

附件

2025 国际咏春拳大赛竞赛规程 (境内组)

一、竞赛日期和地点

比赛时间：2025 年 7 月 26 日至 31 日

比赛地点：广东省佛山市南海区西樵镇

比赛场馆：樵山文化中心 C 馆（境内组）

飞鸿馆（境外组、开闭幕式）

二、组织机构

主办单位：国际武术联合会

中国武术协会

承办单位：广东省武术协会

佛山市文化广电旅游体育局

佛山市南海区人民政府

协办单位：佛山市新闻传媒中心

佛山市南海区文化广电旅游体育局

佛山市南海西樵镇人民政府

广东省武术协会咏春拳专业委员会

支持单位：广东省武术协会港澳海外咏春拳推广专业委员会

佛山市咏春拳协会

三、竞赛项目

(一) 套路赛

1. 拳术单练套路（须选择所属支系，若同组别内同支系人数未达标时，
则随机合并支系编组）

(1) 小念头

(2) 寻桥

(3) 标指

(4) 除 (1) (2) (3) 这三类外的各支系咏春拳代表套路 (岑能系、冯少青系、古劳系、黄祯系、红船系、岭南系、米机王系、彭南系、阮奇山系、少林永春系、姚才系、张保系、其他系)

(5) 咏春少年拳 (咏春规定拳、咏春拳操第一段、咏春拳操第四段、咏春十二式)

(6) 咏春青年拳 (咏春规定拳、咏春拳操第一段、咏春拳操第四段)

(7) 咏春自选套路

2. 器械套路

(1) 咏春双刀

(2) 咏春六点半棍

3. 对练套路 (每项参赛人数2—3人)

(1) 咏春拳术对练

(2) 咏春器械对练 (器械仅限咏春双刀和六点半棍)

4. 集体套路 (每队参赛人数8人及以上)

(1) 集体咏春拳操 (武德篇+咏春拳操全套+少年中国说节选)

(2) 集体咏春少年拳/青年拳 (咏春规定拳、咏春拳操第一/四段、咏春十二式)

(3) 集体咏春拳

(4) 集体咏春器械 (器械仅限咏春双刀和六点半棍)

(二) 咏春功力赛 (武术智能功夫桩)

1. 木人桩规定套路

2. 各支系咏春拳代表木人桩套路（叶问系、岑能系、冯少青系、古劳系、黄祯系、红船系、岭南系、米机王系、彭南系、阮奇山系、少林永春系、姚才系、张保系、其他系）

3. 单项功力赛

（1）日字冲拳功力赛

（2）组合技法赛一

（3）组合技法赛二

（4）组合技法赛三

（三）咏春拳擒手赛

（四）咏春拳对抗赛

四、竞赛组别：

（一）性别分组：男子组、女子组

（二）年龄分组

1. 儿童 A1 组（不分男女）：5-6 岁（2019-2020 年出生）
2. 儿童 A2 组：7~8 岁（2017—2018 年出生）
3. 儿童 A3 组：9~10 岁（2015—2016 年出生）
4. 儿童 A4 组：11-12 岁（2013—2014 年出生）
5. 少年 B1 组：13~14 岁（2011—2012 年出生）
6. 少年 B2 组：15~16 岁（2009—2010 年出生）
7. 少年 B3 组：17~18 岁（2007—2008 年出生）
8. 青年 C1 组：19~29 岁（1996—2006 年出生）
9. 青年 C2 组：30~39 岁（1986—1995 年出生）
10. 中年 D1 组：40~45 岁（1980—1985 年出生）
11. 中年 D2 组：46~49 岁（1976—1979 年出生）
12. 中老年 E1 组：50~55 岁（1970—1975 年出生）
13. 中老年 E2 组：56~59 岁（1966—1969 年出生）

14. 老年 F1 组：60～65 岁（1960—1965 年出生）
15. 老年 F2 组：66～69 岁（1956—1959 年出生）
16. 老年 F3 组：70 岁以上（1955 年及以后出生）

