

※この用紙は東京太極拳協会用に編集しています

# 第33回東京都武術太極拳選手権大会 開 催 要 綱

2025年9月16日

## 開催趣旨：

東京都在住の都民を対象にして、公益社団法人日本武術太極拳連盟が主催する「第43回全日本武術太極拳選手権大会」の太極拳個人種目、集団、対練、太極拳推手規定套路、ペア総合太極拳（自選）の東京都代表選手、代表チーム選抜、および厚生労働省等が主催する「第38回全国健康福祉祭ねんりんピック埼玉2026」の東京都代表選抜競技を第33回東京都選手権大会の競技種目として実施する。

1. 日 時：2026年2月14日(土) 午後1:00～午後7:00 集団競技+ジュニア太極拳1、2  
15日(日) 午前9:30～午後7:00 個人競技

※今大会も2日間の日程で実施。

※競技時間ならびに競技種目の日程は予定。申込数により競技編成に変更が生じる可能性がある  
るので最終日程表を確認のこと

2. 会 場：「駒沢オリンピック公園総合運動場」屋内球技場  
東京都世田谷区駒沢公園1番1号 TEL03-3421-6199  
(交通：田園都市線「駒沢大学駅」徒歩25分、  
東急バス「駒沢公園東口」、「東京医療センター」下車)
3. 主 催： NPO法人東京都武術太極拳連盟
4. 主 管： 世田谷区武術太極拳連盟
5. 後 援： 公益社団法人日本武術太極拳連盟・東京都(予定)
6. 出場選手：東京都に在住する東京都武術太極拳連盟加盟団体の所属会員および非加盟団体の会員
7. 実施種目：2月14日は1コート、15日は4コートで下記の種目を実施する（予定）。

## 《1》 実施種目；

### 1) 「第38回全国健康福祉祭・ねんりんピック埼玉2026」都代表選抜・集団競技；

- － 24式太極拳の動作による集団演技(音楽伴奏付き)、60歳以上(昭和42年4月1日以前に生まれた人)、1チーム6人または7人で編成。演技時間4分以内。この競技に使用する音楽CDは、2025年11月14日(金)の最終出場申込み期限までに最終出場申込書類とともに東京都連盟事務局に提出しなければならない。同期日以降の音楽CDの変更・差し替えはできないものとする。
- － 都連盟加盟団体または非加盟団体は3チームに限って出場させることができる。
- － 最高得点チーム、1チームを都代表チームに選抜し、次点チームを補欠チームとする予定。尚、選抜数は状況に応じて変更の可能性あり。選抜数が2チームとなった場合は同一団体から2チームの出場は不可とし、最高得点チームと異なる団体の次点のチームを代表とする。
- － 「ねんりんピック秋田2017」より服装規定が「ねんりんピック栃木2014」まで行っていた従来の規定に変更されているので注意すること。

### 2) 「第43回全日本選手権大会」太極拳個人種目；

- － 下記(1)～(3)の3種目、男女の第1位各1名、男女計6名を、都代表に選抜する。各種目の次点選手を補欠選手とする。
- (1) 24式太極拳A＝満60歳以上、演技時間4分以上6分以内
- (2) 24式太極拳B＝満40歳以上59歳以下、演技時間4分以上6分以内
- (3) 24式太極拳C＝満39歳以下、演技時間4分以上6分以内

ー下記の(4)～(13)の11種目、男女計22種目を実施し、そのうち(4)～(12)の9種目各種目の上位2名、男女計32名を都代表選手に選抜する。ただし(6)と(7)あわせて男女2名ずつ選抜。(13)(14)の種目についての代表選抜は行なわない。

- (4) 総合太極拳A B (満30歳以上)、 演技時間5分以上6分以内
- (5) 同 C (満29歳以下)、 演技時間5分以上6分以内
- (6) 32式、42式太極剣 演技時間2分以上4分以内
- (7) 自選太極剣・刀 (32式、42式太極剣以外の太極剣・刀) 演技時間2分以上4分以内
- (8) 48式太極拳、・88式太極拳、 演技時間3分以上4分以内
- (9) 楊式太極拳、 演技時間3分以上4分以内
- (10) 陳式太極拳、 演技時間3分以上4分以内
- (11) 呉式太極拳、 演技時間3分以上4分以内
- (12) 孫式太極拳 演技時間3分以上4分以内
- (13) ジュニア太極拳2 (18歳以下) 演技時間3分以内
- (14) ジュニア太極拳1 (中学生以下) 演技時間3分以内

