

UBND THÀNH PHỐ HÀ NỘI  
**SỞ VĂN HÓA VÀ THỂ THAO**

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM  
**Độc lập – Tự do – Hạnh phúc**

Số: *2629*/SVHTT-QLTDTT

Hà Nội, ngày *09* tháng *8* năm 2022

V/v thông báo thời gian, địa điểm tổ chức thi đấu các môn thể thao đối tượng thanh niên, CNVCLĐ, LLVT, người cao tuổi Đại hội Thể dục thể thao Thủ đô lần thứ X

Kính gửi:

- UBND các quận, huyện, thị xã;
- Các Sở, ban, ngành thành phố Hà Nội.

Thực hiện Kế hoạch số 05/KH-UBND ngày 11/01/2021 của UBND thành phố Hà Nội về việc tổ chức Đại hội Thể dục thể thao Thủ đô lần thứ X năm 2021-2022; Điều lệ số 1889/ĐL-SVHTT ngày 15/7/2021 của Sở Văn hóa và Thể thao về việc ban hành Điều lệ thi đấu các môn thể thao đối tượng thanh niên, CNVC LĐ, chiến sỹ lực lượng vũ trang, người cao tuổi Đại hội Thể dục thể thao Thủ đô lần thứ X năm 2021-2022; Thông báo số 831/TB-UBND ngày 08/12/2022 của UBND thành phố Hà Nội về việc điều chỉnh thời gian tổ chức Đại hội Thể dục thể thao các cấp.

Sở Văn hóa và Thể thao Hà Nội thông báo thời gian, địa điểm tổ chức thi đấu các môn thể thao đối tượng thanh niên, CNVC LĐ, chiến sỹ lực lượng vũ trang và người cao tuổi Đại hội TDTT Thủ đô lần thứ X năm 2021-2022 (kèm theo lịch thi đấu và Điều lệ số 1889/ĐL-SVHTT ngày 15/7/2021).

**Nơi nhận:**

- Như trên;
- Ban Giám đốc Sở;
- CVP Sở;
- TT HL&TĐ TDTT HN;
- Lưu: VP, (QLTDTT 3b).

**KT.GIÁM ĐỐC  
PHÓ GIÁM ĐỐC**



**Phạm Xuân Tài**

**LỊCH THI ĐẤU CÁC MÔN THỂ THAO ĐỐI TƯỢNG THANH NIÊN, CNVCLĐ, CHIẾN SỸ LLVT, NGƯỜI CAO TUỔI  
ĐẠI HỘI THỂ DỤC THỂ THAO THỦ ĐÔ LẦN THỨ X NĂM 2021-2022**

*(Ban hành theo Công văn số: 2629 ĐL/SVHTT ngày 09/ 8/2022)*

TT	Môn	Đăng ký thi đấu		Họp chuyên môn		Thi đấu	
		Ngày	Địa điểm	Thời gian	Địa điểm	Thời gian	Địa điểm
1	Bóng chuyền hơi NCT	29/8/2022	Phòng QL TDTT	9h00 ngày 31/8/2022	NTĐ huyện Thanh Trì	5-8/9/2022	NTĐ huyện Thanh Trì
2	Quần vợt	31/8/2022	Phòng QL TDTT	14h30 ngày 5/9/2022	Sân Điền kinh trong nhà	7-10/9/2022	Sân Điền kinh trong nhà
3	Bóng bàn	5/9/2022	Phòng QL TDTT	9h00 ngày 9/9/2022	NTĐ Trịnh Hoài Đức	12-15/9/2022	NTĐ Trịnh Hoài Đức
4	Võ cổ truyền	7/9/2022	Phòng QL TDTT	9h00 ngày 9/9/2022	NTĐ quận Hà Đông	13-16/9/2022	NTĐ quận Hà Đông
5	Cầu lông	16/9/2022	Phòng QL TDTT	9h00 ngày 19/9/2022	NTĐ huyện Đan Phượng	21-24/9/2022	NTĐ huyện Đan Phượng
6	Thể dục dưỡng sinh NCT	16/9/2022	Phòng QL TDTT	9h00 ngày 20/9/2022	NTĐ Trịnh Hoài Đức	24-25/9/2022	Tượng đài Lý Thái Tổ
7	Vật tự do, vật dân tộc	23/9/2022	Phòng QL TDTT	14h00 ngày 26/9/2022	NTĐ huyện Đan Phượng	27-30/9/2022	NTĐ huyện Đan Phượng
8	Vovinam	3/10/2022	Phòng QL TDTT	9h00 ngày 06/10/2022	NTĐ huyện Hoài Đức	10-13/10/2022	NTĐ huyện Hoài Đức
9	Kéo co	7/10/2022	Phòng QL TDTT	14h00 ngày 11/10/2022	NTĐ quận Hà Đông	14-15/10/2022	NTĐ quận Hà Đông
10	Khiêu vũ thể thao	11/10/2022	Phòng QL TDTT	9h00 ngày 13/10/2022	NTĐ Trịnh Hoài Đức	15-16/10/2022	NTĐ Trịnh Hoài Đức
11	Cờ tướng NCT	11/10/2022	Phòng QL TDTT	9h00 ngày 14/10/2022	NTĐ quận Hà Đông	17-20/10/2022	NTĐ quận Hà Đông
12	Điền kinh	14/10/2022	Phòng QL TDTT	9h00 ngày 17/10/2022	Sân Điền kinh Hà Nội	20-23/10/2022	Sân Điền kinh Hà Nội

