

第三十三節 跆拳道場地(Taekwondo)

最新修正日期：2018/04/17

一、前言

依教育部體育署體育運動大辭典所述，「跆拳道」是一種利用手、腳並用的格鬥性競技運動，其競賽分為「品勢」和「對打」項目，而「對打」為雙人同場競技的項目，雙方選手依循比賽規則規定，進行身體碰觸與力量衝撞的比賽。可分為男子與女子兩種組別。另「品勢」為招式演練的競賽項目，分為男、女個人賽，男女混雙賽及男、女3人團體賽等5組。有關跆拳道項目之單項協會組織如下：

國際組織：世界跆拳道聯合會(World Taekwondo)

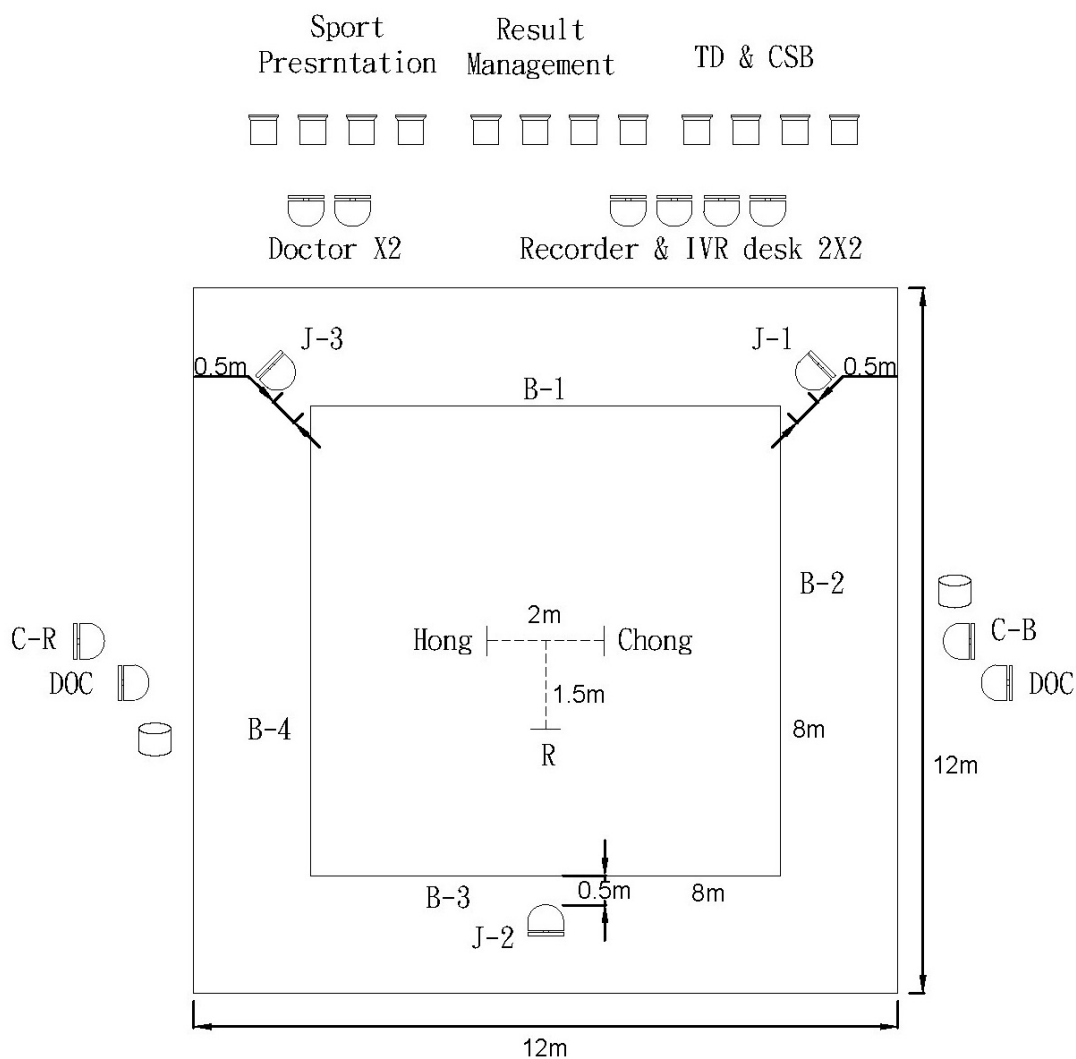
亞洲組織：亞洲跆拳道聯盟(Asian Taekwondo Union，簡稱 ATU)

