



詠 春 體 育 會  
VING TSUN ATHLETIC ASSOCIATION LTD.

會址：九龍旺角水渠道三號長寧大廈三樓C座 3, NULLAH ROAD, 2C/FL., KOWLOON, HONG KONG.  
Tel: (852) 2381-6044  
Fax: (852) 2381-6042

Email: vtaa@vingtsun.org.hk  
Website: <http://www.vingtsun.org.hk>

TM

## 葉問系詠春套路及擒手比賽(2019)

詠春體育會主辦『葉問系詠春套路比賽及擒手比賽』，將於2019年11月17日（星期日）舉行。

比賽時間： 2019年11月17日上午10時開始

比賽地點： 尖沙咀街坊福利會禮堂舉行  
九龍尖沙咀彌敦道136號

比賽項目： (a) 小念頭  
(b) 尋橋  
(c) 標指  
(d) 木人樁  
(e) 擒手技法對拆

(小念頭、尋橋、木人樁以葉問宗師示範短片為準，標指以葉正師傅示範短片為準，擒手以本會通過示範短片為參考，詳情在本會網頁<http://www.vingtsun.org.hk> 查看。)

比賽細則：

A. 組別：

套路項目：(a)至(d)

- 男女子中童組 (8歲至11歲以下)
- 男女子少年組 (11歲至14歲以下)
- 男女子青年組 (14歲至18歲以下)
- 男女子成年組 (18歲至45歲以下)
- 男女子資深組成年組 (45歲至75歲)
- 團體組 (a)(b)(c)項目(8歲至75歲；最少8人，最多15人)

\*分男子組及女子組 (除團體組外)

\*按比賽日期2019年11月17日計算以身份證明文件為準



詠 春 體 育 會  
VING TSUN ATHLETIC ASSOCIATION LTD.

會址：九龍旺角水渠道三號長寧大廈三樓C座 3, NULLAH ROAD, 2C/FL., KOWLOON, HONG KONG.  
Tel: (852) 2381-6044 Email: vttaa@vingtsun.org.hk  
Fax: (852) 2381-6042 Website: http://www.vingtsun.org.hk

TM

繃手項目:(e) 以每組 (2 人) 為單位整體評分

- 男女子青年組 (14 歲至 18 歲以下)
- 男女子成年組 (18 歲至 45 歲以下)
- 男女子資深成年組 (45 歲至 75 歲)

\*分男子組、女子組及男女子混合組

\*按比賽日期 2019 年 11 月 17 日計算以身份證明文件為準

名額有限，以先到先得方式(按郵件或電郵日期為準)，大會保留最終決定權，任何有關活動的改動或消息，將以本會網站公布為準。

B. 比賽規定時限：

- 各項賽事均須有 4 位參賽者或以上方可成賽，亦只有金、銀獎；
- 達 6 位參賽者或以上，才有金、銀、銅獎；
- 套路賽 (a 至 d 項目) 1 分鐘 30 秒至 3 分鐘內完成；
- 繃手賽 (e 項目) 1 分鐘至 2 分鐘內完成。

C. 參賽辦法資格

- 任何葉問系同門
- 每位參賽者最多可參加共三個項目(套路或繃手)
- 參賽人員均須簽署[安全責任聲明]乙份，請按 ([附件一](#)) 下載 (未簽署有關聲明的參賽者不得參賽)

D. 套路及繃手評分準則

- 一、禮儀：合適的服飾及應有的禮儀。
- 二、手形/步形：能表現本門特色的正確肢體動作。
- 三、手法/腳法：正確的動作軌跡，合乎動作規範，方法正確。
- 四、腰馬步：身形及身法的配合，使重心穩固，能勁力順達，力點準確。
- 五、結構：整套動作應與本門詠春的風格保持一致。套路要求，結構嚴密，編排合理，內容充實；對練要求，結構緊湊，動作逼真，風格突出，配合嚴密，攻防合理。
- 六、熟練/流暢：節奏恰當，精神貫注，技術熟練。
- 七、功力：意、氣、神、勁，內外高度統一，能表現出整勁。



詠 春 體 育 會  
VING TSUN ATHLETIC ASSOCIATION LTD.

會址：九龍旺角水渠道三號長寧大廈三樓 C 座 3, NULLAH ROAD, 2C/FL., KOWLOON, HONG KONG.  
Tel: (852) 2381-6044 Email: vttaa@vingtsun.org.hk  
Fax: (852) 2381-6042 Website: http://www.vingtsun.org.hk

TM

- E. 賽事編排由大會統籌安排
- F. 裁判由大會指定
- G. 獎項
- 各組別各比賽項目設金、銀、銅獎及優異獎。
- H. 報名辦法
- 報名表格請按[報名表]下載  
[套路比賽 2019-個人報名表](#)  
[套路比賽 2019-團體報名表](#)  
[翻手比賽 2019-報名表](#)
  - 交付報名費方法：  
請以現金或支票（抬頭請寫「詠春體育會有限公司」）  
存入本會銀行賬戶，資料如下：  
銀行賬戶名稱： 詠春體育會有限公司  
或 Ving Tsun Athletic Association Limited  
賬戶編號： 匯豐銀行 001-147776-002
  - 請將報名表格連同銀行存款單一併寄回或電郵給本會，  
Email: [vttaa@vingtsun.org.hk](mailto:vttaa@vingtsun.org.hk)，請註明 2019 比賽報名表；
  - 請自行影印報名表格及存款單作副本，以便核對。
- I. 截止報名時間： 2019 年 9 月 30 日
- J. 個人每項目報名費港幣 200 元；翻手賽每組港幣 400 元；  
團體賽報名費港幣 200 元，其後每位參加者加 100 元  
（例如：8 人參加，即 200 元 + 800 元 = 1,000 元）
- K. 凡參加比賽人仕，均獲發出席證書乙張及精美 T 恤乙件。

詠春體育會主席 謹啟  
二零一九年七月五日

