



開 催 要 綱

1 主 催 ねんりんピック彩の国さいたま 2026 越谷市実行委員会

2 主 管 埼玉県武術太極拳連盟

3 日 時 2025年11月9日（日）午前9時00分～

4 会 場 越谷市立総合体育館（越谷市増林2-33）

5 競技規則

全日本武術太極拳選手権大会競技ルールを準用する。

6 競技方法

（1）競技種目は24式太極拳とし、徒手による集団演武で、チーム対抗の競技を行う。

（2）チーム編成は、次のとおりとする。

監督 1人

選手 6人～7人（男女問わず）

合計 8人以内

（監督は選手を兼任できるが、その際は選手としても登録する。）

やむを得ない事由により選手が5人以下になった場合は、参考演武として採点の対象から外し、演武を認めることがある。

（3）演武には、24式太極拳用音楽CDまたは参加チームが準備した音楽CDを使用する。

（4）1チームの演武時間は、4分以内とする。（動作の開始から終了までの時間とし、入退場の時間、音楽の前奏は除く。）演武時間の下限は設けない。規定の演武時間を越えたチームに対しては、競技ルールに基づいて減点する。

（5）演武の内容と隊列の編成は、24式太極拳を基にして各チームの創意に任せる。上記（4）の4分以内で24式太極拳を順序通り行ってもよく、また、一定の隊列図案を構成するように動作の数及び順序を入れ替えることができる。

7 大会規定

（1）参加者の年齢は、60歳以上（2026年4月1日現在）とする。

（2）競技者は、指定したコート内で演武を行う。なお、演武中に競技者がこのコートの外に出た場合については、減点の対象としない。

※ ねんりんピック競技コートに関して

競技コート（14m×8m）は、主催者が、前面（審判長席側）の14mに2メートル毎及び中央に目印をつけて、隊列構成の目安とすることができる。ただし、左右の側面（8m）及び手前の14mには目印をつけないこととする。

（3）競技者は、原則として、チームごとに全員（6人または7人）が統一した競技用ユニフォームを着用して演武を行う。

（4）演武順序は、主催者及び主管団体に決定する。

8 採点基準

(1) 評価・判定

- ① チームを構成する各選手の技術レベルを総合的に観察して、チーム全体での技術として評価・判定する。
- ② チーム全体の動作の一致や協調、表現のレベルを観察して、評価・判定する。

(2) 10 点の配点

「質」に5点、「配合」に3点、「構成・配置」に2点配点、10点満点とする。

- ① 「質」の採点（5点）
姿勢の正確さ、動静の分明、活力の充実度、技術の熟練度及び太極拳の特徴と風格の突出度。
- ② 「配合」の採点（3点）
チーム全体の隊列が揃っているか、動作が協調一致しているか、動作と音楽が協調一致しているか。
- ③ 「構成・配置」の採点（2点）
「構成」の妥当性、「配置」のバランスと一定の図案。

(3) 配点の説明

- ① 「質」の採点（5点）
チームを構成する個々人の技術レベルについて個人演技に対する採点方法（動作規格6点、勁力・協調2点、速度・風格等2点）で評価した上で、これをチーム全体の総合的な技術レベルとして評価し、5点の配点範囲内で減点する。技術レベルを評価する際に「ねんりんピック」では、参加者の年齢層を考慮して、採点基準に加味する。（ア～ウ）
 - ア 「歩型、弓歩」の低さは要求しない。ただし、それ以外の「前弓腿の膝がつま先より前に出ている」や「臀部の突出、寛骨部のゆがみ」の現象が見られる場合は、アジア武術連盟編『競技ルールと審判法』の「太極拳」の章「歩型、弓歩」に照らして減点する。
 - イ 「蹬脚」は引き上げて蹴り出した脚の高さそのものを評価するものではない。チームの特定の選手を評価するものでもない。上体が倒れず骨盤が正しい状態であれば良いが、上体が後ろに倒れたり、支えている足の膝が曲って臀部が落ちた状態で脚が高く上がっていても「質」の項で減点する。
 - ウ 「下勢」は沈み込んだ姿勢の低さを評価するものではない。背中を丸めて上体が前に倒れたり、臀部が突き出たり、或いは頭だけ下げている、曲げている足（支えている足）の膝が極端に内側に入っている場合は、「質」の項で減点する。
- ② 「配合」の採点（3点）
チーム全体の隊列が揃っているか、動作と音楽が協調一致しているか、チーム全体の動作が協調一致しているか、また、個々人がチームの中によく「配合」しているかを評価し、3点の配点範囲内で減点する。
- ③ 「構成・配置」の採点（2点）
「構成」の妥当性と「配置」のバランスとは動作の組み合わせが偏ったものでなく、また、特定の動作を多用することなくさまざまな動作を取り入れたものであって、繋ぎ方にも無理が無く、チームとしてまとまっているかを評価する。また、コートのごく一部だけを偏って使うことなくコート全体を満遍なく使っているかも評価し、2点の配点範囲内で減点する。
なお、隊列変化・図案構成は、各チームの創意にまかせるが、太極拳の特徴と風格をそなえた範囲内であることとする。
 - ア 不合理で、なおかつ、明らかに、脚部関節や股関節等に過大な負荷を与えて、高齢者に関節障害等の事故を誘発するおそれがある接続動作や過渡動作が、複数回（2回以上）行われた場合は、その程度と回数に応じて、減点する。
 - イ 太極拳動作の連貫性を明らかに損なう接続動作や過渡動作は、その程度と回数に応じて、減点する。
- ④ 「配合」「構成・配置」に係る加点（+0.05点、0.1点、0.2点、0.3点）
構成、配置、図案性が優れている場合は、その程度に応じて、0.05点、または0.1点あるいは0.2点加点する。特に優れている場合は、0.3点加点する。
- ⑤ その他のミスの減点
 - ア 簡化24式太極拳に無い動作を加えた場合は、0.3点減点する。

