

福建省老年人体育协会文件

闽体老〔2025〕19号

福建省老年人体育协会关于举办 2025 年 全省老年人太极拳(剑)交流活动的通知

各设区市及平潭综合实验区、省直机关及各行业系统老体协：

为贯彻实施全民健身和积极应对人口老龄化国家战略，推进健康中国和体育强国建设，推动太极拳（剑）项目广泛深入的开展，根据省老体协年度计划，定于9月上中旬在福州市举办2025年福建省老年人太极拳（剑）交流活动。现将竞赛规程印发你们，请积极组队参赛。

福建省老年人体育协会

2025年6月18日

抄送：省体育局，省老体协领导。

福建省老年人体育协会

2025年6月18日印发

竞赛规程

一、活动名称

2025 年福建省老年人太极拳（剑）交流活动

二、主办单位

福建省老年人体育协会

三、承办单位

福建省老年人体育协会太极拳（剑）专项工作委员会

福建省老年人体育工作中心

四、比赛时间和地点

（一）时间：9 月 12 日-15 日（12 日下午裁判员、运动队报到；13-14 日交流比赛；15 日上午离会。）

（二）地点：聚春园瑞春酒店（福州市晋安区新园路 6 号）

五、项目设置

（一）集体项目：

1. 42 式太极拳竞赛套路
2. 42 式太极剑竞赛套路
3. 老年 26 式陈氏太极拳套路
4. 老年 26 式孙氏太极拳套路

（二）个人项目

1. 老年 26 式杨氏太极拳套路
2. 陈式 56 式太极拳竞赛套路

3. 杨式 40 式太极拳竞赛套路
4. 吴式 45 式太极拳竞赛套路
5. 武式 46 式太极拳竞赛套路
6. 孙式 73 式太极拳竞赛套路

六、参加办法

(一) 每个单位限报一队，每队领队兼教练 1 名，队员 8 名（男、女队员各 4 名），候补队员 2 名（男、女各 1 名）。领队兼教练符合队员资格者可兼队员，但占队员名额。

(二) 每队必须参加 4 项集体必选项目。

(三) 个人赛：每队从 6 个项目选 5 个项目报名，每个项目报名不超过 2 人（替补队员须参加个人赛）。

(四) 年龄要求：

男性：59 岁至 71 岁（1954 年— 1966 年出生）。

女性：54 岁至 71 岁（1954 年— 1971 年出生）。

七、参赛资格

(一) 经常参加体育健身活动，经县级以上医院检查证明身体健康。

(二) 参加人员以本人自愿、亲属支持为原则，如有意外事故或疾病，其责任和费用自负。

(三) 各代表队报到时须向大会提供参赛人员的保险单据、体检材料及自愿参加责任书，未能提供上述材料者，不允许参加本次交流活动。

八、交流办法

(一) 采用国家体育总局 2012 年审定的太极拳(剑)竞赛规则和裁判法及大会规程规定执行

(二) 人数规定: 集体太极拳(剑)必选项目, 每队不得少于 8 人(含 8 人, 其中男队员 4 人)。每少 1 人扣 0.5 分, 依次类推。

(三) 时间规定:

1. 集体项目:

①42 式太极拳竞赛套路为 5-6 分钟(不得少于 5 分钟, 不得超出 6 分钟), 5 分钟时裁判长鸣哨示意。

②42 式太极剑竞赛套路为 3-4 分钟(不得少于 3 分钟, 不得超出 4 分钟), 3 分钟时裁判长鸣哨示意。

③老年 26 式陈氏太极拳套路为 4-6 分钟(不得少于 4 分钟, 不得超出 6 分钟), 4 分钟时裁判长鸣哨示意。

④老年 26 式孙氏太极拳套路为 4-6 分钟(不得少于 4 分钟, 不得超出 6 分钟), 4 分钟时裁判长鸣哨示意。

2. 个人项目:

