◆試合会場

すべての太極拳大会の試合会場は、地面が平らかつ障害物なしのものとする。

推手試合会場

１．社会人組：定歩推手会場は、辺6メートル長さの正方形で、中央で半径1.8メートルの円を描き、場内で3センチ厚さのマットを敷く（図1.1）。活歩推手会場は、辺8メートル長さの正方形で、マットを敷く。中央で半径3メートルの円を描き、そこを試合の範囲と定める。

２．高校生組：ルール及び会場は、社会人組と同じである。

３．中学生組、小学生組：活歩推手会場の円の半径は2.5メートルで、定歩推手会場は社会人組と同じである。

◆境界標示

試合会場は、鮮明なラインやテープで表示する。ラインの広さは、5センチであるが、試合範囲に含まれない。活歩推手会場は、円の中心で長さ40センチの十字を描き、両側から100センチ離れたところで十字と並行する（東西方向と南北方向）線を引く。線の長さは、40センチである。定歩推手会場は、広さ5センチのラインで標示する。

◆審判員位置

推手試合審判員

1. 主審（執行裁判）は、試合会場内の十字交差点から1.5メートル離れたところに置くものとする。

2. 副審（副執行裁判員）は、主審の向いに置くものとする。

3. 主任審判員（主任裁判）は、試合会場正面で境界線中央から100センチ離れたところに置くものとする。
4. 記録員は、主任審判員の右側に置くものとする。
5. 時計係は、主任審判員の左側に置くものとする。
6. ベル係は、時計係の左側に置くものとする。
7. 医療関係者は、試合会場の南側で、境界線中央から100センチ離れたところに置くものとする。
8. 記録員は、試合会場の入り口に置くものとする。
9. 検査員は、試合会場の入り口に置くものとする。
10. 選手は、予備ラインにいる。左側の選手は黄色帯で、右側の選手は青色帯をつけるものとする。
11. 教練は、試合会場の東西両側で境界線中央から100センチ離れたところに置くものとする。

