附件





一、竞赛日期与地点

2024 年 6 月 22 日至 29 日在江苏省江阴市举行。

二、参加单位

各省、自治区、直辖市、新疆生产建设兵团，大连市、 宁波市、厦门市、深圳市体育局，各行业体协， 有关体育院 校。

三、竞赛项目

(一)拳术：长拳、南拳、太极拳。

(二)短器械： 刀术、剑术、南刀、太极剑。

(三)长器械： 棍术、枪术、南棍。

(四)对练：二人对练、三人对练。

四、参赛资格

(一) 2010 年 6 月 22 日之前出生的注册运动员。

(二)参加过 2024 年全国武术套路冠军赛(传统项目 赛区)比赛的运动员。

(三) 参赛资格造假者， 将按《中国武术协会纪律处罚 办法》严肃处理。

五、参加办法

(一) 每个单位最多可报领队 1 人， 教练员 5 人，医生 1 人。

(二)每个单位最多可报男运动员9 人，女运动员8 人。 无对练项目的单位最多可报男运动员 6 人、女运动员 6 人。

(三) 每个单位各单项最多可报 3 人参赛；每名运动员 最多可报 4 项 (限拳术、短器械、长器械和对练各 1 项)。

(四)各单位参加对练比赛的陪练不得超过 1 人次。

六、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 竞赛规则及裁判法(2019)》。

(二) 自选套路的有关规定：

1．A 级动作难度只能选报 1 次；

2．C 级跳跃类动作难度至少选报 1 次，且不能下降分 值；缺少 C 级跳跃类动作难度扣 0.6 分；

3．选报不同等级的同一种技术类型的动作难度，最多 不超过 2 次，超出规定者，按前 2 次计算难度分值；

4．连接难度分值下降 0.05 分， A、B、C、D 级分别按 照 0.05、0.1、0.15、0.2 分计算，且限选做 B、C、D 级， 至少连接 2 种不同形式的静止动作。与以上要求不符者， 扣 0.2 分；

5．在长拳类项目演练中， 定势动作除站立动作(前点步、

并步)只允许做两次外， 其他定势动作只能选择弓步、马步、 虚步、仆步、歇步、坐盘、劈叉和平衡。与以上要求不符者， 每出现一次扣 0.2 分；

6．在南拳类项目演练中， 定势动作除站立动作(前点步、 后点步或并步)只允许做三次外，其他定势动作只能选择弓 步、马步、半马步、虚步、仆步、骑龙步、跪步、蝶步、独 立步；发声不得超过 6 次，其中必须有三种不同类型的发声。 与以上要求不符者，每出现一次扣 0.2 分；

7．运动员必须做规则对各项目要求的主要动作以及各 项目指定动作组合 (详见附件)；

8．对练演练过程中禁止出现不雅言辞及乱喊乱叫；要 体现武德修养， 不得出现血腥、暴力等动作。托与抛动作要 攻防合理，须由攻和防动作紧密相接， 禁止在跑步和等待中 完成；在攻与防中，须合理展示该项目攻防动作或器械方法， 错误如：劈、砍刀变成拍刀， 扎枪枪尖未向前直出， 力点未 达枪尖， 对刺剑变成对砍。

(三) 对练项目陪练运动员不计成绩。

( 四) 长拳、太极拳、太极剑必须配乐，配乐中不得出 现歌词、说唱等内容。

(五) 建议使用中国武术协会供应商提供的器械。

七、录取名次与奖励

(一) 各项目男、女分别录取前八名， 前三名的运动员

分别获得金牌、银牌和铜牌以及证书， 第四名至第八名， 获 得证书。

(二)设“体育道德风尚奖”，评选和奖励办法另定。

(三) 根据本次比赛成绩，将择优选拔部分项目运动员 参加第十届亚洲武术锦标赛。

(四) 本次比赛各小项前十名的运动员直接获得 2024 年全国武术套路冠军赛参赛资格。

(五) 参加复活赛的运动员须参加本次比赛。

八、报名与报到

(一)报名

1.报名网址： [http://wushu.justtool.com](http://wushu.justtool.com/)

