

---

# 国际跆拳道联盟 - 中国官方

## 冬季邀请赛暨师圣讲习

### 邀请函

尊敬的领导、馆长、师范、学员、家长朋友们，你们好：

随着社会的开放与发展，“跆拳道”这一搏击技术逐渐家喻户晓，也成为广大青少年热爱的一项运动项目。

为弘扬跆拳道精神，传播传统跆拳道技术，国际跆拳道联盟-中国官方，将定于 2018 年 1 月 25 日至 1 月 28 日在海南海口举办国际跆拳道联盟 - 中国官方冬季邀请赛暨师圣讲习。我们将搭建一个和谐、友好、积极、互助的交流平台，相邀全国 ITF 跆拳道练习者及海外团队、ITF 跆拳道爱好者一起交流学习。

期待您的参与，敬礼（Taekwon）！

国际跆拳道联盟 - 中国官方

二〇一七年十一月三十日

## 师圣讲习



### Paul Weiler 师圣:

国际跆拳道联盟 第一副总裁  
国际跆拳道联盟 黑带九段  
原欧洲国际跆拳道联盟总裁  
原德国国际跆拳道联盟总裁



### Wim Bos 师圣:

国际跆拳道联盟 理事 (主责: 赛事与裁判)  
国际跆拳道联盟 黑带九段  
原国际跆拳道联盟赛事与裁判委员会主席  
原欧洲国际跆拳道联盟总裁

讲习地点:

海南省海口市美兰区海甸岛人民大道 68 号金海罗顿大酒店

讲习日程安排(暂定, 根据活动当日实际情况调整):

第一天 2018/1/25	
9:00 - 11:30	热身训练方法, 灵活性、速度、反应训练方法
	特尔、腿法、实战辅助训练方法
	基本腿法训练
11:30 - 14:00	午休
14:00 - 16:30	特尔训练及特尔比赛规则讲解
17:00 - 18:00	加入测试及升段考试
19:00 - 21:00	与师圣共进晚宴
第二天 2018/1/26	
7:00 - 8:00	白沙门公园/海滩集训 (如遇天气不允则取消)
9:00 - 11:30	组合腿法讲解
	组合腿法击靶训练
	实战步法训练
11:30 - 14:00	午休
14:00 - 16:30	实战对练及实战比赛规则讲解

讲习费用 (所有裁判及领队必须参加讲习, 统一裁判标准):

国际跆拳道联盟 - 中国官方会员:

红带及以下: 350 元

红黑带以上: 450 元

其他人员:

红带及以下: 400 元

红黑带以上: 500 元

---

加入测试及升段考试：

希望加入国际跆拳道联盟的人员及希望进行四段及以上升段考试的人员，请于 2017 年 12 月 31 日前向国际跆拳道联盟 - 中国官方递交考试申请。

参与考试人员需自备 30x30x2 cm 木板五块（可在测试现场购买）

考试不对外开放，仅考试人员及其教练准予入场

晚宴：

周四讲习及考试结束后将安排与两位师圣共进晚餐。由于座位数量有限，请在 2017 年 12 月 31 日前报名并缴费。

晚宴时间：1 月 25 日，19:00 - 21:00

地点：金海岸罗顿大酒店西餐厅

价格：180 元/人



## 2018 年冬季邀请赛

比赛日期

2018 年 1 月 27-28 日

比赛地点

海南省海口市美兰区海甸岛人民大道海南大学联谊馆

称重日期

2018 年 1 月 26 日

称重地点

海南省海口市美兰区海甸岛人民大道 68 号金海罗顿大酒店

比赛日程安排：

时间	事项
1 月 26 日 16 点-22 点	酒店入住、检录、称重、裁判会议
1 月 27 日 7 点半	比赛场地集合、运动员入场
1 月 27 日 8 点	领导嘉宾入座
1 月 27 日 8 点 15 分-9 点	开幕式（领导嘉宾致辞、裁判运动员宣誓），集体特尔，大合影
1 月 27 日 9 点-12 点	个人特尔、团体特尔比赛
1 月 27 日 13 点半-18 点	特尔，个人对打比赛
1 月 28 日 9 点-12 点	个人对打比赛
1 月 28 日 14 点-17 点	团体对打
1 月 28 日 17 点	闭幕仪式

