械（国三）						
						长拳	南拳	短器械	长器械	42式太极拳	42式太极剑	传统拳术	传统器械	
1														
2														
3														
4														

表 5—成人甲组报名表（示例）

序号	姓名	性别	民族	身份证号	出生年月	规定项目					传统项目						
						拳术			器械		传统拳术				传统器械		
						太极（八法五步）	24式太极拳	42式太极拳	42太极剑	太极扇	一类	二类	三类	四类	单器械	双器械	软器械
1																	
2																	
3																	
4																	

表 6—成人乙组报名表（示例）

序号	姓名	性别	民族	身份证号	出生年月	规定项目					传统项目			
						拳术		器械						
						24式太极拳	42式太极拳	32式太极剑	42式太极剑	太极扇	传统拳术	传统器械	各式太极拳	各式太极器械

1														
2														
3														
4														

表 7—老年组报名表（示例）

序号	姓名	性别	民族	身份证号	出生年月	规定项目					传统项目			
						拳术		器械						
						24式太极拳	42式太极拳	32式太极剑	42式太极剑	太极扇	传统拳术	传统器械	各式太极拳	各式太极器械
1														
2														
3														
4														

附件 3-2

自愿参赛责任书

一、本人自愿参加**乌鲁木齐市“红山杯”全民健身公开赛武术（太极）比赛**，保证报名所填写的信息真实有效，并承诺自觉严格遵守赛事组织机构所制定的包括但不限于各项通知、规程、要求等明确规定，承担由于违反以上规定造成损失的全部责任。

二、本人声明，确认自己的健康状况良好；没有任何身体不适或疾病（包括先天性心脏病、风湿性心脏病、高血压、脑血管疾病、心肌炎、其他心脏病、冠状动脉病、严重心律不齐、血糖过高或过低的糖尿病，以及其他不适合本项目运动的疾病），明确知晓参加此次活动对健康状况和年龄的要求以及潜在的不安全因素。因此，本人郑重声明，可以正常参加本次比赛。

三、本人同意接受组委会在本次比赛期间提供的现场急救性质的医务治疗；在医院救治等发生的相关费用由本人负担。

四、本人同意将个人本次比赛信息、照片、图片、录像等无偿提供给赛事组织机构在赛事活动或宣传中使用（包括但不限于任何市场活动、媒体宣传、成品及相关广告）。

五、本人在参加赛事活动的往返行程中，如发生人身意外或财产损失，责任自行承担，与赛事组织机构无关。

本人签名：　　监护人签名：

签署日期：　年　月　日