Số: 1889 /ĐL-SVHTT

Hà Nội, ngày 15 tháng 4 năm 2021

**ĐIỀU LỆ**  
**THI ĐẤU CÁC MÔN THỂ THAO ĐỐI TƯỢNG THANH NIÊN,**  
**CNVC LĐ, CHIẾN SỸ LLVT VÀ NGƯỜI CAO TUỔI**  
**ĐẠI HỘI TDTT THỦ ĐÔ LẦN THỨ X NĂM 2021 - 2022**

**I. Mục đích, ý nghĩa**

- Chào mừng các ngày lễ lớn trong năm.
- Tiếp tục hưởng ứng cuộc vận động "*Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại*", duy trì và đẩy mạnh phong trào tập luyện và thi đấu các môn thể thao trong đối tượng thanh, thiếu niên, CNVC lao động, chiến sỹ LLVT và người cao tuổi trên địa bàn Thành phố Hà Nội.
- Thông qua các cuộc thi đấu để tăng cường sự hiểu biết, giao lưu, học hỏi kinh nghiệm giữa các địa phương với nhau.

**II. Đơn vị và đối tượng dự thi**

**1. Đơn vị dự thi:**

Mỗi đơn vị quận, huyện, thị xã, sở, ngành, đoàn thể là một đơn vị thi đấu tham dự các môn thi theo Điều lệ quy định.

**2. Đối tượng dự thi:**

Là công dân Thủ đô có hộ khẩu thường trú, tạm trú (từ 12 tháng trở lên tính đến thời điểm tổ chức môn thi) đang sinh sống, học tập và làm việc tại Hà Nội, có đủ sức khoẻ tham gia thi đấu.

**3. Các VĐV không được tham gia thi đấu gồm:**

- Các VĐV đang hưởng chế độ bồi dưỡng đào tạo VĐV chuyên nghiệp ở tất cả các môn thể thao (kể cả các VĐV đã thôi không hưởng chế độ bồi dưỡng của ngành Văn hóa và Thể thao, Công an, Quốc phòng, Giáo dục và Đào tạo và các Trung tâm huấn luyện thể thao các ngành chưa quá thời hạn 24 tháng tính đến thời điểm tổ chức thi đấu); các VĐV tham gia thi đấu giải quốc gia, quốc tế cho các tỉnh, thành, ngành do Tổng cục TDTT tổ chức; các VĐV đạt đẳng cấp từ cấp I trở lên ở tất cả các môn thể thao chuyên nghiệp (từ năm 2020 trở lại đây); các VĐV là học sinh, sinh viên trong các trường đại học TDTT, trường cao đẳng, đại học sư phạm chuyên ngành giáo dục thể chất.

- Các VĐV đã thi đấu ở các môn thể thao học sinh phổ thông thành phố Hà Nội năm học 2021 - 2022.

**III. Đăng ký dự thi**

1. Giám đốc Trung tâm Văn hóa, Thông tin và Thể thao (Sở, ngành, đoàn thể) phải chịu hoàn toàn trách nhiệm trước Giám đốc Sở Văn hóa và Thể thao Hà Nội về nhân sự của đơn vị mình.

2. Danh sách đăng ký dự thi phải có chữ ký và đóng dấu của Lãnh đạo Trung tâm Văn hóa, Thông tin và Thể thao, Sở, ngành, đoàn thể. Mỗi môn thi lập 02 bản đăng ký theo mẫu quy định từng môn, nộp về 2 nơi: Bộ môn (theo địa chỉ từng môn) và phòng Quản lý Thể dục thể thao Sở Văn hóa và Thể thao Hà Nội (cho cán bộ phụ trách) số 47 Hàng Dầu, Hoàn Kiếm, Hà Nội. Thời gian nộp đã được ghi trong lịch thi đấu.