比赛项目内容，级别划分：

特尔

指定特尔、自选特尔各一个，指定特尔范围为本级别以下所有特尔，自选特尔范围见下表：

指定特尔、自选特尔各一个，指定特尔范围为本级别以下所有特尔，自选特尔范围见下表		
个人特尔分组		
组次 (按比赛第一日时所在年龄为准)	级别	自选特尔
幼儿组 6 岁（含）以下		天地至檀君
少儿组 7（含）-12 岁	初级（黄带至黄绿带）	天地至岛山
	中级（绿带至蓝带）	元晓至重根
	高级（蓝红带以上）	退溪至忠武
青少年组 13（含）-16 岁	高级（蓝红带以上）	天地至岛山
	中级（绿带至蓝带）	元晓至重根
	高级（蓝红带以上）	退溪至忠武
成人组 17 岁及以上	初级（黄带至黄绿带）	天地至岛山
	中级（绿带至蓝带）	元晓至重根
	高级（蓝红带至红黑带）	退溪至忠武
成人黑带组 17 岁以上	一段	广开至阶伯
	二段	义庵至主体
	三段及以上	三一至文武
注：除了幼儿组，其他组别均分男、女组别。		
INTERNATIONAL TAEKWON-DO FEDERATION		
团体特尔分组		
组次	年龄要求	级别要求
青少组团体特尔	18 岁以下	色带
成人男/女子组团体特尔	18 岁及以上	色带
黑带组团体特尔	无	黑带
注：青少组不按性别分组，可男女混合组队。自选及指定特尔范围为，天地至阶伯		

对抗：

个人对抗级别分组												
年龄	幼儿组		少儿 A 组		少儿 B 组		青少年 A 组		青少年 B 组		成人组	
	6 岁及以下		7-8 岁		9-11 岁		12-13 岁		14-16 岁		17 岁及以上	
性别	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
一	-20kg	-18kg	-24kg	-22kg	-32kg	-30kg	-42kg	-40kg	-50kg	-45kg	-57kg	-50kg
二	24	21kg	30kg	27kg	40kg	38kg	50kg	48kg	56kg	50kg	63kg	56kg
三	28kg	24kg	36kg	32kg	50kg	48kg	60kg	58kg	62kg	55kg	70kg	62kg
四	28kg+	24kg	36kg+	32kg+	50kg+	48kg+	60kg+	58kg+	68kg	60kg	78kg	68kg
五									75kg	65kg	85kg	75kg
六									75kg+	65kg+	85kg+	75kg+
注：以上数字是每个组别的最大值，超出重量将自动分组到下个组别；若有特殊选手组委会将与该队伍领队沟通调整；如有组别人数少于 3 人，组委会将视情况合并到它组。												

团体对抗分组		
组次	年龄要求	级别要求
青少年组	18 岁以下	无
成人男/女子组	18 岁及以上	无
*5 人制，胜 3 为赢，参赛队伍自行组队。		

比赛护具要求：

自备以下护具：拳套，脚套，护腿，护裆，护齿，头盔；  
未成年佩戴面罩头盔和护甲。

比赛报名条件：

5 岁及以上，ITF 黄带级别以上身体健康者；

比赛服装要求：

国际跆拳道联盟（ITF）标准道服

比赛费用（不限所参加项目数量）：

国际跆拳道联盟 - 中国官方会员：280 元/人  
其他人员：380 元/人

---

报名方式：

国际跆拳道联盟 - 中国官方会员：

由所在大团体按报名表要求统一收集资料并提交至活动组委会客服

其他人员：

直接联系活动组委会客服，获取报名表格报名

客服（仅限报名表递交）

电话：1、18089890204 2、13208968886

微信：1、ITFDXJ 2、itfluo

咨询：请联系客服加入咨询微信群咨询

官方推荐酒店（可代为预定）：

a. 金海罗顿大酒店（标准间 360 元/间）；

b. 阳光世纪酒店（160 元/间）

可自选周边酒店：

7 天连锁、荟尚酒店、小日子宾馆（均价在 160 元/间左右）

午餐：

25 元/人/餐（套餐饭）；

也可周边自行解决，因午休时间较短建议统一订购。

INTERNATIONAL TAEKWON-DO FEDERATION



## 交通信息：

机场→海南大学（海甸岛）：

约 25 公里，开车 40 分钟左右可到达，打车约 60 元左右



海南大学（海甸岛）→金海岸罗顿大酒店：

约 800 米，步行 10 分钟可到达大学东门

大学内有电瓶车可到达校内各处





## 海口 - 冬季旅游好去处！



海口市是海南省省会，地处琼州海峡南岸，海南岛北端。处于低纬度热带北缘，属于热带海洋气候。海口年平均温度为 24℃，有明显的热带环境景观风情。这里冬季并不冷，12-2 月的月平均温度都在 18℃ 左右

海口市旅游资源是以热带海滨为其主要特色，主要景点有西海岸带状公园、热带海洋世界、五公祠、西天庙、海瑞墓、邱浚墓、苏公祠及秀英炮台、人民公园、金牛岭公园、动物园、滨海公园、万绿园、假日海滩、西秀河滩、白沙门海滩等。



海口的美兰机场、秀英港、新港把海口与全国各地、世界各地紧紧地联系起来；市内公共汽车、私营中巴和出租车，可以把游客带到想去的地方。还有便捷的环岛动车可以带你到海南各市县，海口至三亚的动车车程时间仅 1 个半小时左右。