2.报名截止时间：2024 年 6 月 5 日 24 时

3.难度及规定内容申报截止时间：2024 年 6 月 7 日 24 时

4.网上报名服务电话： 180 6468 4229

5.报名表邮寄截止时间及地址：

联系人： 朱燚峰

电 话： 13812141955

地 址： 江苏省江阴市新桥镇海澜飞马水城东门卫

请各单位于 2024 年 6 月 7 日 24 时前(以寄出邮戳日期 为准)将盖有单位公章的报名表、难度及规定内容申报表寄 往赛区组委会， 逾期者不予受理。

(二)报到

1.裁判员 6 月 19 日报到， 运动队 6 月 20 日报到。

2.报到地点另行通知。

九、竞赛监督委员会、竞赛纠纷解决委员会

竞赛监督委员会、竞赛纠纷解决委员会人员组成和职责 范围按规则执行。

十、 裁判员

裁判员的选派另行通知。

十一、其他

(一) 有关本赛事的补充通知请关注中国武术协会官网。

(二) 各代表队报到时须交验参赛运动员的《第二代居 民身份证》(临时身份证、超出有效期者不予参赛)、赛前 15 天内县级以上医院出具的《体检证明》(具体内容为：心电 图、血压、脉搏) 和《人身保险证明》 (责任免除条款中不 得包含武术比赛)原件。以上三项缺少一项将不能参加比赛。

(三) 所有参加比赛的人员请务必携带本人身份证， 以 便办理住宿登记和参赛。

(四) 参赛单位、运动员、裁判员要严格遵守和执行竞 赛规程、规则和相关规定，公平竞赛， 公正执裁。如有违反， 将视情节按国家体育总局有关规定和《中国武术协会纪律处 罚办法》严肃处理。

(五)参赛单位的食宿、交通费自理。

(六)竞赛规则和规程的解释权属于中国武术协会。

(七)未尽事宜，另行通知。

附件



一、长拳动作组合

(一) 正踢腿勾手架掌→搂膝弓步插掌→外摆击响

(二) 垫步挑掌→蹬腿架拳推掌→ 弓步劈拳→马步挑掌

冲拳→ 勾手抓肩压肘→ 弓步冲拳→马步架打

二、南拳动作组合

(一) 弓步挂盖拳→退步格桥冲拳→横钉腿撑掌→骑龙 步截桥→横踩腿拨掌

(二) 半马步挑掌→半马步拨掌→左右关桥→独立步虎 爪 →麒麟步叠掌 → 弓步立推掌 →麒麟步运掌→骑龙步横切 掌

三、剑术动作组合

(一) 左右挂剑→转身提膝背挂剑→仆步穿剑

(二) 云剑→进退步左右撩剑 (2 次) →穿 (腰) 剑

四、刀术动作组合

(一) 提膝挂刀→转身上步撩刀→抹刀→转身云刀

(二) 左右抡劈刀→翻腰缠头裹脑刀

五、枪术动作组合

(一) 弓步拦拿扎枪 (3 次) →翻腰单手扎枪

(二) 绞枪→右转身劈枪→后转身抡劈枪→卧鱼横拨枪

六、棍术动作组合

(一) 横拨棍→转身平抡棍→双手舞花棍 (3 次) →转 身单手提撩棍

(二) 上步提撩棍→换跳步劈棍→双手提撩棍 (3 次) →转身平抡棍

七、南刀动作组合

(一) 左右抹刀→转身后摆腿→抹刀

(二) 左右斩刀→裹脑刀→并步震脚截刀→麒麟步运刀

八、南棍动作组合

(一) 弓步弹棍→麒麟步云拨棍→半马步绞棍→半马步 崩棍

(二) 弓步劈棍→马步戳棍-马步滚压棍→退步压棍→马

步抛棍