3. Kèm theo các giấy tờ sau:

- Phiếu thi đấu có dán ảnh VĐV đóng dấu giáp lai của Trung tâm, Sở, ngành, đoàn thể vào ảnh và đủ các chữ ký, dấu theo quy định.
- Phía dưới ảnh ghi rõ họ tên, ngày tháng năm sinh, chữ ký của VĐV.
- Giấy khám sức khỏe do cơ quan y tế có thẩm quyền cấp chứng nhận đủ sức khỏe tham gia thi đấu thể thao.
- Bản photo công chứng căn cước công dân.
- Bản photo công chứng hộ khẩu hoặc đăng ký tạm trú.

#### **IV. Nội dung, thời gian và địa điểm thi đấu**

##### **1. Nội dung thi đấu:**

Sở Văn hoá và Thể thao tổ chức thi đấu 09 môn thể thao dành cho đối tượng thanh niên, CNVC LĐ, chiến sỹ LLVT và 03 môn thể thao cho người cao tuổi.

##### **2. Thời gian và địa điểm thi đấu:**

Thời gian và địa điểm thi đấu của từng môn (có thông báo cụ thể sau).

#### **V. Khen thưởng, kỷ luật**

##### **1. Khen thưởng:**

Ban tổ chức trao huy chương, cờ cho các VĐV, đội đạt thành tích nhất, nhì và đồng hạng ba ở các nội dung thi đấu cá nhân và đồng đội.

##### **2. Kỷ luật:**

Cá nhân, đơn vị vi phạm Chỉ thị 15/2002/CT-TTg ngày 26/7/2002 của Thủ tướng Chính phủ về chống tiêu cực trong các hoạt động TDTT, vi phạm Điều lệ và những quy định của Ban tổ chức, tùy theo mức độ vi phạm sẽ bị kỷ luật từ phê bình, cảnh cáo đến tước quyền thi đấu. Ban tổ chức sẽ kiến nghị với Ban giám đốc, Hội đồng Thi đua - Khen thưởng Sở Văn hoá và Thể thao Hà Nội xem xét đánh giá kết quả thi đua cuối năm đối với đơn vị vi phạm, xử lý thích đáng đối với cán bộ, huấn luyện viên, lãnh đạo đơn vị vi phạm điều lệ Giải.

Ban tổ chức sẽ có văn bản thông báo kỷ luật gửi tới UBND và Trung tâm Văn hóa, Thông tin và Thể thao các quận, huyện, thị xã.

#### **VI. Kinh phí**

Ban tổ chức chịu trách nhiệm kinh phí tổ chức giải.

Các đơn vị tham dự giải tự túc toàn bộ kinh phí đi lại, ăn, ngủ, trang phục và bồi dưỡng cho VĐV thuộc đơn vị mình.

## **CHƯƠNG II**

### **ĐIỀU LỆ THI ĐẤU TỪNG MÔN**

#### **I. Môn Điền kinh**

1. Nội dung thi đấu: 100m (nam, nữ); 200m (nam, nữ); 400m (nam, nữ); 800m (nam, nữ); 1.500m (nam, nữ); 3.000m nữ; 5.000m nam; nhảy xa (nam, nữ); nhảy cao (nam, nữ); co tay xà đơn nam; chống đẩy nữ.

2. Đối tượng tham dự: Nhóm tuổi từ 19 - 35 tuổi (sinh năm 1987 - 2003).

3. Số lượng VĐV:

- Mỗi đơn vị được đăng ký 02 VĐV nam, 02 VĐV nữ cho mỗi nội dung thi đấu.

4. Thể thức thi đấu: thi đấu cá nhân.

5. Luật thi đấu: Áp dụng luật thi đấu Điền kinh do Tổng cục TDTT ban hành.

\* Phụ trách chuyên môn: Đ/c Nguyễn Thị Bích Vân. ĐT: 0983.050.869

\* Cán bộ phụ trách: Nguyễn Thị Tĩnh. ĐT: 0947.476.796

#### **II. Môn Cầu lông**

1. Nội dung thi đấu: Đôi nam, đôi nữ, đôi nam nữ.

2. Đối tượng tham dự: (chia thành 4 nhóm tuổi):

a. Nhóm tuổi 1: 19 - 30 tuổi (Sinh năm 1992 - 2003).

b. Nhóm tuổi 2: 31 - 40 tuổi (Sinh năm 1982 - 1991).

c. Nhóm tuổi 3: 41 - 50 tuổi (Sinh năm 1972 - 1981).

d. Nhóm tuổi 4: 51 - 60 tuổi (Sinh năm 1962 - 1971).