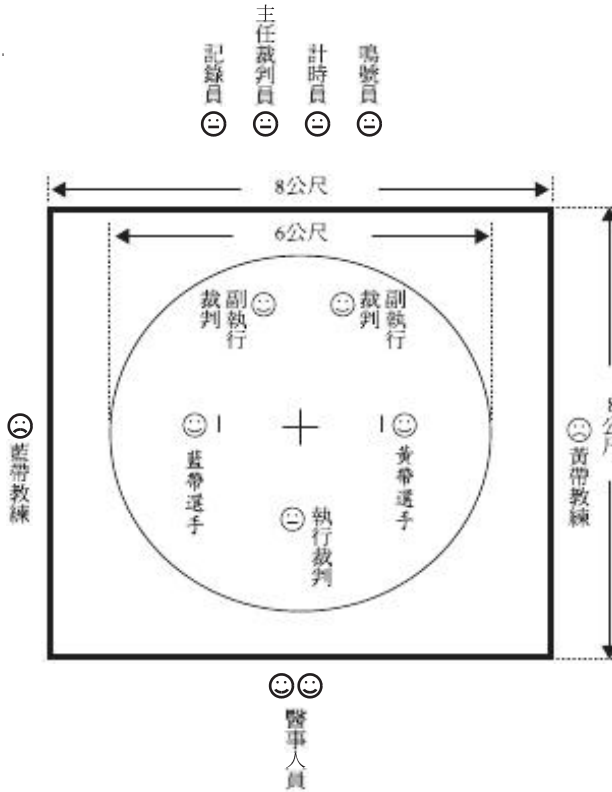


図1　活歩推手試合会場及び審判員位置図

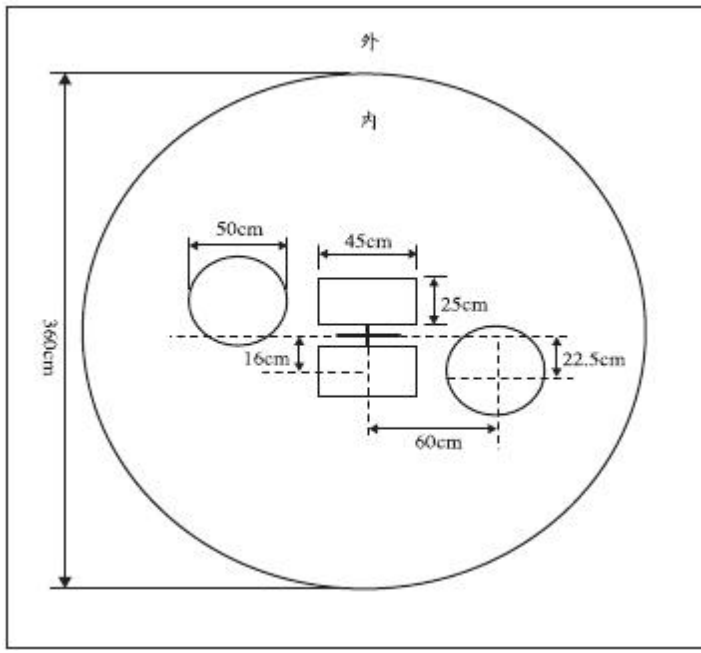


図1-1　定歩推手試合会場

◆組み分け

一、体重別
推手試合は、定歩推手と活歩推手を分けて行う。推手試合の体重別は、下記のように分けるものとする。

組別	第一級	第二級	第三級	第四級	第五級
男	55キロ以下	55.01 ｜ 58.00	58.01 ｜ 61.00	61.01 ｜ 65.00	65.01 ｜ 70.00
女	48キロ以下	48.01 ｜ 51.00	51.01 ｜ 54.00	54.01 ｜ 58.00	58.01 ｜ 63.00

第六級	第七級	第八級	第九級	第十級
70.01 ｜ 76.00	76.01 ｜ 83.00	83.01 ｜ 91.00	91.01 ｜ 100.00	100.01以上
63.01 ｜ 69.00	69.01 ｜ 76.00	76キロ以上		

二、年齢別
男子組

組別	小学校組	中学校組	高校組	社会人組
年齢	12歳以下	12歳 ｜ 15歳以下（未満）	15歳 ｜ 18歳以下	18歳以上

女子組

組別	小学校組	中学校組	高校組	社会人組
年齢	12歳以下	12歳 ｜ 15歳以下（未満）	15歳 ｜ 18歳以下	18歳以上

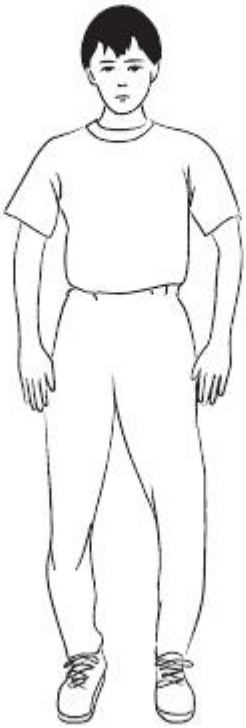
◆計量
一、選手は、試合の前に指定された場所に集まり、計量する。当日計量した体重で、参加表明の体重別条件に満たしているか判断する。計量の際は、下着だけでの状態も許されるが、指定時間内で計量を済ましていない選手は、試合を放棄したとみなす。
二、選手は、必ず健康であるものとする。計量の際に爪先の検査も行う。
三、選手は、計量の体重が申込書より軽い場合は、申し込んだ組み分けでの試

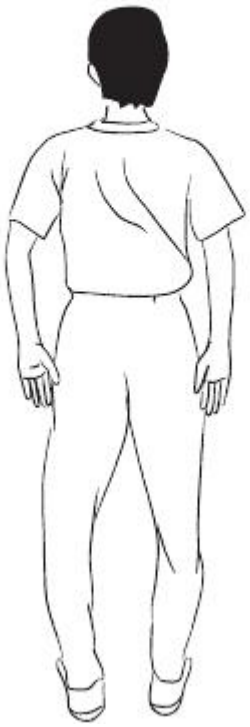
合に出ることとし、申込書より重い場合は、指定時間内でも申し込んだ組み分け体重に落とせなかったら、失格となる。

