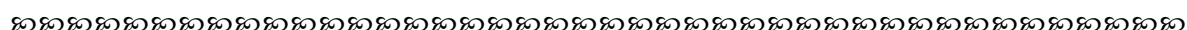


第三十四屆全港公開內家拳錦標賽 2026

參賽員須知



1. 參賽員須自備穿著下列其中一類服裝：
 - a. 運動裝運動鞋
 - b. 唐裝唐鞋
 - c. 精武衫褲精武鞋
 - d. 團體比賽制服主題鮮明/一致
2. 開場前 30 分鐘到場館報到處報到，等候出賽，大會點名後 10 秒內即須進場，逾時作棄權論。
3. 比賽時限有所規定，逾時或不足，每秒扣 0.1 分，餘此類推。
4. 個人及團體參賽之器械須自備。
5. 比賽時不得配戴手錶，手鍊，頸鍊等進場，以免影響賽程。
6. 凡發現比賽中之套路與所報不符或不屬內家，本會有權即時停止及以比賽項目不符，不予評分。
7. 比賽期間，參賽員應小心預防發生任何損傷，如有意外，參賽員自負全責。
8. 成績優異者，將獲本會邀請於其他節目中表演。
9. 請於比賽前(9 月 14 至 16 日)在辦公時間內向本會查詢出賽情況及領取號碼布。
10. 出場序將會在 9 月 14 日至 20 日刊登在本會網頁，歡迎瀏覽。(www.hkmaa.com.hk)
11. 比賽開始後，運動員必須依照大會司儀宣佈向該場地之檢錄員報到，並必須按照其指示。

個人內家拳套路賽評分標準

準 則	內 容	分 值
1. 禮儀	尊敬有禮，服裝合適	1.0
2. 形法	尺規合度，動靜成勢	3.0
3. 結構	整體佈局，內容風格	3.0
4. 功力	內外協調，意氣神勁	3.0
滿分：		10 分

團體內家拳套路賽評分標準

準 則	內 容	分 值
1. 服裝	合適 整潔 美觀 悅目	1.0
2. 隊形	進場 退場 中場變化	2.0
3. 協調	動作整齊 距離一致	2.0
4. 結構	內容貫串 佈局均勻	2.0
5. 功力	招式準確 熟練流暢	3.0
滿分：		10 分