3. Số lượng VĐV:

- Mỗi đơn vị được đăng ký mỗi nội dung 01 đôi ở mỗi nhóm tuổi.

- Mỗi VĐV chỉ được đăng ký thi đấu 01 nội dung.

4. Thể thức thi đấu: Căn cứ vào số lượng đăng ký ở từng nhóm tuổi Ban tổ chức sẽ chọn hình thức thi đấu cho phù hợp.

5. Luật thi đấu:

- Áp dụng theo Luật thi đấu Cầu lông do Tổng cục TDTT ban hành.

- Trang phục: các VĐV phải mặc đồng phục thi đấu theo quy định, áo T-shirt và quần Short.

- Cầu thi đấu: Cầu Lotus.

\* Phụ trách chuyên môn: Đ/c Dương Thị Liên. ĐT: 0903.431.459

\* Cán bộ phụ trách: Nguyễn Thị Thủy. ĐT: 0364.368.380

#### **III. Môn Bóng bàn**

1. Nội dung thi đấu: Đơn nam, đơn nữ, đôi nam, đôi nữ, đôi nam nữ.

2. Đối tượng tham dự: (chia thành 2 nhóm tuổi):

a. Nhóm tuổi 1: 19 - 40 tuổi (Sinh năm 1982 - 2003).

b. Nhóm tuổi 2: 41 - 60 tuổi (Sinh năm 1962 - 1981).

3. Số lượng VĐV:

- Mỗi đơn vị được đăng ký mỗi nội dung đơn 2 VĐV, mỗi nội dung đôi 02 đôi của mỗi nhóm tuổi.

- Mỗi VĐV chỉ được đăng ký thi đấu 01 nội dung.

4. Thẻ thức thi đấu: Căn cứ vào số lượng đăng ký ở từng nhóm tuổi Ban tổ chức sẽ chọn hình thức thi đấu cho phù hợp.

5. Luật thi đấu:

- Áp dụng theo Luật thi đấu Bóng bàn do Tổng cục TDTT ban hành.

- Bóng thi đấu: 40+mm màu trắng (các VĐV không được mặc quần áo màu trắng khi thi đấu).

- Các trận thi đấu sẽ diễn ra trong 5 ván, VĐV thắng 3 là thắng cuộc.

\* Phụ trách chuyên môn: Nguyễn Thu Thủy. ĐT: 0903.220.662

\* Cán bộ phụ trách: Lê Cường. ĐT: 0904.097.175

#### **IV. Môn Vovinam**

1. Đối tượng tham dự: Nhóm tuổi từ 19 - 35 tuổi (sinh năm 1987 - 2003).

2. Nội dung thi đấu:

*a. Thi quyền:*

1. Đơn luyện Nữ: (chọn 2/4 bài)

Bài 1: Viên phương quyền;

Bài 2: Long hổ quyền;

Bài 3: Thái cực đơn đao pháp;

Bài 4: Tinh hoa lưỡng nghi kiếm pháp.

2. Đơn luyện Nam: (chọn 2/4 bài)

Bài 1: Thập thế bát thức;

Bài 2: Ngũ môn quyền;

Bài 3: Nhật nguyệt đại đao pháp;

Bài 4: Tứ Tượng côn pháp.

3. Song luyện Nữ:

Bài 1: Song luyện 3;

Bài 2: Song luyện kiếm.

4. Song luyện Nam:

Bài 1: Song luyện vật 2;

Bài 2: Song luyện 3.

5. Đa luyện Nam:

Bài 1: Đa luyện tay không nam;

Bài 2: Đa luyện vũ khí nam.

6. Đa luyện Nữ:

Bài 1: Đa luyện tay không nữ;

Bài 2: Đa luyện vũ khí nữ.

7. Tự vệ Nữ: Thực hiện tối thiểu 12 đòn, không quá 03 phút, trong đó bắt buộc phải thực hiện tối thiểu 05 kỹ thuật phản đòn Vovinam.

- Mỗi đơn vị được đăng ký 01 VĐV, 01 đôi, 01 đội ở mỗi nội dung đơn, song, đa luyện. Mỗi VĐV chỉ được đăng ký thi đấu tối đa 02 nội dung.

- Trang phục: Quần áo võ phục, thắt đai vàng trơn, bình khí tự trang bị theo đúng quy định chuyên môn Vovinam.