（三）体重分组

- | | | |
|-----|--------|-----------------------|
| 1. | 16 公斤级 | （体重在 16 公斤以下，含 16 公斤） |
| 2. | 18 公斤级 | （体重 16 公斤以上-18 公斤） |
| 3. | 20 公斤级 | （体重 18 公斤以上-20 公斤） |
| 4. | 22 公斤级 | （体重 20 公斤以上-22 公斤） |
| 5. | 24 公斤级 | （体重 22 公斤以上-24 公斤） |
| 6. | 28 公斤级 | （体重 24 公斤以上-28 公斤） |
| 7. | 32 公斤级 | （体重 28 公斤以上-32 公斤） |
| 8. | 36 公斤级 | （体重 32 公斤以上-36 公斤） |
| 9. | 40 公斤级 | （体重 36 公斤以上-40 公斤） |
| 10. | 44 公斤级 | （体重 40 公斤以上-44 公斤） |
| 11. | 48 公斤级 | （体重 44 公斤以上-48 公斤） |
| 12. | 52 公斤级 | （体重 48 公斤以上-52 公斤） |
| 13. | 56 公斤级 | （体重 52 公斤以上-56 公斤） |
| 14. | 60 公斤级 | （体重 56 公斤以上-60 公斤） |
| 15. | 64 公斤级 | （体重 60 公斤以上-64 公斤） |
| 16. | 68 公斤级 | （体重 64 公斤以上-68 公斤） |
| 17. | 72 公斤级 | （体重 68 公斤以上-72 公斤） |
| 18. | 76 公斤级 | （体重 72 公斤以上-76 公斤） |
| 19. | 80 公斤级 | （体重 76 公斤以上-80 公斤） |
| 20. | 84 公斤级 | （体重 80 公斤以上-84 公斤） |

21. 88 公斤级 (体重84公斤以上-88公斤)

22. 88 公斤以上级 (体重88公斤以上)

五、参赛单位

1. 各省、自治区、直辖市、港澳台、新疆生产建设兵团、各行业协会、俱乐部、学校、培训机构、拳馆等。

2. 无具体单位的个人凭村社、街道办证明即可报名。

六、运动员资格

1. 运动员必须有合法国籍、遵纪守法的公民。持有效身份证明(包括二代身份证、户口本、护照、港澳台通行证)。

2. 运动员必须身体健康，赛前需提供健康合格证明：

(1) 参加咏春拳对抗项目的必须提供赛前 15 天内正规医院开具的包括脑电图、心电图、血压指标在内的健康证明；

(2) 参加咏春擒手项目的必须提供赛前 15 天内正规医院开具的包括心电图、血压指标在内的健康证明；

(3) 参加套路、功夫桩项目的按相关要求提供健康合格证明。

3. 运动员须办理人身意外伤害保险。(可在个人所在地购买保险，也可赛区购买保险)。

4. 各单位各运动员必须签署“2025 国际咏春拳大赛责任声明书”。

七、参赛办法

1. 各代表队可报领队 1 名、教练员 1-3 名、队医 1-2 名，运动员人数不限。

2. 每队可报多个对练项目，对练套路按年龄编组，每对限报 2 人或 3 人，可男女混编。

3. 各代表队可报多队集体项目，可男女混编，每队人数在 8 人(含)以上。

4. 每位运动员只能代表一个单位或以个人名义参赛，不能跨代表队报名。

八、竞赛办法

（一）套路赛

1. 比赛规则：比赛采用中国武术协会审定的《传统武术套路竞赛规则（2024）》

2. 比赛组别：

（1）单练套路年龄分组（除儿童A1组不分男女外，其余各组分男子组和女子组）

儿童组（A1、A2、A3、A4）

少年组（B1、B2、B3）

青年组（C1、C2）

中年组（D1、D2）

中老年组（E1、E2）

老年组（F1、F2、F3）

（2）对练套路年龄分组（不分男女）

儿童组（A1、A2、A3、A4）

少年组（B1、B2、B3）

青年组（C1、C2）

中年组（D1、D2）

（3）集体项目年龄分组（不分男女）

少年组

成年组

（二）咏春功力赛：武术智能功夫桩

1. 比赛规则：比赛采用《武术智能功夫桩竞赛规则（2025）》

2. 比赛方法：

(1) 木人桩规定套路：背诵武德篇，演练咏春少年拳/青年拳节选，完整演练木人桩规定套路。

(2) 各支系咏春拳代表木人桩套路赛：完整演练各支系咏春拳代表木人桩套路（叶问系、岑能系、冯少青系、古劳系、黄祯系、红船系、岭南系、米机王系、彭南系、阮奇山系、少林永春系、姚才系、张保系等）。