①老年 26 式杨氏太极拳套路为 4-6 分钟(不得少于 4 分钟, 不得超出 6 分钟), 4 分钟时裁判长鸣哨示意。

②陈式 56 式太极拳竞赛套路为 5-6 分钟(不得少于 5 分钟, 不得超出 6 分钟), 5 分钟时裁判长鸣哨示意。

③杨式 40 式太极拳竞赛套路为 5-6 分钟(不得少于 5 分钟, 不得超出 6 分钟), 5 分钟时裁判长鸣哨示意。

④吴式 45 式太极拳竞赛套路为 5-6 分钟(不得少于 5 分钟,不得超出 6 分钟),5 分钟时裁判长鸣哨示意。

⑤武式 46 式太极拳竞赛套路为 5-6 分钟(不得少于 5 分钟,不得超出 6 分钟),5 分钟时裁判长鸣哨示意。

⑥孙式 73 式太极拳竞赛套路为 5-6 分钟(不得少于 5 分钟,不得超出 6 分钟),5 分钟时裁判长鸣哨示意。

(四)配乐规定:集体太极拳(剑)均须配乐(U 盘自备:要求音乐不带口令和歌词),如无配乐按规程规定扣 0.5 分。

(五)服装、器械规定:上场队员须穿统一太极服装和武术鞋(器械自备,但要符合规定)。

(六)出场顺序于交流前抽签确定。

九、评分办法

采用公开亮分办法当场亮分。

十、计分办法

(一)以四个项目得分相加之和为集体总得分录取名次,总得分高者名次列前,依次类推。

(二)总得分相等时,以集体 42 式太极拳比赛的出场序号为准,序号在前名次列前,如得分再相等时,以集体 42 式太极剑比赛的出场序号为准,序号在前名次列前,依次类推。

十一、奖励办法

(一)集体项目按报名队数,40%为金奖、30%为银奖、30%为铜奖,颁发奖杯;

(二) 个人项目按照报名人数，设一、二、三等奖若干名，其余为优秀奖，颁发奖牌。

十二、报名和报到

(一) 请各单位于 8 月 15 日前将电子报名表报送省老年人体育工作中心健运科(联系人：朱金子，电话：0591-85168392，邮箱：835711207@qq.com)。

(二) 报到事宜

组委会、裁判、工作人员、外地参赛队伍于 9 月 12 日下午自行到聚春园瑞春酒店(酒店联系人：熊文武，联系电话：18559074317。)报到。福州市城区参赛队伍于 13 日上午 8:30 前直接到场地报到并参赛。

(三) 行车线路推荐：

福州火车北站：

1. 乘 182 路公交车，在海峡妇女儿童中心站下车，即可到达酒店；

2. 打车需 10 分钟，约 15 元。

十三、仲裁、裁判

仲裁人员和正、副裁判长及裁判员由省老体协选派。

十四、安全保险

(一) 承办单位为大会购买团体意外责任险。

(二) 参加人员须按照要求购买人身意外伤害保险，未办理保险的人员，不得参加交流活动。

（三）赛期大会提供医疗服务，但在比赛期间发生的疾病、伤病，其治疗费用和责任自负。

十五、经费

（一）各代表队住宿费、交通费、医疗费等由派出单位承担，住宿标准 220 元/间。伙食费及其它费用由省老年人体育工作中心负责。

（二）选调的仲裁、裁判人员食宿费、交通费由省老年人体育工作中心负责，医疗费自理。

（三）各代表队应严格掌握人数，如有超编一切费用自理。

十六、规程最终解释权属主办单位，未尽事宜，另行通知。

2025 年福建省老年人太极拳（剑）交流活动报名表

参加单位：（盖章）

职务	姓名	性别	身份证号码	个人项目	备 注
领队兼 教练					
参加 队员					

联系人：

联系电话：

自愿参加交流比赛活动责任书

我自愿报名参加 2025 年福建省老年人太极拳（剑）交流活动并签署本责任书。对以下内容，我已认真阅读、全面理解且予以确认并承担相应的法律责任：

一、我愿意遵守本次大会的所有规则规定；如果本人在参赛过程中发现或注意到任何风险和潜在风险，本人将立刻终止参赛或报告大会交流组委会。

二、我充分了解本次大会期间的训练或交流有潜在的危险，以及可能由此而导致的受伤或事故，我会竭尽所能，以对自己安全负责的态度参加交流比赛活动。

三、我完全了解自己的身体状况，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、以及其它不适合运动的疾病），因此我郑重声明，可以正常参加本次比赛活动。

四、我同意接受主办方在交流比赛活动期间提供的现场急救性质的医务治疗，但在医院救治等发生的相关费用由本人负担。

本人签名：

家属签名：

2025 年 月 日