イ 「蹬脚」「下勢」の動作をチームとして全くしていない場合は、それぞれ 0.1 点減点する。
ウ 時間超過 0.1 秒～5 秒で 0.1 点、5.1 秒～10 秒につき 0.2 点減点する。10.1 秒以上の時間超過についてもこれに倣う。

※ 以上の三つのミスについては、審判長が執行する。

エ 簡化 2 4 式太極拳に無い「手法」や「腿法」を行った場合や無理な「転身」動作については、その程度に応じてその都度 0.05～0.2 点減点する。

オ 隊列変化・図案構成のために、チーム構成員（一人または複数人）が太極拳の動作を伴わずに歩いたことが明らかな場合は、7 歩を越える（7 歩を含む）毎に 0.1 点減点する。

カ バランスミスが発現すれば、その程度に応じてその都度 0.05～0.2 点減点する。

キ 演武中に明らかに隣を見る、或いは言葉で合図をした場合や、忘却が発現すれば、その程度に応じてその都度 0.05～0.2 点減点する。

※ 以上の四つのミスについては、審判員が執行する。

⑥ コート入場の際の減点規定等

出場チームが、コート入場に際して下記の遅延行為があった場合には、審判長はその程度に応じて 0.1～0.3 点の減点を行うことができる。

各チームは、コート主任が「△△チーム入場」を発声した後、直ちにコート入場を行い、所定の位置についた後、審判長の合図で、直ちに演武を始めなければならない。

入場に際して、故意に、足踏み、隊列組み換え、時間差入場などで時間延長を行うことは、いずれも「故意の遅延」とみなし、審判長の判断で 0.1～0.3 点の減点をする。

9 表 彰 6 位までを入賞とし、賞状を授与する。

1 0 代表チームの選出・推薦

選出方法は、審判員の打点方法で順位を決定する。

1 位・2 位を県代表とする（政令指定都市は除く）。前回本大会出場の有無に関わらず、代表チームは上位から順に推薦される。

※さいたま市からエントリーしたチームは、その中から最高得点チームを選出し政令指定都市から推薦を受ける。

1 1 参加費

選手一人につき 1,000 円とし（監督は除く）、参加申込み団体に取りまとめの上、下記まで振込むこととする。

尚、参加申込み期限後に参加を取り消した場合にも、参加費は減額又は返却しない。

1 2 参加申込み等

参加の申込みは、別添の「予選会参加申込書」に必要事項を記入し、FAX または郵送にて埼玉県連盟に申込む。

なお、健康等の理由で参加者の交代を希望する場合は、「出場選手変更届」を 10 月 31 日（金）の午前中までに、届け出る（必着）。

変更期限経過後の参加者の変更は、一切認めない。

【申込み等締切】

参加申込書・参加費振込	2025 年 7 月 31 日（木）
音楽 CD 提出	2025 年 9 月 16 日（火）

1 3 【振込先・問合せ先】

振込先： 埼玉県武術太極拳連盟

郵便振替口座番号 00190-9-112669

（通信欄に「ねんりんピック埼玉大会予選会、チーム名、人数」を記入して下さい）

問合せ先： 埼玉県武術太極拳連盟 事務局

〒330-0056 さいたま市浦和区東仲町 12-12 ツインハイツ 101

T E L 048-799-2760 F A X 048-799-2761