(3) 单项功力赛

①日字冲拳功力赛：使用咏春拳日字冲拳技术，连续击打功夫桩A区（头部）30拳。

②咏春拳组合技法功力赛一：按以下组合技法动作和步法顺序，连续击打功夫桩；

组合技法一	动作名称	击打位置		步法位置	
		左手	右手	左脚	右脚
	左手摆桩（起始动作）			F	F
	左转马左护手右低膀手		下桩手	F	F
	左三角步左拍手右发手	左桩手	腹部	F	E
	左撤步左护手右膀手右横撑脚			H	腹部
	左手摆桩			F	F

③咏春拳组合技法功力赛二：按以下组合技法动作和步法顺序，连续击打功夫桩；

组合技法	动作名称	击打位置		步法位置	
		左手	右手	左脚	右脚
	左手摆桩（起始动作）			F	F

法 二	左转马左护手右低膀手		下桩手	F	F
	左撤步左护手右摊手右正踢		右桩手	H	腹部
	右上步左冲拳右按手	头部	下桩手	F	E
	右冲拳		头部	F	E
	左冲拳	头部		F	E
	右冲拳		头部	F	E
	左手摆桩			F	F

④咏春拳组合技法功力赛三：按以下组合技法动作和步法顺序，连续击打功夫桩；

组 合 技 法 三	动作名称	击打位置		步法位置	
		左手	右手	左脚	右脚
	左手摆桩（起始动作）			F	F
	左进步左护手右膀手		左桩手	F	F
	双擒手右截踢	左桩手	左桩手	F	桩脚
	左转马左伏手右冲拳	左桩手	头部	F	F
	左手摆桩			F	F

3. 比赛组别：

（1）性别分组：男子组、女子组

（2）年龄分组：

儿童组（A1、A2、A3、A4）

少年组（B1、B2、B3）

青年组（C1、C2）

中年组（D1、D2）

老年组（E1、E2、F1）

（3）体重分组：

16 公斤级、18 公斤级、20 公斤级、22 公斤级、24 公斤级、28 公斤级、32 公斤级、36 公斤级、40 公斤级、44 公斤级、48 公斤级、52 公斤级、56 公斤级、60 公斤级、64 公斤级、68 公斤级、72 公斤级、76 公斤级、80 公斤级、84 公斤级、88 公斤级、88 公斤以上级，功力赛根据报名人数和实际情况，将按体重进行适当地重新分组。

（三）咏春拳擒手赛

1. 比赛规则：比赛采用《广东咏春拳擒手对练评分标准(2025)》

2. 凡报名咏春拳擒手竞赛的选手，需在 2025 年 6 月 20 日前将一项咏春拳术和一项咏春器械套路的演练视频（单个套路一个视频文件，视频需横屏连续录制，不可剪辑）提交组委会邮箱：gdwxdw@qq.com，无法通过组委会审核者，将通知运动员修改项目或安排退赛。