- Kết quả bài thi được đánh giá bằng tổng số điểm của 3/5 trọng tài giám định (bỏ điểm cao nhất và thấp nhất).

- Cách xếp hạng: xếp hạng theo thứ tự từ điểm cao đến điểm thấp cho từng bài thi. Nếu có 02 hay nhiều vận động viên, tập thể bằng điểm nhau thì xét vận động viên, tập thể nào có 1,2.../5 trọng tài chấm điểm cao hơn sẽ được xếp thứ hạng trên. Nếu vẫn bằng nhau thì xếp đồng hạng.

*b) Thi đấu đối kháng:*

- Nội dung thi đấu: 10 hạng cân nam và 8 hạng cân nữ.

+ Nam: trên 45-48kg, 51kg, 54kg, 57kg, 60kg, 64kg, 68kg, 72kg, 77kg, 82kg.

+ Nữ: trên 43-45kg, 48kg, 51kg, 54kg, 57kg, 60kg, 63kg, 66kg.

- Mỗi đơn vị được đăng ký tối đa 6/10 hạng cân nam và 5/8 hạng cân nữ. Đăng ký 01 vận động viên cho 01 hạng cân.

- Các vận động viên đăng ký ở hạng cân nào thì bốc thăm, xếp lịch ở hạng cân đó. Trong buổi họp chuyên môn, bốc thăm, xếp lịch thi đấu không được thay đổi đăng ký.

- Trước 60 phút mỗi buổi đấu đầu tiên trong ngày các vận động viên tham gia thi đấu trong ngày đó sẽ cân chính thức, những vận động viên thừa cân sẽ bị loại, vận động viên còn lại thắng kỹ thuật.

- Mỗi hạng cân phải có từ 03 vận động viên của 03 đơn vị trở lên tham gia Ban tổ chức mới tổ chức thi đấu.

- Thể thức thi đấu: Đấu loại trực tiếp 1 lần thua. VĐV thi đấu 03 hiệp, mỗi hiệp 02 phút, nghỉ giữa 01 phút.

- Trang phục:

+ Quần áo võ phục, thắt đai vàng trơn, bảo vệ hạ bộ, bảo vệ răng, băng tay ... của vận động viên, các đơn vị tự trang bị;

+ Áo giáp, găng tay, nón bảo hộ do Ban tổ chức trang bị.

3. Các quy định về chuyên môn:

Luật: Áp dụng theo Luật thi đấu Vovinam do Tổng cục Thể dục thể thao ban hành.

\* Phụ trách chuyên môn: Nguyễn Khắc Phán. ĐT: 0912.015.699

\* Cán bộ phụ trách: Nguyễn Công Kiên. ĐT: 0912628844.

**V. Môn Kéo co**

1. Đối tượng tham dự:

- Mỗi đơn vị được cử 01 đội nam, 01 đội nữ tham dự giải. Mỗi đội gồm 10 VĐV chính thức, 2 VĐV dự bị, 1 trưởng đoàn, 1 HLV, 1 săn sóc viên.

- Nhóm tuổi từ 19 - 35 tuổi (sinh năm 1987 - 2003).

2. Nội dung thi đấu:

- Đội nam.

- Đội nữ.

3. Thể thức thi đấu:

- Thi đấu loại trực tiếp 1 lần thua. Mỗi trận thi đấu 3 hiệp thắng 2.



4. Trang phục: Các VĐV phải mặc quần áo thể thao đồng phục cùng màu, đi giày bata thể thao (không đi các loại giày có đinh, giày da), nếu đơn vị nào không có trang phục như trên Ban tổ chức sẽ không cho thi đấu.

\* Cán bộ phụ trách: Nguyễn Thị Hồng Thúy. ĐT: 0368.720.342.

**VI. Môn Khiêu vũ thể thao**

1. Đối tượng thi đấu: Nhóm tuổi từ 16 - 35 tuổi (sinh năm 1987 - 2006).

2. Nội dung thi đấu: Gồm 12 nội dung (12 bộ huy chương)

a. Nội dung 5 điệu Latin - Ký hiệu **Hạng A** (các VĐV thi cả 5 nội dung đơn mới được 1 bộ huy chương):

- Nội dung điệu đơn cha cha cha (Ký hiệu là C)
- Nội dung điệu đơn Rumba (Ký hiệu là R)
- Nội dung điệu đơn Jive (Ký hiệu là J)
- Nội dung điệu đơn Samba (Ký hiệu là S)
- Nội dung điệu đơn Paso Doble (Ký hiệu là P)

b. Nội dung 5 điệu Standard - Ký hiệu **Hạng A** (các VĐV thi cả 5 nội dung đơn mới được 1 bộ huy chương):

- Nội dung điệu đơn Waltz (Ký hiệu W)
- Nội dung điệu đơn Viennes Waldz (Ký hiệu V)
- Nội dung điệu đơn Tango (Ký hiệu T)
- Nội dung điệu đơn Quichstep (Ký hiệu Q)
- Nội dung điệu đơn Slow Foxtrot (Ký hiệu F)

c. Các VĐV thi đấu nhảy đôi.

