

关于动员开展第一届“亚洲太极拳日” 太极拳相关活动的函

各有关单位：

今年是亚洲群众体育协会（ASFAA）确定每年 3 月 21 日为“亚洲太极拳日”的第一年。为进一步加强太极拳国际推广，推动亚洲各成员国家和地区太极拳普及活动，让更多人领略太极拳的魅力与价值，迎接首个“亚洲太极拳日”，定于 2025 年 3 月至 5 月在亚洲范围内开展第一届“亚洲太极拳日”太极拳相关活动。

一、活动主题

健康人生 太极同行

二、活动时间

2025 年 3 月至 5 月

三、活动内容

（一）组织动员广泛开展“亚洲太极拳日”相关活动

请亚洲群体协会和亚洲武术联合会成员，境内各级武术组织、太极拳健身站点，围绕“健康人生 太极同行”主题，于 2025 年 3 月 21 日当天（或临近时间），组织开展“亚洲太极

拳日”相关活动。内容可包括举办群众身边的太极拳展演展示、太极拳科学健身指导、全民健身志愿服务与交流等，满足亚洲群众多元化太极拳健身需求，为申请“国际太极拳日”营造良好的氛围。

（二）组织开展第一届“亚洲太极拳日”太极拳展演活动

为迎接首个“亚洲太极拳日”，中国武术协会等单位将于3月21日在北京园博园设为主会场，开展以“健康人生 太极同行”为主题的大型太极拳展演活动。本次活动包括启动仪式、太极拳展演、互动交流等环节，其中太极拳展演活动包括集体太极（八法五步）、二十四式太极拳展演（3210人）、集体太极扇、集体太极伞、以及太极推手等展演。请各有关单位关注主会场的活动，并加强宣传推广。

（三）组织举办第一届“亚洲太极拳日”太极拳展演暨2025年全国太极拳站点网络比赛

为了体现“健康人生 太极同行”的主题，全方位展示亚洲太极拳爱好者的风采，活动计划于2025年3月21日至5月30日进行线上展演和网络比赛，本次比赛参加对象为亚洲太极拳爱好者，分为境外组（展演活动）和境内组（网络比赛）。该项活动由亚洲群体协会、亚洲武术联合会、中华全国体育总会指导，中国武术协会主办，华奥星空科技发展有限公司承办。请各相关单位、各级武术组织、太极拳健身站点积极组织动员广大太极拳爱好者参赛。

活动官网：<https://asiataiji2025.sports.cn/>

（四）设置 “亚洲太极拳日” 太极拳科学健身指导慕课线上学习专栏

为助力太极拳国际化推广，同时为亚洲太极拳爱好者免费提供科学化、规范化的学习资源，推出涵盖 9 个项目、共 98 集的中英文太极拳慕课，包括太极（八法五步）、24 式简化太极拳、32 式太极剑、陈式太极拳竞赛套路 56、杨式太极拳竞赛套路 40 式、吴式太极拳竞赛套路 45 式、武式太极拳竞赛套路 46 式、孙式太极拳竞赛套路 73 式、杨式太极扇。

1. 慕课学习网址：<https://taiji-mooc.wushu.com.cn/>
2. 慕课学习 APP：扫描下方二维码下载中国武术 APP



安卓系统



苹果系统

四、其他事宜

（一）主视觉下载

为提升本次活动的整体形象，增强活动品牌辨识度，为宣传推广提供有力支持，中国武术协会设计了统一的主视觉 KV 图、LOGO，如需使用相关设计素材，可在附件 2 中自行下载。各有关单位在使用过程中，应确保视觉元素的完整性与规范性，避免因不当使用而影响活动形象。

（二）加强宣传推广

加强“亚洲太极拳日”主题活动宣传工作，各单位结合实际工作利用各类媒体进行重点宣传报道；充分利用本单位网站公众号大力宣传，并积极主动与各相关媒体进行沟通协调，做好太极拳推广普及，营造浓厚氛围。相关活动和宣传材料可同步报送中国武术协会，将通过中国武术协会官网和公众号，中国武术“APP”等媒体平台对主题活动进行宣传推广。