3. 比赛采用单淘汰形式，比赛对阵由抽签决定，运动员必须在规定时间内完成称重流程，否者按弃权处理。

4. 比赛组别：

（1）性别分组：男子组、女子组（A2组不分男女组）

（2）年龄分组：

儿童组（A2、A3、A4）

少年组（B1、B2、B3）

青中年组（C1、C2、D1、D2）

中老年组（E1、E2、F1）

（3）体重分组：

16公斤级、18公斤级、20公斤级、22公斤级、24公斤级、28公斤级、32公斤级、36公斤级、40公斤级、44公斤级、48公斤级、52公

斤级、56公斤级、60公斤级、64公斤级、68公斤级、72公斤级、76公斤级、80公斤级、84公斤级、88公斤级、88公斤以上级；

（四）咏春拳对抗赛

1. 比赛规则：比赛采用《国际咏春拳对抗实战竞赛规则(2025)》

2. 凡报名咏春对抗竞赛的选手，需在 2025 年 6 月 25 日前将一项咏春拳术和一项咏春器械套路的演练视频（单个套路一个视频文件，视频需横屏连续录制，不可剪辑）提交组委会邮箱：gdwxdw@qq.com，无法通过组委会审核者，将通知运动员修改项目或安排退赛。

3. 比赛采用单淘汰形式，比赛对阵由抽签决定，运动员必须在规定时间内完成称重流程，否则按弃权处理。

4. 比赛组别：

（1）性别分组：男子组、女子组（A1、A2 组不分男女组）

（2）年龄分组：

儿童组（A1、A2、A3、A4）

少年组（B1、B2、B3）

青中年组（C1、C2、D1、D2）

（3）体重分组：

16 公斤级、18 公斤级、20 公斤级、22 公斤级、24 公斤级、28 公斤级、32 公斤级、36 公斤级、40 公斤级、44 公斤级、48 公斤级、52 公斤级、56 公斤级、60 公斤级、64 公斤级、68 公斤级、72 公斤级、76 公斤级、80 公斤级、84 公斤级、88 公斤级、88 公斤以上级

（五）其他说明

1. 各年龄组别各单项各支系报名人数不足 15 人进行合并，超 35 人进行分组。

2. 个人器械套路项目由组委会提供器械，参加咏春双刀、六点半棍项目如选手使用自带器械，须符合组委会的咏春双刀、六点半棍器械规格要求（详见 2025 国际咏春拳大赛套路赛规则），经组委会核查后才可上场。

3. 擒手和对抗项目，相邻年龄人数不足，则按相邻体重级别合并。

九、录取名次与奖励

（一）个人项目

儿童 A1 组及对练项目不分男女录取，其他组按男、女分别录取，一等奖 30%、二等奖 30%、三等奖 40%，颁发奖牌和证书。

（二）集体项目

按各项目比赛成绩分别录取，一等奖 30%、二等奖 30%、三等奖 40%，颁发牌匾和证书。

（三）武术智能功夫桩项目

按各项目比赛成绩分别录取，一等奖 30%、二等奖 30%、三等奖 40%，颁发奖牌和证书。

（四）咏春拳擒手和对抗项目

按各项目比赛成绩录取前五名（3-4 名并列第三名、5-8 名并列第五名），颁发奖牌和证书。

（五）全能奖项

1. 全能奖属于额外录取项目，根据运动员所报项目的最佳成绩对应的分值统计最终分值评定；各单项名次分值：按第一名11分，第二名9分，第三名8分，第四名7分，第五名6分，第六名5分，第七名4分，第八名3分计算，（擒手与对抗类）并列第三名8分，并列第五名6分。

2. 全能奖分类

(1) 套路全能：一项拳术、一项器械，共两项；各组别按男、女分别奖励，各运动员按一项拳术、一械器械的最佳成绩所获的名次得分总和，成绩高者列前，录取前八名，颁发证书。

(2) 两项全能：一项拳术、一项擒手或对抗，共两项；各组别按男、女分别奖励，各运动员按一项拳术、一项擒手或对抗的最佳成绩所获名次得分总和，成绩高者列前，录取前八名，颁发证书。

(3) 三项全能：一项拳术、一项擒手、一项对抗，共三项；各组别按男、女分别奖励，各运动员按一项拳术、一项擒手、一项对抗的最佳成绩所获名次得分总和，成绩高者列前，录取前八名，颁发证书。

