

2025 年第一屆士林盃拳擊邀請賽

競賽規程

壹、依據：臺北市政府教育局 114 年 07 月 14 日北市教體字第 11430778443 號函辦理。。

貳、宗旨：我國近年在亞奧運成績不段攀升，為延續拳擊運動發展之目的，避免斷層產生，擬向下扎根奠定國小、國中、高中奠定基礎，推廣拳擊重點運動項目，培養少年、青少年協調性、思考能力及拳擊基本知識、增進學校間之友誼與技術交流，鍛鍊積極進取之精神。

參、指導單位：臺北市政府教育局

肆、主辦單位：臺北市立士林國中

伍、承辦單位：臺北市立士林國中拳擊隊

陸、協辦單位：臺北市體育總會拳擊協會

柒、比賽日期：114 年 08 月 22 日(五)、114 年 08 月 23 日(六)

捌、比賽地點：臺北市立士林國中 拳擊場（臺北市士林區中正路 345 號）

玖、參加單位：全國各公私立國民中小學、國民中學、完全中學、高職、各拳館、俱樂部之符合。年齡國小、國中、高中生。

壹拾、參賽資格：全國各公私立國民小學、中學、高中高職有正式學籍之在校生(含應屆畢業)、各俱樂部之符合年齡國小、國中、高中生。

壹拾壹、參賽組別：

一、跳繩組：

(1)小學組別：1. 國小男童組 、 2. 國小女童組

(2)國中組別：1. 國中男子組 、 2. 國中女子組

(3)高中組別：1. 高中男子組 、 2. 高中女子組

二、空拳組：

(1)小學組別：1. 國小男童組 、 2. 國小女童組

(2)國中組別：1. 國中男子組 、 2. 國中女子組

(3)高中組別：1. 高中男子組 、 2. 高中女子組

三、對戰組：

(1)小學組別：1. 國小男童組 、 2. 國小女童組(量級在第壹拾貳項第三點)

(2)國中組別：1. 國中男子組 、 2. 國中女子組(量級在第壹拾貳項第三點)

(3)高中組別：1. 高中男子組 、 2. 高中女子組(量級在第壹拾貳項第三點)

壹拾貳、各組比賽規則：

➤ 跳繩交流賽規則：

(1)個人：

1、比賽計時 60 秒，60 秒內累計選手跳繩的成功次數。

2、起跳或比賽中踩繩、勾繩造成迴旋繩中止迴旋，該次不予採計；比賽結束手勢發出時，選手發生失誤中斷跳繩，不予採計。

(2)團體 Battle：（可男、女混合一組）

1、每個學校派參賽(人數限制為 3 人一組)，以抽題目的方式進行 PK。

2、比賽計時 60 秒，以一跳一迴旋的方式進行，60 秒內累計該隊五 6 位參賽選手跳繩的成功次數之總和。

➤ 個人空拳競賽規則：

個人空拳組	比賽規則
國小 2 組 男童組 女童組	1) 以 5 位裁判來評判，採十分舉牌制(最低分 5 分，最高分 10 分)。 2) 計時時間 60 秒。 3) 參賽選手需依照下列指定範圍動作，做出出拳技巧及組合拳搭配，裁裁判會依照指定動作及進攻順序、動作細節來給予評分。 4) 評分內容： 一、進攻順序： (1)單拳進攻：需搭配腳步移動 1. 前手直拳一拳、前手直拳兩拳、後手直拳一拳、前手平勾拳一拳、後手平勾拳一拳、前手上勾拳一拳、後手上勾拳一拳。 (2)兩拳組合拳： 1. One-two 前後手直拳組合進攻、One tow Hook 前後手直拳+前手平勾拳組合進攻、Jab Jab Right 前手直拳兩拳+後手直拳一拳、One-two One-two 前手+後手直拳進攻 2 次。 二、加分:動作流暢、重心穩定、會步伐移動、敏捷、協調性。
國中、高中 2 組 男生組 女生組	1) 以 5 位裁判來評判，採十分舉牌制(最低分 8 分，最高分 10 分)。 2) 計時時間 60 秒。 3) 選手自由組合搭配創造獨特風格，1 分鐘出拳技巧及組合拳搭配，裁判給予評分。 4) 評分標準： 一、自由空拳： 1. 基本站架姿勢 2. 腳步移動能力 3. 整體節奏 4. 進攻變化 5. 拳擊腳步移動變化 6. 進攻防守反擊轉換順暢度。 二、加分:動作流暢組合拳中間無停頓點、拳路準確、重心穩定、移動敏捷、協調性、有拳速、組合拳協調性優良。