### 3) 「第43回全日本選手権大会」団体競技種目の競技；

下記の団体競技種目計3種目を実施し、対練は上位3チーム、集団は上位1チーム、太極拳推手規定套路、ペア総合太極拳(自選)はいずれか上位1チームを都代表チームに選抜する。

- (1) 対練＝2人または3人で、徒手または器械で格闘形式の演技。演技時間40秒以上2分以内。
- (2) 集団＝4人以上10人までで、徒手または器械の集団演技。演技時間1分以上4分以内。
- (3) 太極拳推手規定套路＝2人1組でアジア武術連盟制定の推手規定套路を全套路演技。演技時間4分以上6分以内。
- (4) ペア総合太極拳(自選)＝総合太極拳から自選し、2人で演技する。演技時間3分以上4分以内

### 4) 70歳以上特別競技

全日本選手権大会個人種目以外に、高齢者を対象とした次の種目を70歳以上特別競技として設ける。

- (15) 24式太極拳70歳代A＝満70歳以上74歳以下 演技時間4分以上6分以内
- (16) 24式太極拳70歳代B＝満75歳以上79歳以下 演技時間4分以上6分以内
- (17) 24式太極拳80歳以上＝満80歳以上、 演技時間4分以上6分以内

この部門は「全日本選手権大会」の代表選抜を目的としたものではなく、種目制限にあるように、他種目との重複出場はできないので注意のこと

### 5) 日本連盟シード選手の取り扱い；

- ① 第42回全日本選手権大会の太極拳個人種目の成績により「第43回大会シード選手」の指定を受けた選手は、本大会において当該シード種目にエントリーすることはできない。
- ② 上記の選手は、本大会において当該シード種目以外の太極拳個人種目にエントリーすることができる。本大会で当該シード種目以外の種目の成績が、都代表に該当することになった場合は、本大会の表彰式までに、元のシード権を放棄して本大会の参加種目の都代表となるか、あるいは元のシード種目を選択して本大会の都代表権を放棄するかのをいずれかを本大会表彰式までに表明しなければならない。

#### ジュニア太極拳2・1について

第43回全日本選手権大会において実施される予定のジュニア太極拳2については、本大会で競技種目として実施するが、代表選抜は行わない。この種目で全日本選手権に参加する場合は日本連盟から発表される全日本選手権大会の要綱に基づき別途エントリーを行うこととなる。尚、ジュニア太極拳1は第35回全日本選手権大会より競技種目として実施されていない。

### 6) 国民スポーツ大会・東京都代表選手選抜の競技について

2026年開催の国民スポーツ大会・公開競技について、東京都代表選手の選抜競技大会も本大会とあわせて実施する。尚、両大会に合わせてエントリーすることは妨げない

## 《2》 出場規定；

年齢規定；上記の2)及び4)で、年齢規定のある種目はすべて、2026年4月1日現在の満年齢に基づくものとする。年齢規定に適合しない選手の出場申込書は受理されない。

### 1) 在住規定；

- ① 《1》－1) 「第38回全国健康福祉祭・ねんりんピック埼玉2026」の出場チームの構成選手は全員

東京都内に現住所を有する者でなければならない。

- ② 《①》－２）「第43回全日本選手権大会」太極拳個人種目の出場選手は、住民票に記載されている現住所が東京都内にあり、2026年4月1日まで引き続き東京都内に居住する予定の者でなければならない。代表選抜が決定した後に、2026年4月1日までの間に東京都外に移転することになった場合は、全日本選手権大会運営委員会宛に「移転証明書」を提出しなければならない。
- ③ 虚偽の現住所申告による出場に対する制裁：上記①②の規定にもかかわらず、偽りの現住所を申告して本大会に出場した場合は、その選手の所属団体および選手本人に対して、制裁金を課し、以後の大会の出場停止等の制裁措置をとるものとする。
- ④ 「第43回全日本選手権大会」団体競技種目：  
「対練」(2～3人)、「集団」(4～10人)、「推手規定套路」(2人)「ペア総合太極拳（自選）」(2人)の各種目は、各チームの構成選手のうち少なくとも1人以上が、上記の②太極拳個人種目に定める在住地規定に基づいて東京都内に現住所を有する者でなければならない。日本連盟の全日本選手権大会開催要綱の「集団競技種目の出場選手変更規定」に基づいて出場選手の変更を行った場合も、残る選手のうち少なくとも1人以上が東京都内に現住所を有するものでなければならない。