- Mỗi cặp VĐV được đăng ký 3 nội dung gồm: 1 nội dung 5 điệu (bắt buộc) và 2 nội dung thi đấu đơn.

3. Luật thi đấu và chấm điểm: theo quy định của W.D.S.F.

- Âm nhạc do Ban tổ chức quyết định.

- Thời gian thi đấu cho mỗi nội dung đơn tối đa là 2 phút

- Đấu loại:

+ Chia theo vòng, số lượng vòng tùy thuộc vào số lượng đôi nhảy đăng ký tham dự.

+ Mỗi vòng loại ½ đôi nhảy tham dự.

+ Mỗi vòng chia làm nhiều lượt từ 6 đôi trở lên đến tối đa chỉ có 12 đôi nhảy cùng nhau trong một nhóm.

- Vòng chung kết: hạng A ở các điệu nhảy mà có phần thi đơn (SOLO) mỗi cặp nhảy thực hiện phần thi đơn trước, sau đó thực hiện phần thi nhóm.

- Thứ tự các cặp VĐV thực hiện thi đơn (Solo) theo bốc thăm.



- Trang phục: Các cặp nhảy phải mặc trang phục thi đấu Khiêu vũ thể thao đúng quy định của W.D.F.S.

\* Phụ trách chuyên môn: Nguyễn Phương Lan. ĐT: 0912.095.609

\* Cán bộ phụ trách: Lê Minh Dũng. ĐT: 0906.250.864.

## VII. Môn Võ cổ truyền

1. Đối tượng tham dự: Nhóm tuổi từ 17 - 35 tuổi (sinh năm 1987 - 2005).

2. Nội dung thi đấu:

a. Thi đấu đôi kháng:

### Nam

1. Từ 48kg đến 52kg
2. Từ 52kg đến 56kg
3. Từ 56kg đến 60kg
4. Từ 60kg đến 64kg
5. Từ 64kg đến 68kg

### Nữ

1. Từ 44kg đến 48kg
2. Từ 48kg đến 52kg
3. Từ 52kg đến 56kg
4. Từ 56kg đến 60kg
5. Từ 60kg đến 64kg

b. Thi quyền quy định cá nhân: 10 bài quyền cho nam và nữ.

+ Tứ Linh Dao

+ Huỳnh Long Độc Kiếm

+ Lão Hồ Thượng Sơn

+ Bát Quái Côn

+ Hùng Kê Quyền

+ Độc Lư Thương

+ Lão Mai Quyền

+ Roi Thái Sơn

+ Ngọc Trản Quyền

+ Siêu Xung Thiên

c. Thi quyền quy định đồng đội: 4 bài quyền cho đôi nam và đôi nữ.

+ Tứ Linh Dao

+ Roi Thái Sơn

+ Lão Hồ Thượng Sơn

+ Ngọc Trản Quyền

3. Số lượng VĐV:

- Đối kháng: Mỗi đơn vị được đăng ký 01 VĐV cho 01 hạng cân. Thi đấu loại trực tiếp 1 lần thua.

- Biểu diễn quyền: Mỗi đơn vị được đăng ký 01 VĐV, 01 đôi cho mỗi nội dung cá nhân, đồng đội. Mỗi VĐV được đăng ký tối đa 2 bài quy định.

4. Các quy định về chuyên môn:

- Luật: Áp dụng theo Luật thi đấu Võ cổ truyền do Tổng cục Thể dục thể thao ban hành.

- Trang phục:

+ VĐV thi đấu quyền mặc quần áo võ màu đen, mang đai màu vàng.

+ Bảo hiểm hạ bộ, bảo hiểm răng (bắt buộc phải có), quần võ phục, áo cộc tay sát nách, băng tay, áo choàng... của VĐV đơn vị tự trang bị.

+ Áo giáp, găng tay, mũ bảo hiểm thi đấu do Ban tổ chức trang bị.