- 對戰組競賽規則：中小學生比賽量級以2025年國際少年學生體重分級。

編號	國小男童組	國小女童組	國中男子組	國中女子組	高中男子組	高中女子組
第一量級	40以下kg	40以下kg	41以下kg	41以下kg	48-48kg	46-48kg
第二量級	40.01-43kg	40.01-43kg	41.01-44kg	41.01-44kg	48-51kg	48-50kg
第三量級	43.01-46kg	43.01-46kg	44.01-46kg	44.01-46kg	51-54kg	50-52kg
第四量級	46.01-49kg	46.01-49kg	46.01-48kg	46.01-48kg	54-57kg	52-54kg
第五量級	49.01-52kg	49.01-52kg	48.01-50kg	48.01-50kg	57-60kg	54-57kg
第六量級	52.01-55kg	52.01-55kg	50.01-52kg	50.01-52kg	60-63.5kg	57-60kg
第七量級	55.01-58kg	55.01-58kg	52.01-54kg	52.01-54kg	63.5-67kg	
第八量級	58.01-61kg	58.01-61kg	54.01-57kg	54.01-57kg	67-75kg	
第九量級			57.01-60kg	63+kg		
第十量級			63+kg			

- 國小組以動作標準、流暢度、腳步靈活度、臨場反應能力為判分依據，並依照訓練程度、年紀及體重相近進行配對，以同年級或實力較平均為一組。

- 比賽制度：採單淘汰制。

- 規則依據：2025年國際少年國際拳擊錦標賽規則。

(一) 比賽規則：

- 國小組：

1. 上半身攻擊之動作，只要觸碰到護頭、護胸即算得分。
2. 中段攻擊技術僅允許表面接觸，碰觸到護胸及算1分，進攻護頭正面、護胸面以外者違規者將是為犯規，一次扣一分，扣滿2次即失格，取消該場比賽資格。
3. 對打比賽時間為1分鐘，依照臺裁指示如實力懸殊則臺裁可提早結束比賽。
4. 不得攻擊腰部以下範圍。
5. 回合比賽時間結束，如果評判結果為平手，則以裁判長裁示讓平分裁判重新判分，決定獲勝者。
6. 國小組身體護具統一外穿，護齒強制配戴，須佩戴全罩式頭盔。

➤ 國中組：

(1)參採國際拳擊總會 2025 年 所頒布實施之規則，如對規則解釋有爭議時，以國際拳擊總會最新出版之英文版為準。

(2)規則中未盡事宜，由技術委員會解釋之。

(3)另有關比賽對手冒名頂替或報名程序等有疑義時，仍可提出申訴。

(二)比賽時間：

組別	比賽回合	每回合時間	中間休息	比賽拳套
國小男童組	3回合	1分	1 分鐘	10 盎司
國小女童組	3回合	1分	1 分鐘	10 盎司
國中男子組	3回合	2分	1 分鐘	10 盎司
國中女子組	3回合	2分	1 分鐘	10 盎司
高中男子組	3回合	3分	1 分鐘	67kg(含)10 盎司 67kg以上12 盎司
高中女子組	3回合	3分	1 分鐘	10 盎司

(三) 比賽方式：

1. 大會依照報名表以實力相同之訓練年限、年齡分組配對。
2. 賽程出來後各教練應注意有無選手遺漏登記，在比賽前如有遺漏請立即告，如未再賽前提前告知，大會責無法修改。