### 3) 出場種目数の制限：

- －「第43回全日本選手権大会」太極拳個人種目は、選手一人1種目以内を限度として出場することができる。この部門にエントリーした選手は70歳以上特別競技にエントリーすることができない。
- －70歳以上特別競技にエントリーした選手は「第43回全日本選手権大会」太極拳個人種目に重複してエントリーすることはできない。ただし、団体競技についてはこの制限は設けない。
- －本大会で「第43回全日本選手権大会」太極拳個人種目の代表となった選手は伝統競技部門にエントリーすることができない。そのため、伝統競技部門に出場を希望する選手は本大会申込時にあらかじめ申込書に記入の上エントリーし、代表選手に選抜された場合には、本大会の表彰式までに、伝統競技部門を放棄して本大会の参加種目の都代表となるか、あるいは元の伝統競技部門を選択して本大会の都代表権を放棄するかをいずれかを本大会表彰式までに表明しなければならない。
- －本大会で「第43回全日本選手権大会」太極拳個人種目の代表となった選手は「ジュニア太極拳3及び2」にも重複してエントリーすることができない。そのため、「ジュニア太極拳3及び2」に出場を希望する選手は本大会申込時にあらかじめ申込書に記入の上エントリーし、代表選手に選抜された場合には、本大会の表彰式までに、「ジュニア太極拳3及び2」を放棄して本大会の参加種目の都代表となるか、あるいは元の「ジュニア太極拳3及び2」を選択して本大会の都代表権を放棄するかをいずれかを本大会表彰式までに表明しなければならない。
- －本大会では「ジュニア太極拳2及び1」は他の太極拳個人種目に加えて出場することが出来る。ただし、「ジュニア太極拳2と1」に重複して出場することは出来ない。
- －「第43回全日本選手権大会」団体競技種目は、参加団体1団体について；
  - ① 対練3チーム以内、②集団3チーム以内、③推手規定套路3チーム以内、④ペア総合太極拳（自選）3チーム以内を限度として出場することができるものとする。
- －団体競技については、一人の選手は「集団」、「推手規定套路」、「対練」、「ペア総合太極拳（自選）」のうち、いずれか1種目に限って出場することができる。
- －一人の選手は「集団」の複数チームに重複して出場することは出来ない。

### 4) 参加団体分担金および出場料：

- ① 分担金：本大会に選手を出場させる本連盟または日本連盟の加盟団体は、大会分担金 2万円 を拠出する。（日本連盟の加盟団体とは都道府県連盟と学生連盟をいう。）  
本大会に選手を出場させる本連盟または日本連盟の非加盟団体は、大会分担金 4万円 を拠出する。
- ② 個人競技出場料：
  - －本大会ではゼッケンを紙製のものとする為、代金を徴収しない。
  - －本連盟または日本連盟加盟団体で2万円の大会分担金を拠出した団体の所属会員の出場料は、1人1種目について5千円とする。
  - －本連盟また日本連盟の非加盟団体で4万円の大会分担金を拠出した団体の所属会員の出場料は、1人1種目について9千円とする。
    - \*大会プログラム上では団体名ではなく個人として表示する。
  - －大会分担金を拠出した団体に所属していない個人が出場する場合、その個人の出場料は、1人1種目について2万1千円とする。

### ③ 集団競技：

- － 《1》－1)「ねんりんピック埼玉2026(6～7人)」、および3)集団(4～10人)に出場する本連盟または日本連盟加盟団体で大会分担金を拠出した団体の所属チームは、1チーム 9千円とする。
- － 非加盟団体で大会分担金を拠出した団体の所属チームは、1チーム 1万7千円とする。
- － 3)対練(2～3人)、推手規定套路およびペア総合太極拳(自選)に出場する本連盟または日本連盟加盟団体で大会分担金を拠出した団体の所属チームは、1チーム 6千円とする。
- － 非加盟団体で大会分担金を拠出した団体の所属チームは、1チーム 1万1千円とする。
- － 集団競技にはゼッケンを用いないものとする。