（三）请将 2025 年“亚洲太极拳日”主题活动太极拳展演开展情况和相关材料（视频、图片，发布新闻稿等）于活动结束后 7 日内反馈中国武术协会。

联系人：王立峰

联系电话：（010）64912158

电子邮箱：shehuiwuhshu@wushu.com.cn

- 附件：1. 第一届“亚洲太极拳日”太极拳展演暨 2025 年全国太极拳站点网络比赛竞赛规程
2. 第一届“亚洲太极拳日”主视觉 KV 图、LOGO

中国武术协会

2025 年 2 月 24 日

附件 1

“健康人生 太极同行” 第一届“亚洲太极拳日”太极拳展演暨 2025 全国太极拳健身站点网络比赛 竞赛规程

一、主办、承办单位

指导单位：亚洲群众体育协会

亚洲武术联合会

中华全国体育总会

主办单位：国家体育总局武术运动管理中心

中国武术协会

承办单位：华奥星空科技发展有限公司

支持单位：各省、自治区、直辖市、新疆生产建设兵团体育局
武术运动管理中心、武术协会，各行业体协，有关体育院校

二、参加对象

亚洲太极拳爱好者。

三、报名、比赛时间（北京时间）

在线报名与上传视频：2025 年 3 月 21 日 0 时至 4 月 20 日 24
时；

网络投票：2025 年 4 月 21 日 0 时至 2025 年 5 月 5 日 0 时；

专业评判：2025 年 5 月 6 日至 2025 年 5 月 15 日；

成绩公告：2025 年 5 月 18 日；

申诉受理：2025 年 5 月 19 日 24 时前；

证书下载：2025 年 5 月 30 日。

四、比赛项目

（一）集体拳术（4项）

1. 太极（八法五步）
2. 二十四式简化太极拳
3. 四十二式太极拳竞赛套路
4. 其他太极拳

（二）集体器械（4项）

1. 太极扇
2. 三十二式太极剑竞赛套路
3. 四十二式太极剑竞赛套路
4. 其他太极拳器械（含徒手与器械混编）

五、比赛分组

比赛设境内组、境外组（含港澳台地区）。

六、比赛办法

（一）本次大赛均为集体项目，各级武术组织、健身站点均可组队报名，每队最多可报三项。上传的参赛视频必须是6人及以上共同演练，其他视频均不予线下评判。

（二）观众通过中国武术协会官网、手机端和微信公众号在线投票，每位用户、每个IP地址对每个视频，每天只能投1票，可为多个视频投票。境内观众只能通过微信公众号进行在线投票。

（三）对所有通过合规性检查后的参赛视频，均予以线下评判。

（四）线下评判专业评判按照中国武术协会于2024年审定的《传统武术竞赛规则》及相关规定执行，连续增加或减少或改变动作超过5个，不予评分。

（五）42式太极拳，32式太极剑、42式太极剑均为原国家体

委、武术研究院审定的套路。

（六）完成套路时间

比赛套路完成时间为 3~6 分钟。

（七）裁判长扣分

1. 凡运动员完成套路时间不足或超出规定时间在 5 秒钟以内（含 5 秒钟），扣 0.1 分；不足或超出规定时间超过 5 秒钟，在 10 秒钟以内（含 10 秒钟），扣 0.2 分；不足或超出规定时间达 10 秒钟以上，扣 0.3 分，最多扣 0.3 分。

（注：运动员由静止姿势开始肢体动作，计时开始；运动员完成全套动作后并步站立，计时结束。）

2. 运动员未按规定套路顺序演练、增减或改变动作，每出现一次，均扣 0.1 分，累计扣分。

3. 如运动员对参赛作品进行配乐，凡音乐中出现唱词（含说唱）者，扣 0.2 分。

（八）得分相等的处理

得分相等时，网上得票数多者名次列前。

七、名次录取与奖励办法

（一）境内组和境外组分别录取，境内组为网络比赛，境外组为展演活动。

（二）各项目根据线下评判的成绩由高到低按一等奖 30%、二等奖 30%、三等奖 40%分别进行录取，授予电子证书。末尾数按四舍五入计算。

（三）设“网络人气奖”。各项目根据网络得票数由高到低按一等奖 20%、二等奖 30%、三等奖 40%进行录取，授予电子证书，末尾数按四舍五入计算；投票数为 0 票者，不参评奖，不授予电子证书。