➤ 參賽細則：

- 一、 參加跳繩比賽的選手，以穿著輕便運動服裝，不影響跳繩動作之厚重服裝為主及運動鞋，跳繩由大會提供之跳繩。
- 二、 參加空拳比賽的選手，須穿著輕便的運動服裝及運動鞋。
- 三、 參加對戰比賽的選手，選手需自備拳擊比賽服裝(依照大會配對名單)、手綁帶、拳擊鞋 or 運動鞋、牙墊(不可為紅色)、男生(護擋)、女生頭巾，如不符合大會之規定服裝，大會有權取消其比賽資格。(比賽拳套、護頭由大會提供)。
- 四、 參賽期間選手膳、宿、交通及安全均自行負責。

五、比賽中，如有負傷，除當場由大會醫護人員治療外，其餘一切醫療費用可依診療及收據正本逕寄主辦單位，向保險公司請領醫療給付。

六、對戰組體檢及過磅：

(一)8/21當天早上08:00-09:00進行基本體檢(心跳、脈搏、體溫、身體測試)及過磅。

(二)經大會要求必須提出證件，證明學籍及年齡時，不得拒絕，拒提出上述者，大會得禁止其參賽。

(三)報名時需填具健康聲明書(附件3)，送交大會備查，始可參賽。

七、領隊教練會議：

(一)時間：114年8月21日(星期四)上午09時00分。

(二)地點：臺北市立士林國中視聽教室

壹拾參、報名方式：

一、報名日期：自即日起至8月10日下午5時截止。

二、填寫 google 報名表單：<https://forms.gle/fDFDH7ePyjNels7UA> 完成報名。

三、參賽選手保險費由大會負擔。

四、無須報名費。

五、選手報名時所提資料，如有偽造不實者，經檢舉查明屬實，除教練、選手負其責任外，同時取消該選手所獲成績，所屬單位將以偽造文書提報有關單位議處。

六、參賽選手可跨組同時參加跳繩組及空拳組別賽事，請選手自行斟酌體能，如遇到不可控之因素，影響自身比賽權益，請自行承擔。

壹拾肆、獎 懲：

一、此次各項比賽依照人數錄取名次，每組錄取第一名一人、第二名一人、第三名二人，前三名頒發獎牌及獎狀鼓勵，前八名皆並列為第五名，各頒獎狀鼓勵。

二、此次比賽附有特殊榮譽獎，如下：

(1)繩乎奇技獎：跳繩項目中男女各取一名跳繩次數最高的頒發獎盃及限定版 T-Shirt 乙件。

(2)最佳表現獎：空拳組男、女各取一名表現優異，頒發獎盃及限定版 T-Shirt 乙件。

(3)最佳技術獎：對戰組男、女各取一名 頒發獎盃及限定版 T-Shirt 乙件。

(4)最佳精神獎：不論輸贏，擁有堅持到底永不放棄的完賽精神，給予鼓勵頒發獎盃

以茲鼓勵。

(5)優秀團隊獎：各項目累計參賽金牌數最多者為第一名頒發榮譽獎狀及獎盃、第二多者為第二名、第三多者為第三名，頒發獎狀及獎盃以茲鼓勵，如金牌數一樣則比銀牌、銅牌以此類推。

(6)榮譽教練獎：各項目累計參賽金牌數最多者為第一名頒發榮譽獎狀及獎盃、第二多者為第二名、第三多者為第三名，頒發獎狀及獎盃以茲鼓勵，如金牌數一樣則比銀牌、銅牌以此類推。

三、如該組別人數不滿 2 人以上為 1 人時，擇取消該組別之項目比賽。

四、各參賽隊職員選手倘有違反比賽相關規定，則直接取消該比賽成績，另函報各主管機關及相關單位處理。

壹拾伍、比賽期間大會有為選手承保公共意外險，如有不足部分，請各單位自行加保。

壹拾陸、因應流行性傳染病疫情防治，如有身體不適，發燒 37.5 度以上及流行性感冒症狀，請避免參賽，在家修養。

壹拾柒、本規程若有未盡事宜，得隨時修正公佈之。

壹拾捌、申 訴：

抗議事件必須於該比賽結束後立即以口頭向該場地副裁判長告知，並提出書面陳述提交大會裁判長，並繳交保證金新臺幣 3,000 元，由與事件無關之三位訴願陪審團成員會議裁定之。對運動選手資格之申訴應於比賽前 30 分鐘，檢附申訴書提交大會裁判長，並繳交保證金新臺幣 3,000 元，由大會裁判長會同副裁判長進行審查。申訴不成立，沒收保證金。