#### 5) 表 彰：

- － 各種目は申込人数に応じて次の通り入賞者を定める。  
 申込人数(申込チーム数)      5名(5チーム)以下＝1名(1チーム) 入賞、  
    6名(6チーム)以上＝3名(3チーム) 入賞、  
    21名(21チーム)以上＝5名(5チーム) 入賞、  
    31名(31チーム)以上＝6名(6チーム) 入賞、  
    41名(41チーム)以上＝7名(7チーム) 入賞、  
    51名(51チーム)以上＝8名(8チーム) 入賞、  
    76名(76チーム)以上＝10名(10チーム) 入賞

### 《3》 審判委員会と審判員：

- － 競技は、審判委員会の管理のもとで実施する。同委員会は総審判長1名と東京都連盟役員からなる監査委員で構成する。
- － 審判業務は、2月14日は審判長2名、執行審判員12名、套路審判員2名と業務審判員約5名、2月15日は審判長4名、執行審判員24名、套路審判員8名と業務審判員約20名で実施する(予定)。各審判員は、日本連盟公認審判員のなかから審判委員会が委嘱する。

### 《4》 競技ルール：

- － 「全日本選手権大会」団体競技種目および太極拳個人種目の競技については「2005年国際武術套路規則(発行：国際武術連盟／日本語版発行：日本連盟)」ならびに「武術太極拳新国際ルール補助ルール(2024)(発行：日本連盟・審判委員会)」に準じて行う
- － ねんりんピックについては、第37回全国健康福祉祭・ねんりんピック岐阜2025の競技ルールに準じて行う

### 《5》 服装規定：

- － 全日本選手権大会種目に出場する選手の服装は、原則として自由とする。ただし武術太極拳競技にふさわしい服装とする。
- － ねんりんピック選抜の服装規定について、「ねんりんピック秋田2017」より「ねんりんピック栃木2014」まで行っていた従来の服装規定に戻されたので、本大会においても適用することとする。(下記参照)

＜ねんりんピック服装規定＞「ねんりんピック秋田2017」

- 1) 競技者は、原則としてチームごとに統一した競技用ユニフォームを着用して演武を行う

- － 70歳以上特別競技に出場選手の服装は自由とする。

### 《6》 ゼッケンの使用について：

今大会ではゼッケンはユニフォームに取り付けず競技前に提示する方式を採用する。ゼッケンは選手1名につき一枚で、事前に加盟団体に送付するので、加盟団体は事前にゼッケンを選手に配布する。選手は大会当日、大会進行係にゼッケンを示して出場のチェックを受けること。ゼッケンのない選手の出場は認められない。

### 《7》 個人情報情報の取扱いについて：

「参加申込書に記載された個人情報」「主催者または主催者に認められた関係機関等が撮影した写真・映像」については大会参加者へのサービス向上を目的として、競技結果や写真・映像の記録業務、広報誌やインターネット等への掲載に利用される場合がある。大会に出場する選手は、出場申し込み時に上記事項について同意の上、署名すること。

## 《8》出場申込み方法

### 1) 選手権大会 最終出場申込み期限＝2025年11月7日(金)；

参加団体および個人出場選手は、下記の東京都連盟事務局に、2025年11月7日(金)までに必着するように、次の書類を送付する。

申込書送付先／問い合わせ先；  
東京太極拳協会  
〒111-0035東京都台東区西浅草2-6-2プロメッカセンタービル4階  
Tel03-3845-9071 fax03-3845-9072  
指定振込み口座  
郵便振替口座001190-3-118541

付表：第33回都選手権大会 出場料等一覧

		都連盟加盟団体	都連盟非加盟団体	個人出場
分 担 金		2万円	4万円	分担金無し
出 場 料	個人種目(1人)※	<b>5千円</b>	<b>9千円</b>	<b>2万1千円</b>
	ねんりん(1チーム)	9千円	1万7千円	無し
	集 団 (1チーム)	9千円	1万7千円	無し
	対 練 (1チーム)	6千円	1万1千円	無し
	推 手 (1チーム)	6千円	1万1千円	無し
	ペア総合太極拳 (1チーム)	6千円	1万1千円	無し