◆抽選
出場順は、抽選で決める。

◆試合時間
活歩推手試合時間は 1 ラウンド 2 分間で、定歩推手試合時間は 1 ラウンド 1 分間である。ラウンドとラウンドの間に 1 分間の休憩時間を置くものとし、試合終了の際に、時計係りはベルやほかの方法で知らせる。
試合が始まる前と試合が終わった後の得点は、無効である。試合終了の際に、点数が同じ場合は、勝負判決の基準に従うものとする。

◆選手服装
一、選手は、長いズボン、ボタン無しの半袖Tシャツとスニーカー（カンフーシューズ）を着装する。
二、アクセサリー（指輪、ネックレスなど）は、一切禁止である。
三、全身汗だくは、禁止である。
四、選手は、ルールに従い、青い帯あるいは黄色い帯をつける





◆試合進行

一、名前を呼ぶ

選手は、検査員に名前を呼ばれてから入場する。名前を 3 回呼ばれても入場しない選手は、試合放棄とみなし、他の出場した競技も脱落するものとする。

名前は 30 秒おきに呼ぶものとする。

二、試合開始

名前を呼ばれた選手は、会場の中で指定された場所に着く。主審も指定された位置に立ち、選手たちを集合させ、主任審判員に礼をする。

そして、選手たちの服装や身体を検査し、身体にオイルや粘りけのある物質がついているか、汗をかいているか、手の裏に何か持っているか、つめを切ったかなどを改める。

選手は、お互いに礼をしたら、主審の号令に合わせて試合を始める。

三、準備位置

（1）定歩推手試合では、選手たちは右足を前、左足を後ろにして、マットに立つ。右手を掤手し（お互いに腕に乗せ）、左手を按手する（相手の右ひじ外側に当てる）。これは、搭手という準備態勢である。そして、主審の号令に合わせて試合を始める。

（2）活歩推手試合では、選手たちは十字ラインを中心に搭手し、主審の号令に合わせて試合を始める。

四、試合終了

時計係が、ベルやほかの方法で試合終了を知らせた後、主審は試合終了を指示する。選手たちは主審の両側の指定された位置に立ち、指示や勝敗の宣告を待つ。

勝敗宣告の後、選手たちはお互いに礼をして、会場から去る。選手たちは勝負宣告を聞いた後、主審に握手を求めてお礼を言うものとする。

主審が、ベルが聞こえない場合は、主任審判員は直ちに笛を鳴らして試合を中止する。試合が終了した後に得たポイントは、無効である。

五、試合中止

選手が、怪我やほかのアクシデントで試合が中止になった場合、主審に手をあげて中止する意思を伝えるものとする。主審は、試合を最長 1 分間中止する。

選手が、反則や、怪我や、床に倒れたことや、マットから出たことや、ほかの突発的状況によって試合が中止になった場合、主審は試合を中止する。そして、得点を記録した後、あるいは、突発状況が解決された後、選手は、再び準備位置に着き、残った時間で試合を再開する。

このような試合中止は、1 ラウンドで数回許されるものとする。選手は、怪我で 1 分間中止になった後、医療関係者が試合を続けるのが不能だと判断した場合、棄権すべきと宣告される。

選手たちは、抱き合い、逃走、無理やり抵抗することなど、試合にそぐわない行為を主審に指摘される、あるいは試合を中止にされた後、試合を再開する際、中止になる前の立ち位置に戻って、試合を始める。

主任審判員は、突発状況や主審や記録員などが厳重なミスを犯した際、試合を中止し、審判関係者を集合し、試合進行を討論する。

選手は、どんな理由でも自ら試合を中止し、準備位置に戻ることを要求するべきではない。

六、試合終了

試合終了の際、主審は、選手たちとともに境界ラインの中央に立ち、主任審判員と面と向かって静かに勝負判決を待つ。

◆動作

一、定歩推手

定歩推手の動作は、掤、擠、按、採、肘、靠と限られている。粘りと接点で相手のバランスを崩して、ポイントをとる。

二、活歩推手

活歩推手の動作は、掤、擠、按、採、肘、靠及び進、退、顧、盼、定と限られている。粘りと接点で相手のバランスを崩して、ポイントをとる。

◆試合採点

一、定歩推手の得点

（1）發勁や崩しなどの技法で、相手の足を移動させると、得点 1 点

（2）發勁や崩しなどの技法で、場内で相手を倒すと、得点 2 点。場外（境界ラインも含み）で相手を倒すと、得点 3 点。相手のひざ（ひざも含み）以上の部分を地面に接触させることは、倒したものとみなす。