壹拾玖、本賽事經費由臺北市政府教育局補助支應。

貳拾、性騷擾申訴管道：電話 02-23911067。

貳拾壹、本競賽規程報臺北市政府教育局備查後實施，如有未盡事宜，得由審判委員開會決議修正或補充，並呈報臺北市政府教育局。

跳繩比賽報名表-國小組

團體☐

個人☐

單位名稱						
通訊處		聯絡電話				
領隊		管理		教練		
姓名	出生年月日 西元/月/日	身份證字號	性別	居住地址 保險使用	監護人姓名 保險使用	監護人電話 保險使用
本人悉讀本次比賽競賽規程，同意派遣上列運動員參加，並恪遵各項規定參加比賽。 此 致			請蓋學校單位印信 & 報名單位印章			
單位負責人(或監護人、教練)： (簽章)						

備註：團體與個人需分開填寫報名表，團體可男女混。

跳繩比賽報名表-國中組

團體☐

個人☐

單位名稱						
通訊處		聯絡電話				
領隊		管理		教練		
姓名	出生年月日 西元/月/日	身份證字號	性別	居住地址 保險使用	監護人姓名 保險使用	監護人電話 保險使用
本人悉讀本次比賽競賽規程，同意派遣上列運動員參加，並恪遵各項規定參加比賽。 此 致			請蓋學校單位印信 & 報名單位印章			
單位負責人(或監護人、教練)： (簽章)						

備註：團體與個人需分開填寫報名表，團體可男女混。

跳繩比賽報名表-高中組

團體☐
個人☐

單位名稱						
通訊處		聯絡電話				
領隊		管理		教練		
姓名	出生年月日 西元/月/日	身份證字號	性別	居住地址 保險使用	監護人姓名 保險使用	監護人電話 保險使用
本人悉讀本次比賽競賽規程，同意派遣上列運動員參加，並恪遵各項規定參加比賽。 此 致			請蓋學校單位印信 & 報名單位印章			
單位負責人(或監護人、教練)： (簽章)						

備註：團體與個人需分開填寫報名表，團體可男女混。

空拳比賽報名表-國小組

單位名稱						
通訊處		聯絡電話				
領隊		管理		教練		
姓名	出生年月日 西元/月/日	身份證字號	性別	居住地址 保險使用	監護人姓名 保險使用	監護人電話 保險使用
本人悉讀本次比賽競賽規程，同意派遣上列運動員參加，並恪遵各項規定參加比賽。 此 致 單位負責人(或監護人、教練)： (簽章)			請蓋學校單位印信 & 報名單位印章			

空拳比賽報名表-國中組

單位名稱						
通訊處		聯絡電話				
領隊		管理		教練		
姓名	出生年月日 西元/月/日	身份證字號	性別	居住地址 (保險使用)	監護人姓名 保險使用	監護人電話 保險使用
本人悉讀本次比賽競賽規程，同意派遣上列運動員參加，並恪遵各項規定參加比賽。 此 致 單位負責人(或監護人、教練)： (簽章)			請蓋學校單位印信 & 報名單位印章			

空拳比賽報名表-高中組

單位名稱						
通訊處		聯絡電話				
領隊		管理		教練		
姓名	出生年月日 西元/月/日	身份證字號	性別	居住地址 (保險使用)	監護人姓名 保險使用	監護人電話 保險使用
本人悉讀本次比賽競賽規程，同意派遣上列運動員參加，並恪遵各項規定參加比賽。 此 致 單位負責人(或監護人、教練)： (簽章)			請蓋學校單位印信 & 報名單位印章			