以 上

### 補足)

ペア総合太極拳（自選）の規定（2023年2月15日 日本連盟文書総発第3798号より）

- ・総合太極拳から自選し、2人で演武する。
- ・演技時間：3分以上4分以内
- ・必選動作：①分脚または蹬脚 ②拍脚または擺蓮 ③仆歩（単鞭下勢または穿掌下勢） ④発勁動作（掩手肱捶または馬步靠）の4種類の動作を1人につきそれぞれ最低1回行うこと。  
※甲・乙の選手が別々の必選動作を行ってもよい  
例）②の動作の選択方法 甲の選手が拍脚 乙の選手が擺蓮でも可とする。
- ・動作中の選手間のコンタクト動作（接触動作）は不可（推手や対練のような選手同士の進退が接触する動作は不可とする）。

# 第33回東京都武術太極拳選手権大会

## <個人競技> 最終出場申込書

①

提出期限：2025年11月14日（金）

（この用紙は複写して使用して下さい）

フリガナ	性 別		生 年 月 日
氏 名	(姓) (名)	男・女	年 月 日 生れ
	満年齢(2026年4月1日現在の年齢を記入) 満 歳		
現 住 所	〒		電 話 ( )
同意署名	要綱に記載された「個人情報の取扱いについて」に同意します (本人署名) 年 月 日		
所属団体	東京太極拳協会 (団体印)		担当者名: 連絡先: ( )

※現住所は住民票に記載されている東京都内の住所を記入のこと。東京都外の住所を記入のものは受理しません。

※必ず同意署名欄に自筆で署名してください。

下記種目の出場料 円を添えて申し込みます。

出場種目 (該当する数字に○印を付けて下さい。種目欄のあるものには、必ず具体的に記入して下さい)

第 43 回全日本選手権大会・太極拳個人種目		
(1) 24 式太極拳 A (満 60 歳以上)	(6) 32 式、42 式太極剣 (種目: )	(11) 呉式太極拳
(2) 24 式太極拳 B (満 40 歳以上 59 歳以下)	(7) 自選太極剣・刀 (種目: )	(12) 孫式太極拳
(3) 24 式太極拳 C (満 3 9 歳以下)	(8) 48 式・88 式太極拳 (種目: )	(13) ジュニア太極拳 2 (18 歳以下)
(4) 総合太極拳 AB (満 30 歳以上)	(9) 楊式太極拳	(14) ジュニア太極拳 1 (中学生以下)
(5) 総合太極拳 C (満 29 歳以下)	(10) 陳式太極拳	
70 歳以上特別競技		
(15) 24 式太極拳 70 歳代 A (満 70 歳以上 74 歳以下)	(16) 24 式太極拳 70 歳代 B (75 歳以上 79 歳以下)	(17) 24 式太極拳 80 歳代 (満 80 歳以上)

注 1 ; 第43回全日本選手権大会・太極拳個人種目に出場する選手は、1人1種目のみ出場申込み可。

2種目以上に○印を付しているものは受理されません。ただし「ジュニア太極拳1、2」に出場する選手は他の太極拳種目1種目にも出場することが出来ます。この場合でも「ジュニア太極拳1及び2」に重複して出場することはできません。また、今大会ではジュニア太極拳2については全日本選手権の代表選抜は行ないません。

注 2 ; 70才以上特別競技と「第43回全日本選手権大会」太極拳個人種目に重複してエントリーすることはできません。ただし、団体競技についてはこの制限は設けないものとします。

注 3 ; 第43回全日本選手権大会のシード指定を受けている選手は、本大会において該当シード種目にはエントリーすることは出来ません。

注 4 ; 個人競技出場料について、加盟団体会員は； 1人1種目5,000円 × 種目数を納付して下さい。  
非加盟団体会員は； 1人1種目9,000円 × 種目数を納付して下さい。  
個人出場は； 1人1種目21,000円 × 種目数を納付して下さい。