國內組織：中華民國跆拳道協會

二、跆拳道場地之通則規範

(一)比賽場地規格

- 1、比賽區必須為水平、無障礙，並鋪設有彈性、不易打滑，且經世界跆拳道聯合會認證指定專用比賽墊。
- 2、比賽場地應根據實際需要設置一個高於地面 0.6 至 1 公尺的平臺，為保障選手的安全，平臺的外緣應傾斜小於 30 度。正方形及八角形場地為世界跆拳道聯合會認可之場地規格。
- 3、正方形場地規格：
 - (1) 比賽區包含劃線場地和 safety 區。
 - (2) 方形劃線場地應 8 公尺×8 公尺。
 - (3) 比賽區域的大小應介於 10 公尺×10 公尺到 12 公尺×12 公尺。
如果比賽區需設置在平臺上，該 safety 區可以依實際需求增加，以確保參賽者的安全。
 - (4) 比賽區和 safety 區應以不同的顏色標示。



B-1~4	Boudary Lines #1 to#4	第一~四邊界線
J-1~3	Corner Judges #1 to#3	第一~三副審裁判
R	Center Referee	主審裁判
C-R	Coach (Red/Hong)	紅方指導教練
C-B	Coach (Blue/Chong)	青方指導教練
DOC	Team Doctor	隊醫
Doctor	Commision Doctor	委任醫生
IVR	評判即時錄影重播之技術委員	
TD&CSB	仲裁委員及競賽管理委員會	

圖 33-1 跆拳道競賽場地配置

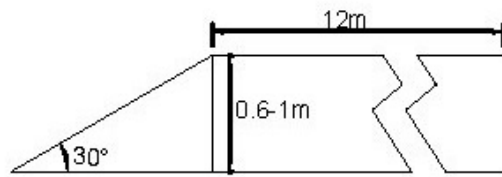


圖 33-2 跆拳道比賽平台尺寸圖

資料來源：中華民國跆拳道協會(2013)。WTF 競賽規則與解釋說明，4。

4、八角形場地規格：

- (1) 比賽區包含劃線場地和安全區。
- (2) 比賽區域的大小應介於 10 公尺×10 公尺到 12 公尺×12 公尺。
- (3) 在該中心的劃線區為八角形賽區，劃線場地為直徑 8 公尺，八邊形的各邊長為 3.3 公尺長。
- (4) 劃線場地之界外線和比賽區的邊界線之間為安全區。比賽區和安全區域應不同的顏色。
- (5) 比賽區域的淨高不應高於 6 公尺。

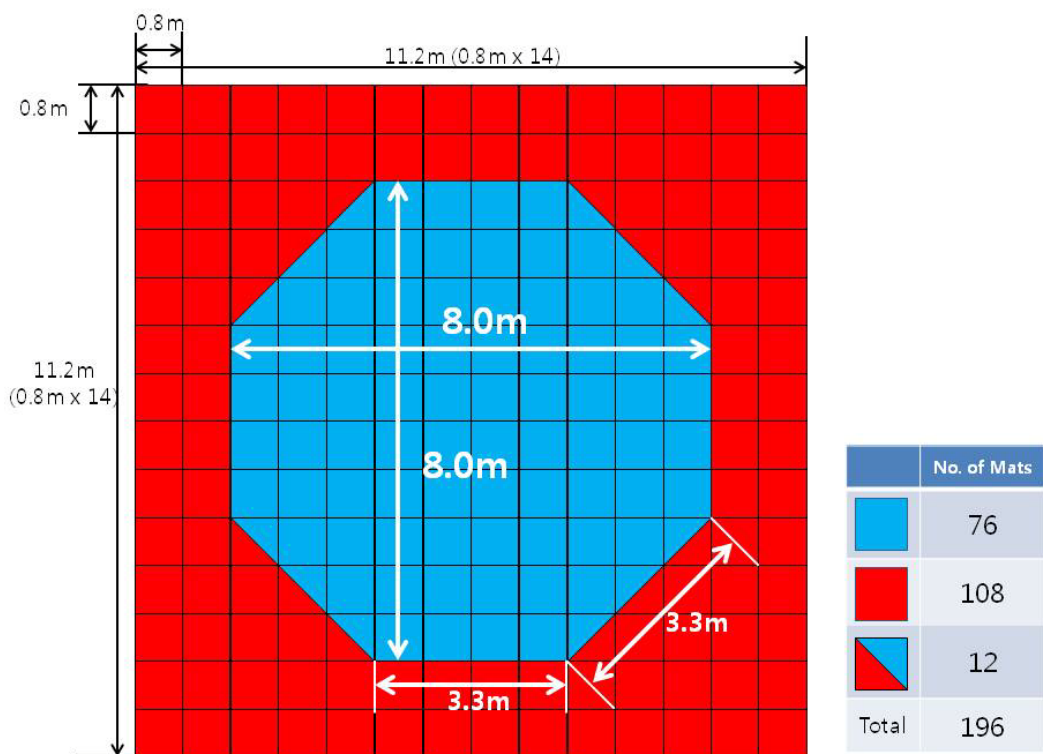


圖 33-3 跆拳道八角型場地

資料來源：World Taekwondo Federation(2015). Competition Rules & Interpretation,7.

