

中華民國116年全國原住民族運動會 柔道 技術手冊

運動部115年9月15日運授全部字第1150006584號函核定

壹、協辦運動組織

中華民國柔道總會

理事長：呂威震

秘書長：

電話：02-87727788 傳真：02-27714021

會址：104臺北市中山區朱崙街20號5樓510室

貳、競賽資訊

一、比賽日期：116年3月27日(星期六)至3月29日(星期一)

二、比賽地點：臺中客家樂活園區-樂活運動館(臺中市東勢區圓樓街1號)

三、比賽分組：青少年男子組、青少年女子組、公開男子組、公開女子組。

四、比賽項目

(一)青少年男子組	
第一級：38.0 公斤以下	第六級：55.1 公斤至 60.0 公斤
第二級：38.1 公斤至 42.0 公斤	第七級：60.1 公斤至 66.0 公斤
第三級：42.1 公斤至 46.0 公斤	第八級：66.1 公斤至 73.0 公斤
第四級：46.1 公斤至 50.0 公斤	第九級：73.1 公斤至 81.0 公斤
第五級：50.1 公斤至 55.0 公斤	第十級：81.1 公斤以上
(二)青少年女子組	
第一級：36.0 公斤以下	第六級：52.1 公斤至 57.0 公斤
第二級：36.1 公斤至 40.0 公斤	第七級：57.1 公斤至 63.0 公斤
第三級：40.1 公斤至 44.0 公斤	第八級：63.1 公斤至 70.0 公斤
第四級：44.1 公斤至 48.0 公斤	第九級：70.1 公斤以上
第五級：48.1 公斤至 52.0 公斤	
(三)公開男子組	
第一級：60.0 公斤以下	第五級：81.1 公斤至 90.0 公斤
第二級：60.1 公斤至 66.0 公斤	第六級：90.1 公斤至 100.0 公斤
第三級：66.1 公斤至 73.0 公斤	第七級：100.1 公斤以上
第四級：73.1 公斤至 81.0 公斤	
(四)公開女子組	
第一級：48.0 公斤以下	第五級：63.1 公斤至 70.0 公斤
第二級：48.1 公斤至 52.0 公斤	第六級：70.1 公斤至 78.0 公斤
第三級：52.1 公斤至 57.0 公斤	第七級：78.1 公斤以上
第四級：57.1 公斤至 63.0 公斤	

五、戶籍規定：依競賽規程第七條規定辦理。

六、年齡規定：

(一) 青少年組：限民國100年9月1日至103年8月31日出生者。

(二) 公開組：限民國100年8月31日前出生者。

七、註冊人數：每單位每量級限註冊1名選手。

八、比賽辦法：

(一) 比賽規則：採用中華民國柔道總會（以下簡稱中華柔總）最新公告之中譯版柔道裁判規則、競賽簡則；如對規則解釋有爭議，以國際柔道總會（以下簡稱國際柔總）英文版為準。規則中如有未盡事宜，則以審判委員會議之決議為最終判決。