※2つの個人競技種目に重複して申込を行う際は、上記の注1で制限した範囲内で申込んでください

注 5 ; 現住所、生年月日と満年齢が記入されていないものは、受理されません。

注 6 ; 種目(6)、(7)および(8)は、必ず種目名を( )内に記入して下さい。特に種目(7)については競技編成の都合上、出来る限り具体的な種目名の記入をお願いします。

注 7 ; 「第43回全日本選手権大会」に伝統競技種目出場を予定しており、なおかつ本大会に出場する人は必ず下記に出場の具体的な種目を記入してください。代表選抜時の重要な資料となります。

「第43回全日本選手権大会」伝統競技予備エントリー種目（種目に○を付け、具体的な種目名を記入）

伝統拳術 A・B・C 伝統器械 種目名 ( )

注 8 ; 「第43回全日本選手権大会」にジュニア太極拳2、3（規定難度太極拳）第三套路太極拳で出場予定の方は下表に○をつけて下さい。代表選抜時の重要な資料となります。

「第43回全日本選手権大会」ジュニア太極拳2、3（規定難度太極拳競技）、第三套路太極拳に参加予定です。( )

<申込受理日 年 月 日 出場料受領日 年 月 日>

## <団体競技> 最終出場申込書

(この用紙は団体競技の種目毎に作成・提出して下さい)

非加盟団体;ねんりん及び集団=17,000円、対練、推手またはペア総合太極拳=11,000円

＜申込受理日 年 月 日 出場料受領日 年 月 日＞

※この用紙は東京太極拳協会用に編集しています

2025年9月16日

# 青森国民スポーツ大会公開競技「武術太極拳」東京都代表選抜大会 開 催 要 綱

開催趣旨：

2026年(令和8年)第80回国民スポーツ大会(青の煌めきあおもり国スポ2026)公開競技「武術太極拳」の開催に向け、東京都在住者を対象に出場選手選抜を実施する。  
同時に、東京都において、武術太極拳が国体公開競技となることを指導者、選手はもちろんのこと、一般社会に知らしめるための大会でもあり、より一層の普及を図るものである。

1. 日 時：2026年2月14日(土) 午後1：00～午後7：00（予定）
2. 会 場：「駒沢オリンピック公園総合運動場」屋内球技場  
東京都世田谷区駒沢公園1番1号 TEL03-3421-6199  
(交通：田園都市線「駒沢大学駅」徒歩25分、東急バス「駒沢公園東口」、「東京医療センター」下車)
3. 主 催：NPO法人東京都太極拳連盟
4. 主 管：世田谷区武術太極拳連盟
5. 参加団体要件：東京都武術太極拳連盟に加盟する団体または日本武術太極拳連盟加盟する団体で2万円の大会分担金を納付する団体は大会参加団体として出場選手、チームを推薦できる。
6. 出場選手要件：

1) 東京都にて、『国体公開競技「武術太極拳」競技における所属都道府県の解釈・説明（2022年）6月18日』に合致する日本国籍又は日本永住の外国籍を有する人。

2) 参加要件を満たした団体に所属する人で、出場年齢規定を理解して申し込む人。

3) 出場申込期限までに「出場申込手続き」に基づいて申込手続きを行い、大会出場料を納付した人。

7. 競技種目：

番号	競技区分及び種目名	種目内容	出生期間・年齢・学籍	時間規定
少年の部＝2008年4月2日から2015年4月1日の期間に出生した者（11歳以上17歳以下）※1				
但し青森国スポの選抜対象は2008年4月2日から2012年4月1日の期間に出生した者（14歳以上17歳以下）				
011	少年男子①	ジュニア太極拳 2	出生期間は上記期間	3分以内
012	少年女子①	ジュニア太極拳 2	同上	3分以内
021	少年男子②	国際第一套路長拳（長拳B）	同上	2分以内
022	少年女子②	国際第一套路長拳（長拳B）	同上	2分以内
成年の部＝1986年4月2日から2011年4月1日の期間に出生した者（15歳以上39歳以下）※1				
但し青森国スポの選抜対象は1986年4月2日から2008年4月1日の期間に出生した者（18歳以上39歳以下）				
013	成年男子①	総合太極拳（自選）	出生期間は上記期間	4分以内
014	成年女子①	総合太極拳（自選）	同上	4分以内
023	成年男子②	自選長拳	同上	2分以内
024	成年女子②	自選長拳	同上	2分以内
シニアの部＝1966年4月2日から1989年4月1日の期間に出生した者（37歳以上59歳以下）※1				
但し滋賀国スポの選抜対象は1966年4月2日から1986年4月1日の期間に出生した者（40歳以上59歳以下）				
015	シニア男子・シニア女子	ペア24式太極拳(自選)	出生期間は上記期間	4分以内