(六) 本次大赛设“体育道德风尚奖”“卓越组织奖”“优秀组织奖”颁发牌匾；“优秀教练员奖”“优秀裁判员奖”颁发证书。

1. 体育道德风尚奖：此奖项旨在表彰在比赛中展现出高尚体育道德和良好比赛风气的运动员、教练员或队伍。

2. 卓越组织奖：此奖项表彰组织了 30 名以上选手参赛并管理出色的队伍。

3. 优秀组织奖：此奖项表彰组织了 15 名以上选手参赛并管理出色的队伍。

4. 优秀教练员奖：此奖项是为了表彰那些在训练和比赛中表现出色，能够有效指导和激励运动员的教练员。

5. 优秀裁判员奖：此奖项是对在比赛中公正、准确执行规则，保证比赛公平进行的裁判员的认可。

十、报名及报到

(一) 报名办法

1. 报名网址：<http://wingchun.justtool.com>

联系人：陈老师18820077664（微信同号）

邹礼婷13719479729（微信同号）

报名时间：2025年6月10日12:00至7月05日12:00

注：请各代表队使用非微信浏览器登录网站进行报名。

2. 参加武术智能功夫桩项目的请留意赛务群通知与官方渠道信息，按智能功夫桩项目相关要求提前录入个人信息与照片信息；

3. 报到所需资料：运动员人身意外伤害保险单（可复印件）、相关健康证明（可复印件）、2025 国际咏春拳大赛责任声明书（原件）；

4. 报到需提交的资料不齐者有权拒绝该运动员参加比赛且不予退费。

（二）报到办法

裁判员与运动员报到时间和办法请留意相关补充通知与官方渠道信息。

十一、经费说明

（一）参赛队伍的往返交通、食宿、医药等费用均自理；相关住宿费用留意补充通知与官方渠道信息。

（二）报项费：

1. 个人项目：200 元/项，每位运动员不限报项目。

2. 对练项目：200 元/人，每位运动员不限报项目。

3. 武术智能功夫桩木人桩赛：200 元/项，每位运动员不限报项目。

（含：规定木人桩套路；咏春拳系代表木人桩），

4. 武术智能功夫桩功力赛：200 元/人，含 4 个项目（1. 日字冲拳功力赛；2. 咏春组合技法一；3. 咏春组合技法二；4. 咏春组合技法三）。

5. 集体项目 100 元/人，限 8 人（含）以上报名。

十二、仲裁委员会及裁判员管理办法

（一）仲裁委员会人员组成及职责范围按中国武术协会《传统武术套路竞赛规则（2024）》执行。

（二）国际武术联合会授权中国武术协会商组委会选派。

十三、联系方式

(一) 2025 国际咏春拳大赛组委会
联系人：陈铄州 18820077664
向安娅 0757-86287027、19868578287
通讯地址：佛山市南海区天佑五路 1 号
邮编：528099
电子邮箱：stella_x@foxmail.com

十四、大会日程安排

日期	时间	内容	地点
7.26 周六	全天	裁判员报到	西樵山希尔顿欢朋酒店
	全天	运动队报到	各酒店
7.27 周日	8:30-11:30	裁判员学习	樵山文化中心 C 馆
	15:00-16:30	组委会、技术会（领队、教练）	
	14:00-16:30	裁判员学习、熟悉场地	
	14:00-17:00	运动员熟悉场地、称量体重	
	14:30-17:30	国际咏春拳武术文化研讨会	
	18:15-19:00	开幕式	飞鸿馆
7.28 周一	8:30-11:30	比赛	樵山文化中心 C 馆
	14:00-17:30	比赛	
	19:30-21:30	比赛	
7.29 周二	8:30-11:30	比赛	
	14:00-17:30	比赛	
	19:30-21:30	比赛	
	8:30-11:30	比赛	

7.30 周三	14:00-17:30	比赛	
	19:30-21:30	比赛	
	21:30-22:00	闭幕式	飞鸿馆
7.31 周四	中午 12:00 前离会		