拳擊對戰比賽報名表-國小男童組

單位 或 就讀學校名稱											
通訊處							電話	公			
							手	機			
領隊					管理					教練	
量級	姓名	出生年 月	生日	身 字	分 證 號	訓練 拳 齡	居住地址 (保險使用)		監護人姓名 (保險使用)		監護人電話 (保險使用)
40 以下 kg											
40.01-43kg											
43.01-46kg											
46.01-49kg											
49.01-52kg											
52.01-55kg											
55.01-58kg											
58.01-61kg											
本人報名資料僅供主辦單位辦理本活動使用											
本人經悉讀本次比賽競賽規程，同意派遣上列運動員參加，並恪遵各項規定參加比賽。 此 致 單位負責人(或監護人、教練)： (簽章)						請蓋學校單位印信 & 報名單位印章					

拳擊對戰比賽報名表-國小女童組

單 位													
或 就 讀 學 校 名 稱													
通 訊 處						電 話	公						
							手 機						
領 隊					管 理					教 練			
量 級	姓 名	出 年	月	生 日	身 分 證 號	訓 練 拳 齡	居住地址 (保險使用)		監護人姓名 (保險使用)		監護人電話 (保險使用)		
40 以下 kg													
40.01-43kg													
43.01-46kg													
46.01-49kg													
49.01-52kg													
52.01-55kg													
55.01-58kg													
58.01-61kg													
本人報名資料僅供主辦單位辦理本活動使用													
本人經悉讀本次比賽競賽規程，同意派遣上列運動員參加，並恪遵各項規定參加比賽。 此 致 桃園市體育總會拳擊委員會 單位負責人(或監護人、教練)： (簽章)						請蓋學校單位印信 & 報名單位印章							

拳擊對戰比賽報名表-國中男子組

單 位												
或 就 讀 學 校 名 稱												
通 訊 處						電 話	公					
							手 機					
領 隊				管 理				教 練				
量 級	姓 名	出 年 月 日	身 字	分 證 號	訓 練 拳 齡	居住地址 (保險使用)		監 護 人 姓 名 (保險使用)		監 護 人 電 話 (保險使用)		
41 以下 kg												
41.01-44kg												
44.01-46kg												
46.01-48kg												
48.01-50kg												
50.01-52kg												
52.01-54kg												
54.01-57kg												
57.01-60kg												
本人報名資料僅供主辦單位辦理本活動使用												
本人經悉讀本次比賽競賽規程，同意派遣上列運動員參加，並恪遵各項規定參加比賽。 此 致 桃園市體育總會拳擊委員會 單位負責人(或監護人、教練)： (簽章)						請蓋學校單位印信 & 報名單位印章						

拳擊對戰比賽報名表-國中女子組

單 位												
或 就 讀 學 校 名 稱												
通 訊 處						電 話	公					
							手 機					
領 隊				管 理				教 練				
量 級	姓 名	出 年	生 月	身 日	分	證 號	訓 拳	練 齡	居住地址 (保險使用)	監護人姓名 (保險使用)	監護人電話 (保險使用)	
41 以下 kg												
41.01-44kg												
44.01-46kg												
46.01-48kg												
48.01-50kg												
50.01-52kg												
52.01-54kg												
54.01-57kg												
57.01-60kg												
63kg+												
本人報名資料僅供主辦單位辦理本活動使用												
本人經悉讀本次比賽競賽規程，同意派遣上列運動員參加，並恪遵各項規定參加比賽。 此 致 單位負責人(或監護人、教練)： (簽章)						請蓋學校單位印信 & 報名單位印章						

拳擊對戰比賽報名表-高中男子組

單 位														
或 就 讀 學 校 名 稱														
通 訊 處						電 話	公							
							手 機							
領 隊					管 理					教 練				
量 級	姓 名	出 年	月	生 日	身 字	分	證 號	訓 拳	練 齡	居住地址 (保險使用)	監 護 人 姓 名 (保險使用)		監 護 人 電 話 (保險使用)	
48-48kg														
48-51kg														
51-54kg														
54-57kg														
57-60kg														
60-63.5kg														
63.5-67kg														
67-75kg														
本人報名資料僅供主辦單位辦理本活動使用														
本人經悉讀本次比賽競賽規程，同意派遣上列運動員參加，並恪遵各項規定參加比賽。 此 致 桃園市體育總會拳擊委員會 單位負責人(或監護人、教練)： (簽章)										請蓋學校單位印信 & 報名單位印章				