※1（ ）内の年齢は2026年4月1日現在の年齢となっているので注意すること。  
また、今大会は普及のために2026年青森国スポにおける各種目の出場年齢に達していない選手の出場も可としている。ただし青森国スポの年齢枠に達していない選手は選抜対象外となるので注意すること。



8. 競技ルール： 「2005年国際武術套路競技規則」ならびに「武術太極拳 新国際ルール 補助ルール（2024）」に基づいて実施する。  
審判員は日本武術太極拳連盟公認国体審判員で構成する。

10. エントリーの制限：

エントリーは1人1種目のみとする。重複してエントリーすることはできない。

11. 出場料： 1人 5,000円 ペア競技も1人 5,000円とし、1チーム10,000円とする。

12. 服装規定： 出場選手のユニフォームは指定しない。

13. 表彰： 男女各種目の上位入賞者を表彰する。入賞数は以下のとおり。

申込人数：1～4人＝1人、5～10人＝3人、11～14人＝6人、15～20人＝8人、21人以上＝12人

14. 出場申込方法： 2025年11月7日（金） 必着

1）参加団体および個人出場選手は、東京太極拳協会事務局に、2025年 11月 7日（金）までに必着するように、次の書類を送付する。

2）出場料の納付；

選手権大会の出場料は、11月7日日（金）までに、下記の指定銀行口座に振り込む。

16. 個人情報及び肖像権の取り扱いについて：

- ・ 参加申込書に記載された個人情報については、国体公開競技「武術太極拳」に関する業務に使用する。
- ・ 主催者が撮影した写真については、関連ホームページ、会報等で公開されることがある。
- ・ 大会に出場する選手および保護者は出場申し込み時に上記事項について同意の上、署名すること。

17. その他：

本大会は、2026年2月14日（土）に同会場にて開催される第33回東京都武術太極拳選手権大会の競技とあわせて実施する。

出場申込・問い合わせ先：

東京太極拳協会

〒104-0035 東京都台東区西浅草2-6-2プロメッサセンタービル4階

<出場料振込先> 銀行名： 郵便振替口座00109-3-118541

## 実施種目／時間規定／自選の内容規定

### 個人競技

- |              |                     |
|--------------|---------------------|
| 少年の部（14～17歳） | ①ジュニア太極拳2：3分以内      |
|              | ②国際第一套路長拳（長拳B）：2分以内 |
| 成年の部（18～39歳） | ①総合太極拳（自選）：4分以内     |
|              | ②自選長拳：2分以内          |

※ 以上の競技の演技時間は「コート上で直立静止した状態で手足のいずれかが動いた時点から、演技を終えて終了した時点まで」とする。

#### \* 総合太極拳（自選）の内容について

演技の内容は総合太極拳の動作から構成する。

26式太極拳をそのまま演技してもよい。

それ以外の動作が含まれた場合は減点の対象となる。

演技の表現のために左右逆の動作の組み合わせや動作の数、順序、方向等を変更することができる。

#### \* 自選長拳の内容について

演技の内容は選手の創意に任せる。

長拳規定套路（国際第一、第二、第三套路等）をそのまま演技してもよい。

自選難度競技の難度動作を含んでもよい。

ただし、自選の難度動作、第三套路とも、難度の採点は行わない。

### ペア競技

- |               |               |
|---------------|---------------|
| シニアの部（40～59歳） | ペア24式太極拳：4分以内 |
|---------------|---------------|

