



圖解奧運：跆拳道

●選手



身體的護具有三個標色區域，為主要計分區。

場邊三位副審
以三角形方位坐定，雙手手持代表「青」、「紅」兩隊選手電子計分器，比賽進行中以三位副審判定選手得分，即以計分。

●場地



12公尺
10公尺

比賽外緣區
比賽區域

8公尺
10公尺

高架130公分的競賽台

最外緣



比賽站姿



側踢對手臉部



跳躍攻擊對手臉部



正拳中端攻擊



側踢中端攻擊



前踢中端攻擊

●有效得分

對戰時，以腳部側踢、旋踢、後踢等得分動作踢中對方頭部或身體護具的得分區域，即算一分，但得分動作必須明顯有力、動作積極主動，才能被副審判定有效得分。比賽進行間，不得以故意攻擊對手護具外部分，否則會被判扣分，規避進攻或延誤比賽，主審得視情形判處「警告」，累計兩次「警告」，扣一分，扣滿三分或計滿六次警告者，即被判失格。比賽過程，一方被對手擊中無法比賽，或經主審讀秒無力再賽，也算失格。

●規則

首度列入奧運，男女各依體重輕重各分四個量級級別，採單淘汰制、銅牌戰以「改良式的淘汰賽」進行，以籤表兩邊只輸給晉級決賽選手的選手對陣。比賽以三分鐘、三回合總分判定勝負，若平分，主審有勝負裁量權。



9月	27	28	29	30
比賽日	●	●	●	●

(路透圖表)