拳擊對戰比賽報名表-高中女子組

單 位														
或 就 讀 學 校 名 稱														
通 訊 處						電 話	公							
							手 機							
領 隊					管 理					教 練				
量 級	姓 名	出 年	生 月	日	身 分	證 號	訓 拳	練 齡	居住地址 (保險使用)		監護人姓名 (保險使用)		監護人電話 (保險使用)	
46-48kg														
48-50kg														
50-52kg														
52-54kg														
54-57kg														
57-60kg														
本人報名資料僅供主辦單位辦理本活動使用														
本人經悉讀本次比賽競賽規程，同意派遣上列運動員參加，並恪遵各項規定參加比賽。 此 致 單位負責人(或監護人、教練)： (簽章)						請蓋學校單位印信 & 報名單位印章								

聲 明

聲 明 書

本人 自願參加2025年第一屆士林盃拳擊邀請賽，
所附之報名資料、證件等完全屬實、正確。如有不實，願負
擔法律責任。

此致

2025年第一屆士林盃拳擊邀請賽

技術及裁判委員會

單位：

選手簽名：

教練簽名：

家長或監護人簽名：

中 華 民 國 1 1 4 年 月 日

2 0 2 5 年 第 一 屆 士 林 盃 拳 擊 邀 請 賽 申 訴 書

申 訴 人	申 訴 單 位	申 訴 教 練	申 訴 領 隊
		(簽 章)	(簽 章)
申 訴 內 容	本隊對於 組_級，第___場次，本隊選手與__隊選手比賽，有下述理由提出異議，呈請大會仲裁委員會給予查明賜覆，以示公正 1. () 對方選手資格不符。 2. () 裁判員判決有誤。 3. () 其他原因： 附 註 ； 證 件 或 證 人		
申 訴 須 知	1. 請遵照競賽規程有關申訴項目提出申訴，凡未按各項規定辦理申訴者概不受理。 2. 對於選手資格之質疑，應於抽籤排定前，以書面向大會審判委員會提出，賽程經排定後，一概不受理。 3. 應於比賽結束宣告結果後三十分鐘內，以書面及保證金新台幣參仟元向審判委員提出，逾時不受理（申訴不成時申訴金不退回，充作大會基金）。		
審 判 委 員 會 簽 章			
判 決 結 果			

中 華 民 國 1 1 4 年 月 日

2025 年第一屆士林盃拳擊邀請賽

比賽時間表

日期	時間	項目	賽事
8/22 (五)	07：30-08：00	各組報到、試磅	1. 跳繩國小、國中男、女組各預賽、決賽。 2. 空拳國小、國中男、女組各預賽、決賽 3. 請各代表隊所有選手穿著標準服裝參加開幕典禮。
	08：00-09：30	體檢、過磅	
	09：00-10：00	領隊及教練會議 裁判會議	
	10：00-10：30	跳繩比賽檢錄 跳繩比賽	
	10：30-11：30	空拳組檢錄 空拳組比賽	
	11：30-13：00	休息	
	13：00-14：00	開幕典禮	
	14：00-17：00	對戰比賽	
8/23 (六)	07：30-08：00	報到、試磅	1. 對戰組國小組、國中組各量級決賽。 2. 各組別頒獎。
	08：00-09：00	體檢、過磅	
	09：00-10：00	領隊及教練會議 裁判會議	
	10：00-12：00	休息	
	12：00-17：00	對戰比賽、頒獎	
備註	1. 比賽地點：臺北市立士林國民中學 2. 裁判、領隊、教練會議：114 年 08 月 21 日上午八時，若有任何問題須在會議中提出作為決議，未提出則依競賽規程為依據。 3. 競賽時間如有變更，則依當日大會競賽組公布為主。 4. 大會視競賽進度適度調整休息時間。		