(二)位置指示

- 1、相鄰記錄臺和臨場醫護臺的前邊界線應被視為 1 號邊界線。
- 2、從 1 號邊界線開始，順時鐘方向依序為 2 號、3 號和 4 號邊界線。
- 3、裁判的位置應標示在距離比賽區中心點 1.5 公尺向 3 號邊界線方向處。
- 4、側邊裁判的位置
 - (1) 第一個側邊裁判的位置應標示在面向和距離 1 號和 2 號邊界線的中心點 0.5 公尺處。
 - (2) 第二個側邊裁判的位置應標示在 2 號邊界線的底部角落以及面向和距離場地的中心點 0.5 公尺處。

(3) 第三個側邊裁判的位置應標示在 4 號邊界線的上角以及和第一個側邊裁判對稱處。

- 5、記錄臺的位置：應標示在第一個側邊裁判後面至少 2 公尺，且面向比賽場地。
- 6、臨場醫護臺的位置：臨場醫護臺的位置應標示在距離 1 號邊界線的右側至少 3 公尺處。
- 7、選手的位置：選手的位置應為兩個相對的點，面對和距離比賽區中心點 2 公尺處，距離 1 號邊界線 5 公尺處，面對 2 號邊界線的是紅色選手，面對 4 號邊界線的是藍色選手。
- 8、教練的位置：教練的位置應標示在距離邊界線的中心點 1 公尺處，比賽期間不得站立執教，不得離開 1 公尺×1 公尺指定區。
- 9、檢錄臺的位置：檢錄臺的位置應位於比賽場地的入口處，以便檢查選手的保護設備。

三、熱身區和訓練區的基本規範

(一)基本要求

- 1、熱身區和訓練區的最小面積要求為 800 平方公尺。
- 2、應設置至少 4 個標準的熱身和訓練墊子。
- 3、兩個墊子之間應有 3 至 4 公尺的空間。
- 4、熱身和訓練的墊子須經世界跆拳道聯盟認證。
- 5、區域的淨高應至少為 6 公尺。

(二)設備

- 1、應在適當的地方懸掛一個重量 70 到 80 公斤的沙袋，至少須距離熱身和訓練場地的牆壁 2 公尺。
- 2、應在牆上設置大尺寸的鏡子。

(三)其他要求

- 1、可視實際場地條件各別設置男子和女子運動員約 100 平方公尺之運動員休息室，並包含置物櫃、更衣室、廁所、浴室和按摩區。
- 2、運動員的上/下車區應靠近熱身和訓練場地。

- 3、應有設施和儲藏室放置設施和運動設備以及相關的儲存室在熱身和訓練場地，並包含儲存相關的技術設施和運動設備的房間。
- 4、可視實際場地條件設置重量訓練室和簡單的醫護室。

四、我國跆拳道設施分級參考表

設施等級 尺寸位置	(觀賞性) 競技場地 (國際性、全國性)			訓練、教學場地			休閒、推廣場地		
	A1	A2	A3	B1	B2	B3	C1	C2	C3
比賽場地(八角)邊長	11.2m			>10m(<12m)					
比賽場地內圍八角	直徑8m邊長3.3m								
比賽場地(方形)	—			9 x 9m					
比賽場地(方形) (含安全區域)	—			>11 x 11m					
空間淨高	>10m			—					
地板面積	40m x 60m			—					
場與場間距	—			>3m					
照度(lux)	1500	1000		750			500		
認證設施	墊子			—					

備註：

- 1、有關跆拳道設施場館之附屬設施空間規劃請參閱第一章第一節之附屬設施空間規劃說明。
- 2、本手冊各項運動設施規格係依各國國際單項總會要求所修訂，讀者可依據閱讀需求自行至各運動單項總會網站參照最新資訊。
- 3、跆拳道八角形賽區係由邊長 0.8 公尺之比賽墊拼成，實際比賽面積為 11.2m x 11.2m，競賽規則所述比賽區域的大小應介於「10m x 10m」至「12m x 12m」。