（四）境内组和境外组均设“最高人气奖”，授予观众投票数最高者“最高人气奖”电子证书。

（五）比赛成绩、录取名单将在中国武术协会大赛专栏上中、英文分期发布，将遴选优秀参赛视频在中国武术协会大赛专栏上进行展播。

（六）进入赛事官网，登录并下载、打印电子获奖证书。

八、裁判员、仲裁委员会

邀请裁判员和仲裁进行线下评判和仲裁。裁判员、仲裁委员会选派和职责按照规则执行。

九、申诉与仲裁

（一）申诉

1. 范围与内容：仅限于裁判长对运动员的扣分，内容包括如下：

（1）裁判长对运动员完成套路时间不足或超出的扣分。

（2）裁判长对运动员未按规定套路顺序演练、增减或改变动作的扣分。

（3）裁判长对运动员配乐不符合规定的扣分。

2. 程序及要求：如果运动员对裁判长对其本人的扣分内容有异议，该运动员必须在 2025 年 6 月 16 日 24 时（北京时间）前在线提出申诉，同时缴付 1000 元人民币（境外组 200 美元）申诉费。一次申诉仅限一项内容。

（二）仲裁

1. 仲裁委员会接受运动员的申诉，并及时做出裁决，如申诉理由成立，改变裁判结果，退回申诉费；如申诉理由不成立，则维持原判，不退申诉费。

2. 仲裁委员会的裁决为最终裁决，运动员必须服从仲裁委员

会的最终裁决。

（三）对运动员“网络人气奖”录取奖项有异议的，工作时间（周一至周五 9:00-17:00）请拨打客服电话（010-67158866-667），非工作时间请发电子邮件至 liangzh@sports.cn，经核准后理由成立的，予以更改。

十、报名

（一）报名方式

参赛单位和个人可通过中国武术协会官网、手机端和微信公众号进行报名，详见《第一届“亚洲太极拳日”太极拳展演暨 2025 全国太极拳健身站点网络比赛参赛指引》。

（二）具体要求

1. 完成注册后，必须完整填写报名信息并上传参赛作品，视频时间不能少于完成套路时间，否则不能完成提交。每项只能提交一次视频参赛，如同一项目提交多个视频将不予评分。

2. 上传视频须为不间断连续拍摄、无剪辑的高清或超高清视频，视频格式为 mp4 或 mov 格式，视频文件大建议在 300MB 以内。参赛视频须画面清晰，图像稳定。

3. 视频必须为本次赛事专门拍摄视频，运动员在起势前，可通过语言介绍大赛名称、参赛项目，或用背景横幅等标识物表明视频录制用于此次比赛，若发现视频已用于其它赛事则不予评分。

4. 禁止编辑参赛视频，否则视为作弊，不予评分。

5. 视频录制的场景没有规定，室内、室外录制，专业地毯或其他场地录制均可。

6. 参赛者须在所录制的镜像内清晰可见，且占据 50%-70% 的镜像。

7. 参赛视频不得有较大噪音。

8. 请保证参赛视频光线充足，以便裁判准确地看清每一个动作。如果参赛视频中光线较暗，上传视频将不予受理。

9. 请以横屏模式录制视频。录制视频时请使用三脚架，确保视频效果稳定。录制中，只允许镜头左右移动。相机镜头的高度需在拍摄者头部位置，并时刻保持参赛者在画面中。

10. 参赛视频内容应包括演练前行抱拳礼、有起势和收势的完整套路、演练后行抱拳礼三个部分。但禁止以打招呼问候或其他形式拖延视频时间。

11. 参赛运动员应着武术服，符合太极拳运动特点。

12. 参赛作品严禁违背社会公德，严禁植入广告和违反相关法律法规规定的内容，包括但不限于图像、图片、图标、旗帜、标语、文字、声音等。

十一、其他

（一）本赛事不收取任何报名费用。

（二）中国武术协会负责对本赛事的监督和管理，有权对违反中国武术协会有关规定的参赛者做出取消参赛资格的决定。

（三）参赛者冒用他人视频报名参赛，或报名提交的参赛作品与比赛项目和视频要求不符，将被取消参赛资格。

（四）参赛者刷票买票，将被封闭参赛账户。

（五）本规程由中国武术协会负责解释。

（六）未尽事宜，另行通知。