(二) 比賽制度：

1. 6人以上採取國際柔總頒布的賽制(4柱復活賽制，Double Repechage)。

2. 5人以下採取循環賽。

3. 循環賽名次以下列方式順位認定：

(1) 比較選手勝場數，勝場數多者，名次在前。

(2) 比較選手積分，積分多者，名次在前（黃金得分積分與正規時間內得分相同，一勝、合勝、對手犯規輸皆換算積分100分，半勝換算積分10分、有效換算積分1分）。

(3) 積分相同時名次判定之優先順序：

A. 兩人積分相同時以該兩人比賽之勝者名次在前。

B. 如三人積分相同時，以各該選手勝場之時間總和，時間最短者名次在前。如仍未能產生名次時採用淘汰賽籤表抽籤加賽。

(4) 若是進入黃金得分時，選手可進行壓制直至獲得一勝。

(三) 比賽細則：

1. 競賽時間：青少年組3分鐘；公開組4分鐘；競賽時間終了雙方平分時進入黃金得分，時間無限制。

2. 青少年組不可使用關節技。

3. 青少年組如被實施勒頸技，因不投降而被勒昏時，則取消後續出賽資格。

4. 2025年國際柔總新規則對於青少年組的三點規範：

(1) 皆不得做逆過肩摔，施術者將判罰指導。

(2) 攻擊方不得以頭部觸地支撐施術(Using the head)，違規者將判罰指導。

(3) 防守方不得以頭部觸地支撐防禦(Head Defense)，違規者將判罰指導。

5. 賽程抽籤：技術會議後由裁判長主持抽籤程序，並以中華柔總認證授權的電腦程式軟體進行。經抽籤完成後之賽程，不得提出異議。公開組採

種子法，前一屆同一量級前4名選手列種子，將以1與4、2與3同邊原則，至於如有並列第三名時，其3、4名排序原則：

順序一：比較上次比賽勝場數(多者在前)。

順序二：比較上次比賽輸給金牌選手或銀牌選手(輸給金牌者在前)。

順序三：比較上次比賽勝場得分(得分較高者在前)。

順序四：比較上次比賽勝場時間總合(時間較短者在前)。

6. 過磅：以向大會報名之級別進行過磅，不得更改級別參賽。

(1)各量級競賽於正式比賽前一天15：50至16：20試磅，16：30至17：00正式過磅。

(2)比賽當日上午賽前1小時實施30分鐘（09:00至09:30）抽磅（抽磅方式依國際柔總相關規則辦理）。

(3)正式過磅及抽磅上秤均以1次為限，抽磅可試磅1次，逾時不候。

(4)過磅體重不足、超重及抽磅超重者，監磅之裁判應請選手親自簽名確認，註銷比賽資格。

(5)青少年組因不允許選手裸體過磅（男選手需穿內褲，女選手則需穿內衣和內褲）；為了補償可額外在每個量級上限寬容200公克，抽磅時亦同。

7. 過磅地點：臺中客家樂活園區-樂活運動館地下1樓(臺中市東勢區圓樓街1號)。

8. 服裝規定：

(1)柔道衣背布應繡有合乎中華柔總所公布之樣本、規格的背布（至少須有縣市名稱，樣本請參閱中華柔總最新競賽簡則），其餘商業標誌依據國際柔總規定實施。

(2)參加比賽之選手應準備藍、白各一套柔道服出賽。（柔道服裝尺寸依最新規則實施）。

(3)女生選手在柔道衣內必須穿著白色或近白色無任何標誌之圓領短袖T恤參加比賽。

(4)蓄長髮者均須自備柔軟（安全）髮束，將頭髮束好，以不影響對手抓握柔道服為原則。

9. 場邊教練席，僅限為教練、領隊或管理之職稱者，且以一席為限，並應具有中華柔總所核發C級以上有效教練證照及需遵守教練規範，競賽中如有異議，只有在教練席者才能提出申訴。

10. 選手過磅、出場比賽，必須出示選手證，違者不得過磅、出場比賽。

11. 凡棄權退賽或被判定失格者，經裁判長確認後，其比賽成績不予計算，並取消其往後的出賽權。

12. 決賽後立即頒獎，受獎者必須穿著白色柔道服赤腳上台接受頒獎。

參、管理資訊

一、競賽管理：在116年全國原住民族運動會籌備委員會指導下，由中華柔總及大會競賽組共同負責各項執行各項工作。

二、技術人員：

(一) 審判委員：審判委員共5人(含召集人)，召集人由中華柔總遴派，委員由116年全國原住民族運動會籌備處與中華柔總會商聘請，其中必須包括承辦機關至少1人。

(二) 裁判人員：裁判長由116年全國原住民族運動會籌備處與中華柔總會商聘請，裁判員由中華柔總就各直轄市(縣市)具裁判B級以上資格者中推薦，送籌備處審查聘任。

三、獎勵：各組、各量級名次，採第三名、第五名、第七名各並列方式。其他依競賽規程第十三條規定辦理。

四、申訴：依競賽規程第十四條規定辦理。

五、爭議處理：依競賽規程第十五條規定辦理。

六、罰則：依競賽規程第十六條規定辦理。

肆、會議

一、技術暨抽籤會議：訂於116年3月26日(星期五)下午2時，於臺中客家樂活園區學習館會議室(臺中市東勢區泰昌里圓樓街1號3樓)舉行。

二、裁判會議：訂於116年3月26日(星期五)下午3時，於臺中客家樂活園區學習館會議室(臺中市東勢區泰昌里圓樓街1號3樓)舉行。

中華民國 116 年全國原住民族運動會 柔道預定賽程表

日期	時間	賽程內容	組別及量級
3 月 26 日 (五)	14：00	技術暨抽籤會議	
	15：00	裁判研習及實務演練會議	
	15：50-16：20	選手試磅	青少年男子組：第一級、第二級、第三級 第四級、第五級、第六級、第七級
	16：30-17：00	正式過磅	青少年女子組：第一級、第二級、第三級 第四級、第五級、第六級、第七級
3 月 27 日 (六)	9：00-09：30	抽磅	青少年男子組：第一級、第二級、第三級 第四級、第五級、第六級、第七級 青少年女子組：第一級、第二級、第三級 第四級、第五級、第六級、第七級
	10：00	預賽及敗部復活賽	
	14：00	決賽暨頒獎	
	15：50-16：20	選手試磅	青少年男子組：第八級、第九級、第十級 青少年女子組：第八級、第九級
	16：30-17：00	正式過磅	公開男子組：第一級、第二級、第三級 公開女子組：第一級、第二級、第三級
3 月 28 日 (日)	9：00-09：30	抽磅	青少年男子組：第八級、第九級、第十級 青少年女子組：第八級、第九級 公開男子組：第一級、第二級、第三級 公開女子組：第一級、第二級、第三級
	10：00	預賽及敗部復活賽	
	14：00	決賽暨頒獎	
	15：50-16：20	選手試磅	公開男子組：第四級、第五級、第六級、第七級
	16：30-17：00	正式過磅	公開女子組：第四級、第五級、第六級、第七級
3 月 29 日 (一)	9：00-09：30	抽磅	公開男子組：第四級、第五級、第六級、第七級 公開女子組：第四級、第五級、第六級、第七級
	10：00	預賽及敗部復活賽	
	12：00	決賽暨頒獎	

*比賽時間流程依當日賽程進行狀況為準。