注：若有变动，另行通知。

十五、其他

（一）请各队领队和教练，按时参加组委会会议和技术会议，具体时间、地点见补充通知。

（二）运动员须在赛前 30 分钟参加检录，上场前在检录处等候，3 次检录未到，按弃权处理。

（三）比赛无故弃权、违规、违反赛风赛纪者，取消本人全部比赛成绩。

（四）比赛运动员服装自备、器械（咏春双刀、六点半棍、木人桩由大会提供），须穿武术传统形式的服装与武术鞋、武术比赛服装严禁出现任何形式的广告标识，包括品牌名称、商业 logo、单位标识或个人签名等，以保障比赛公平性和规范性，违规者由裁判长在运动员最后得分扣 0.1 分。

（五）参加咏春拳擒手、咏春拳对抗的运动员必须穿大会提供的护具进行比赛，运动员须穿深色运动长裤（注：护齿请自备），不能使用自带的护具参赛，不穿护具将取消比赛资格。

（六）比赛信息公示后，请认真阅读，若对编排项目、姓名有异议者，请在规定时间内，由领队、教练按要求提交修改，经编排记录长审查，若提出申请内容与原始报名表（报名系统最终缴费后发送到参赛队邮箱收到的报名表）相符者，予以更改，与原始报名表不相符者，因特殊情况需

要更改的，由领队或教练签字向大赛竞赛部提出书面申请（并注明联系电话），经同意后，每更换一项需交 100 元人民币。

（七）此规程及规则可在国际武术联合会、比赛组委会指定平台下载。

（八）申诉程序及要求

1. 运动队如果对裁判组的判决结果有异议，按照《传统武术套路竞赛规则（2024）》相关规定，必须在该运动员比赛结束后 15 分钟内，由本队领队或教练向仲裁委员会提出书面申诉，同时交付 1000 元的申诉费。如申诉正确，由竞赛监督委员会对相关裁判人员进行处理，结果不改判，退回申诉费；申诉不正确的，则维持原判，申诉费不退。

2. 各队必须服从仲裁委员会的最终裁决。如果无理纠缠，根据情节轻重，可以建议竞赛监督委员会、大会组委会给予严肃处理。

（九）未尽事宜，另行通知。

（十）本规程最终解释权归 2025 国际咏春拳大赛组委会。

附件 2:

2025 年国际咏春拳大赛责任声明书

运动员姓名: 性别: 证件号码:

请各位运动员阅读, 了解并遵守下列事项:

1. 清楚了解, 任何意外伤亡事故, 参赛运动员必须负完全的责任;
2. 主办和承办方对在比赛时所发生的任何意外事故及灾难, 不承担任何责任;
3. 参赛运动员保证没有摄取任何药物(兴奋剂)或毒品;
4. 参赛运动员保证没有参与或涉嫌任何非法活动;
5. 参赛运动员保证在身体上及精神上是健康健全者, 适合参加竞技比赛;
6. 参赛运动员须自行保管个人财物与贵重物品, 在赛场内所发生的任何遗失、偷窃或损坏事件, 主办和承办方不承担任何责任。
7. 清楚了解承办单位在赛事中提供的有关医疗救援的一切措施, 是最基本的急救方法; 在进行急救时所发生的一切意外事故, 责任均由参赛运动队和运动员承担。
8. 参赛运动员同意以及遵守由国际武术联合会制定的一切有关赛事规则、规程, 如有任何异议, 均需遵照比赛之仲裁条例进行。
9. 参赛运动员对于一切活动包括练习、比赛及各种活动, 可能被拍摄或录影或电视现场直播等, 同意由中国武术协会以全部或部分形式或以任何语言、无论有否包括其他物资, 在无任何限制下, 使用本人的姓名、地址、声音、动作、图形及传记资料以电视、电台、录像、媒体图样或任何媒介设备, 乃至今后有所需要的时候, 本人将不做任何追讨及赔偿。

本人签字承认, 同意及确定已经阅读, 明确了解并同意遵守以上所列的所有条款/事项。

声明人: (签名/日期)

代表队负责人: (签名/日期)

注: 1. 本声明每名参赛队员填写 1 份。

2. 未满 18 周岁的运动员请由家长(监护人)签名。

3. 请在报名系统提交签署后的电子版(纸版原件现场报到提交)