- Các vận động viên tự cân xác định trọng lượng trước khi bốc thăm xếp lịch và được phép đăng ký chính thức tại cuộc họp bốc thăm xếp lịch thi đấu.

- Các vận động viên tham gia thi đấu cân chính thức vào lúc nhận trang phục thi đấu (khi cân mặc quần võ và áo cộc sát nách), những VĐV thừa hoặc thiếu cân sẽ bị loại, VĐV còn lại thắng kỹ thuật.

\* Phụ trách chuyên môn: Nguyễn Khắc Phấn - ĐT: 0912.015.699

\* Cán bộ phụ trách: Nguyễn Thị Ngân. ĐT: 0385.007.759.

## **VIII. Môn Vật Tự do - Vật Dân tộc**

1. Đối tượng tham dự: Nhóm tuổi từ 17 - 35 tuổi (sinh năm 1987 - 2005).

2. Nội dung thi đấu:

a. Vật tự do:

+ Nam 10 hạng cân: 46kg, 48kg, 52kg, 54kg, 57kg, 60kg, 63kg, 66kg, 70kg, trên 75kg.

+ Nữ 10 hạng cân: 45kg, 48kg, 52kg, 54kg, 57kg, 60kg, 63kg, 65kg, 67kg, trên 69kg.

b. Vật dân tộc:

+ Nam 10 hạng cân: 48kg, 52kg, 54kg, 57kg, 60kg, 63kg, 66kg, 70kg, 75kg, trên 75kg.

3. Số lượng VĐV:

- Mỗi đơn vị được đăng ký 02 VĐV/ 1 hạng cân thi đấu.

- Mỗi VĐV chỉ được đăng ký tham gia 01 nội dung thi đấu.

4. Thẻ thức thi đấu: thi đấu cá nhân.

5. Luật thi đấu: Áp dụng luật thi đấu Vật tự do, vật dân tộc do Tổng cục TDTT ban hành.

\* Phụ trách chuyên môn: Đ/c Vũ Thị Mai. ĐT: 0986.898.051

\* Cán bộ phụ trách: Nguyễn Văn Trường. ĐT: 01249.784.188

## **IX. Môn Quần vợt**

1. Nội dung thi đấu: Đôi nam, đôi nữ, đôi nam nữ.

2. Đối tượng tham dự: (chia thành 3 nhóm tuổi):

a. Nhóm tuổi 1: 19 - 30 tuổi (Sinh năm 1992 - 2003).

b. Nhóm tuổi 2: 31 - 40 tuổi (Sinh năm 1982 - 1991).

c. Nhóm tuổi 2: 41 - 50 tuổi (Sinh năm 1972 - 1981).

3. Số lượng VĐV:

- Mỗi đơn vị được đăng ký mỗi nội dung 01 đôi của mỗi nhóm tuổi.

- Mỗi VĐV chỉ được đăng ký thi đấu 01 nội dung.

4. Thẻ thức thi đấu: Căn cứ vào số lượng đăng ký ở từng nhóm tuổi Ban tổ chức sẽ chọn hình thức thi đấu cho phù hợp.

5. Luật thi đấu:

- Áp dụng luật thi đấu của ITF do Tổng cục TDTT ban hành. Có áp dụng quy tắc tác phong.

- Các nội dung thi đấu thống nhất thi đấu một set đến 6 (5 đều đánh đến 7, 6 đều đánh Tiebreak).

- Áp dụng luật bàn thắng vàng (Khi điểm số của game đấu là 40 - 40 sẽ đánh 1 điểm quyết định).

- Từ vòng bán kết không áp dụng luật bàn thắng vàng.

- Bóng thi đấu: Dunlop

\* Phụ trách chuyên môn: Trần Đại Nghĩa. ĐT: 0936.828.668

\* Cán bộ phụ trách: Đinh Như Trung. ĐT: 0912.628.844.

## **X. Môn Thể dục dưỡng sinh người cao tuổi:**

### 1. Đối tượng thi đấu:

- Nam từ 55 tuổi trở lên (sinh năm 1967 trở về trước).
- Nữ từ 50 tuổi trở lên (sinh năm 1972 trở về trước).
- Chia làm 2 bảng: bảng quận và bảng huyện, thị xã.

2. Thể thức thi đấu: Thi đồng đội. Bài thi được tập huấn tại lớp đào tạo hướng dẫn viên TDTT người cao tuổi do thành phố tổ chức và trên nền nhạc quy định đã được tập huấn.

