

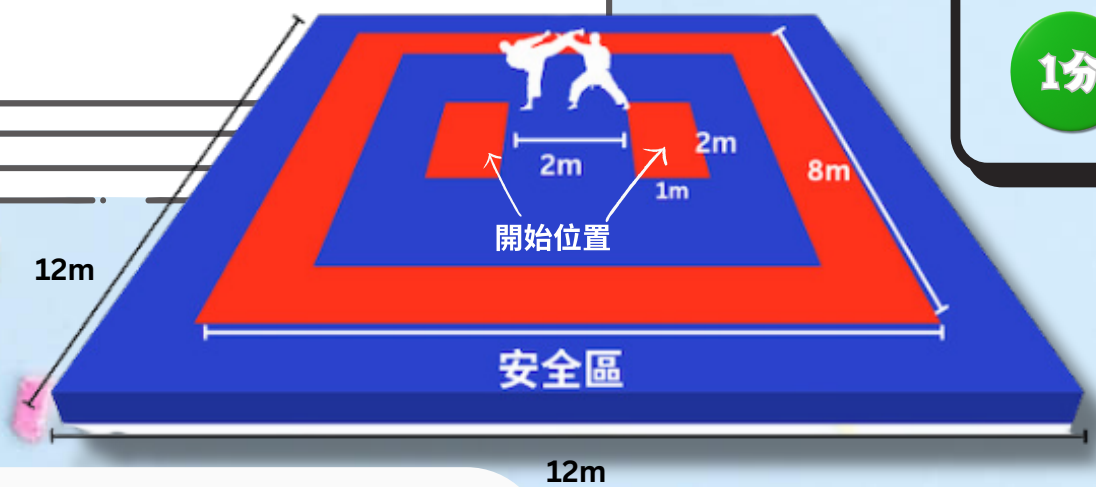


空手道賽制和基本知識



空手道起源於中國，發展於日本，是融合了中國傳統武術精髓和琉球民間古老拳術而形成的武道項目

組手比賽場地
選手會在8米x8米的正方形競賽區域中進行比賽，外側各邊留下2米安全區，在安全區中施展的招式皆不會採計分數。而場中間兩個相距2米的長方形是雙方選手開始/恢復比賽的位置。



組手

形式：對戰

如何獲勝？

- 3分鐘時間內如一方領先對手多達8分；
- 比賽時間結束時得分較高者；
- 如雙方得分相同，比賽中先得分一方獲勝；
- 如3分鐘比賽中雙方均未得分，將由5名比賽裁判根據選手表現以投票方式決定勝負；或
- 因對手犯規、失格或棄權而獲勝

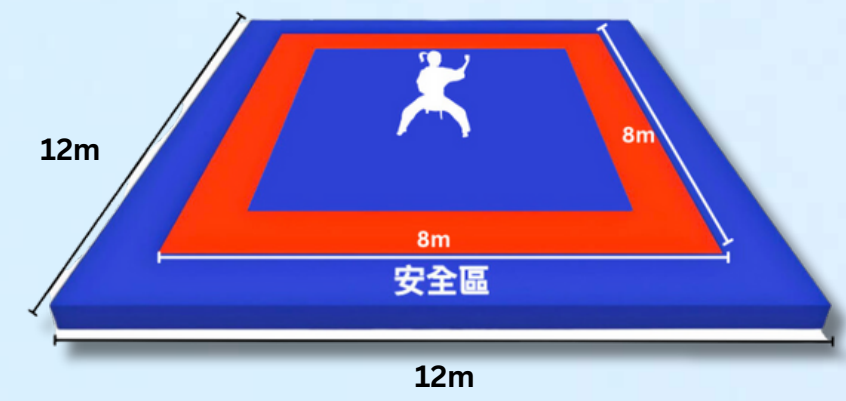
得分

- 3分 一本 (IPPON)** 上段踢 (臉/頭/頸)，摔技
- 2分 技有 (WAZA-ARI)** 中段踢 (腹/胸/背/側面)
- 1分 有效 (YUKO)** 手部直擊或打擊



小知識1：「型」的空手道服
採用質地厚又硬挺的布料，也不配備任何輔助套和護具，選手迅速施展動作時會產生衣服的摩擦聲。

空手道何時成為亞運項目？
1994年日本廣島舉辦的第12屆亞運會



型

形式：動作技巧展示

運動員只能演練世界空手道聯盟規定的「型」，由7名裁判根據選手場上表現評分，在去掉一個最高分和一個最低分後計算總分，經過淘汰賽決定勝負和最終名次。

型比賽場地

選手會在8米x8米的正方形競賽區域中進行比賽，外側各邊留下2米安全區，在安全區中施展的招式皆不會採計分數。

小知識2：注重禮儀的運動

空手道十分注重禮儀，特別是「型」，例如在開始前後沒有敬禮或表演時腰帶掉落都會失去比賽資格。

參考資料：杭州第19屆亞運會官方網頁
世界空手道聯盟形比賽例(2023)
世界空手道聯盟組手比賽例(2023)