※ 以上の競技の演技時間は、コート上で直立静止した状態で手足のいずれかが動いた時点から、演技を終えて終了した時点までとする。

#### \* ペア24式太極拳（自選）の内容について

演技の内容は24式太極拳の動作から構成する。

ただし、2人の選手がそれぞれ「蹬脚」と「下勢」を最低1回以上行うこと。

24式太極拳の動作を使用していても、推手・対練などの組手の演技を含んではならない。

24式太極拳以外の動作が含まれた場合、組手の演技が含まれた場合は減点の対象となる。

隊列の構成は各ペアの創意に任せ、一定の隊列図案を構成するように、また演技の表現のために左右逆の動作の組み合わせや動作の数、順序、方向等を変更することができる。

青森国民スポーツ大会公開競技「武術太極拳」東京都代表選抜大会  
(個人競技用)出 場 申 込 書

(この用紙は複写して使用)

提出期限:2025年11月14日(金)

フリガナ				性 別	国 籍
氏 名	(姓)	(名)		男・女	
生 年 月 日	西暦	年	月	日生	2026年4月1日現在 満 ( )歳
現 住 所	〒 一 電話: ( )				
個人情報の取扱いについて	要綱に記載された個人情報及び肖像権の取り扱いについて同意する。 2025年 月 日 (本人署名) (保護者署名) ※出場者が18歳未満の場合				
所属団体名	東京太極拳協会				(印)
所属都県連盟					(印)

\* 出場種目 \* 該当する種目の番号を○で囲むこと。

番号	競技区分及び種目名	種目内容	出生期間	時間規定
少年の部＝2008年4月2日から2015年4月1日の期間に出生した者(11歳以上17歳以下) 但し青森国スポの選抜対象は2008年4月2日から2012年4月1日の期間に出生した者(14歳以上17歳以下)				
011	少年男子①	ジュニア太極拳2	出生期間は上記	3分以内
012	少年女子①	ジュニア太極拳2	同上	3分以内
021	少年男子②	国際第一套路長拳	同上	2分以内
022	少年女子②	国際第一套路長拳	同上	2分以内
成年の部＝1986年4月2日から2011年4月1日の期間に出生した者(15歳以上39歳以下) 但し青森国スポの選抜対象は1986年4月2日から2008年4月1日の期間に出生した者(18歳以上39歳以下)				
013	成年男子①	総合太極拳(自選)	出生期間は上記	4分以内
014	成年女子①	総合太極拳(自選)	同上	4分以内
023	成年男子②	自選長拳	同上	2分以内
024	成年女子②	自選長拳	同上	2分以内

※上記( )内の年齢は2026年4月1日現在の年齢となっているので注意すること。

出場申込者が18歳未満の場合は、保護者の同伴又は参加への同意が必要となる。

同伴する保護者

保護者同意署名

2026年青森国スポの選抜選手になった場合、青森国スポに( 参加する ・ 参加しない )

青森国民スポーツ大会公開競技「武術太極拳」東京都代表選抜大会  
(ペア競技用)出 場 申 込 書  
(この用紙は複写して使用)

※この申込書は二枚一組で提出すること。

提出期限:2025年11月14日(金)

代表者 ・ パートナー (いずれかを○で囲むこと。)

フリガナ		性 別	国 籍
氏 名	(姓) (名)	男・女	
生 年 月 日	西暦 年 月 日生 2026年4月1日現在 満 ( )歳		
現 住 所	〒 一 電話: ( )		
個人情報の取扱いについて	要綱に記載された個人情報及び肖像権の取り扱いについて同意する。 (本人署名)	2025年 月 日	
所属団体名	東京太極拳協会	(印)	
所属都県連盟		(印)	

\*出場種目\* 該当する種目の番号を○で囲むこと。

番号	競技区分及び種目名	種目内容	出生期間	時間規定
シニアの部=1966年4月2日から1989年4月1日の期間に出生した者(37歳以上59歳以下) 但し青森国スポの選抜対象は1966年4月2日から1986年4月1日の期間に出生した者(40歳以上59歳以下)				
015	シニア男子・シニア女子	ペア24式太極拳(自選)	出生期間は上記	4分以内

※上記年齢は2026年4月1日現在の年齢となっているので注意すること。

※ペア24式太極拳に出場する相手氏名を以下に記入すること。

代表者 ・ パートナー (いずれかを○で囲むこと。)

フリガナ		性 別	国 籍
氏 名	(姓) (名)	男・女	
生 年 月 日	西暦 年 月 日生 2026年4月1日現在 満 ( )歳		

2026年青森スポの選抜選手になった場合、青森国スポに( 参加する ・ 参加しない )