（3）發勁や崩しなどの技法で、相手の両足を同時に地面から離すと、得点 2 点となる

二、活歩推手の得点

（1）發勁や崩しなどの技法で相手を 2 歩以上移動させると、得点 1 点となる

（2）發勁や崩しなどの技法で相手を場外させると、得点 1 点となる

（3）發勁や崩しなどの技法で相手の両足を同時に地面から離すと、得点 1 点となる

（4）發勁や崩しなどの技法で相手を倒すと、得点 2 点となる。相手のひざ（ひざも含み）以上の部分を地面に接触させることは、倒したものとみなす。

三、判定勝ち

（1）活歩推手判定勝ち：得点の差は 6 点（6 点含み）以上とする。

（2）定歩推手判定勝ち：得点の差は 10 点（10 点含み）以上とする。

四、不得点

（1）活歩推手試合の際、片方が發勁したが、手を相手の身体から離さない場合、あるいは、二人が同時に会場から出た場合は、不得点とする。

（2）定歩推手及び活歩推手試合の際、片方が發勁したが、二人とも移動した場合、あるいは、次々倒れた場合、不得点とする。

◆勝負の判定

定歩推手及び活歩推手試合は、3 ラウンドやるが、2 ラウンド勝てば、勝ちと認め、終了とする。時間内で判定勝ちが出た場合、ラウンド試合が終了。3 ラウンドが終わった後、二人のラウンド勝ち数が同じ場合、3 ラウンドでの合計得点が高いほうが、勝者となる。

3 ラウンドでの合計得点も同じ場合は、体重が軽いほうが、勝者となる。体重も同じ場合、試合終了時の格好で再度計量をする。体重が軽いほうが、勝者とする。また体重が同じの場合、これまでの勝負から判定する。

◆試合中止の判定

試合を中止した後、事情があり、試合が続けない場合の判定

一、自分のミスで怪我をした場合、怪我をした選手は、失格となり、相手にペナルティは与えない。
（追伸、技法上での失点は、このルールに束縛されない）
二、相手の反則で怪我した場合、反則の選手は、失格とする。
三、二人とも同じ原因で試合を続けられない場合、これまでの勝負から判定する。
四、選手が事情があって試合を放棄した場合、放棄した選手は失格とする。

◆反則
推手試合では、下記のような動作や行為をとる場合、反則と見られる。
一、金的、首及び頭を攻撃する。
二、頭やひざなどの部分で攻撃する。
三、ひじで前胸部や脇を攻撃する。
四、足で蹴ったり、相手の足を引いたりする。
五、背中やお尻で相手を投げる。
六、腰や足を抱いたり、投げること、及び両手で相手の脇を差し入れる。
七、倒れた相手を攻撃する。
八、相手や審判員に無礼な言動、審判員の号令や指示及び試合に関するルールに反する行為をする。
九、場外にいる人が、試合の邪魔をする。

◆懲罰
一、試合で軽い反則をした場合は、主審が警告する。一警告は減点 1 点。反則した場合は、減点 2 点。2 回反則した場合は、当試合を没収する。厳重な反則した場合は、直ちに試合を取り消し、相手の勝利を宣告する。
二、選手が覚せい剤をやったり、休憩時に酸素を吸ったりする場合、失格とする。
三、選手、教練、監督は、判決に不満がある上で、怒鳴ったりする場合、審判長は審判委員会に審議を申し出る。厳重な場合は、選手、教練、監督あるいはチームに 1 年間以上試合停止の懲罰を与えるものとする。