3. Số lượng VĐV: Mỗi đơn vị được cử 1 đội từ 12 - 16 VĐV tham gia thi đấu (trong đội hình phải có ít nhất 2 VĐV nam).

### 4. Cách tính điểm:

- Mỗi bài thi chỉ được thực hiện 1 lần. Điểm tính là điểm tổng của các trọng tài.
- Xếp hạng thành tích qua kết quả thi đấu từ tổng điểm cao đến thấp.

### 5. Nội dung thi đấu:

A. Môn thi bắt buộc: chọn 1 trong 2 bài (dành cho cả 2 bảng):

- Bài Thể dục liên hoàn 9 động tác. Nhạc “Khỏe vì nước”.
- Bài Thể dục 7 động tác 56 cử động. Nhạc “Hà Nội trái tim hồng”.

B. Môn thi tự chọn: có dụng cụ và tay không, chọn 1 trong 2 bài:

Bảng quận

Bảng huyện, thị xã

Nội dung Bài thi có dụng cụ

1. Thái Cực Cầu

1. Thái Cực Quạt

2. Song Quạt

2. Thể dục với Bóng (bài 2)

Nội dung bài thi tay không

1. Võ thuật DS: Bài Quyền 38 thức

1. Võ thuật DS: Bài Quyền 38

2. Khiêu vũ xếp hàng: PASO

2. Khiêu vũ xếp hàng Rumba

\* Phụ trách chuyên môn: Đ/c Nguyễn Thị Hảo: ĐT: 0913.546.239.

\* Cán bộ phụ trách: Trần Thị Thủy. ĐT: 0977.283.559

## **XI. Môn Bóng chuyền hơi người cao tuổi:**

### 1. Đối tượng thi đấu:

- Nam từ 55 tuổi trở lên (sinh năm 1967 trở về trước).
- Nữ từ 50 tuổi trở lên (sinh năm 1972 trở về trước).

### 2. Nội dung thi đấu:

- Chia làm 2 bảng: bảng quận và bảng huyện, thị xã.
- Mỗi đơn vị được cử 01 đội nam và 01 đội nữ tham dự giải.

3. Số lượng VĐV: Mỗi đội được đăng ký 1 lãnh đội, 1 HLV, 01 sân sóc viên và 10 VĐV (gồm 5 VĐV chính thức và 5 VĐV dự bị).

### 4. Thể thức thi đấu, cách tính điểm:

a. Thể thức thi đấu: Căn cứ vào số đội đăng ký, ban tổ chức sẽ chọn hình thức thi đấu cho phù hợp.

b. Cách tính điểm:

- Các trận đấu thi đấu theo thể thức 3 hiệp thắng 2. Đội thắng 02 điểm, đội thua 0 điểm. Đội nào nhiều điểm hơn được xếp trên.

- Trong trường hợp có 2 hay nhiều đội có tổng số điểm bằng nhau thì xét theo thứ tự: (1) tính tỷ số tổng hiệp thắng/tổng hiệp thua đội lớn hơn được xếp trên, (2) nếu vẫn bằng nhau tính tỷ số tổng quả thắng/tổng quả thua đội lớn hơn được xếp trên, (3) nếu vẫn bằng nhau tính đối đầu trực tiếp đội thắng trận đấu đó được xếp trên.

#### 5. Luật thi đấu:

- Luật: Áp dụng luật Bóng chuyền hơi do Tổng cục TDTT ban hành.

- Bóng, lưới thi đấu: Bóng chuyền hơi Động Lực màu vàng cam, trọng lượng 250gram cho nam và 200 gram cho nữ. Lưới cao nam 2m20, nữ 2m00.

- Trang phục thi đấu: Các đội dự giải phải có trang phục thi đấu theo luật Bóng chuyền hơi.

\* Phụ trách chuyên môn: Đ/c Nguyễn Thành Lợi. ĐT: 0912.572.273

\* Cán bộ phụ trách: Nguyễn Mạnh Hùng. ĐT: 0918.833.690

## **XII. Môn Cờ tướng**

1. Nội dung thi đấu: Cá nhân Nam cờ tiêu chuẩn (60 phút mỗi bên).

2. Đối tượng thi đấu: (chia làm 4 nhóm tuổi):

- Nhóm tuổi 55 - 60 tuổi (sinh năm 1962 - 1967)

- Nhóm tuổi 61 - 65 tuổi (sinh năm 1957 - 1961)

- Nhóm tuổi 66 - 70 tuổi (sinh năm 1952 - 1956)

- Nhóm tuổi 71 tuổi trở lên (sinh năm 1951 trở về trước)

- Mỗi đơn vị được cử 02 VĐV cho mỗi nhóm tuổi tham dự.

3. Luật thi đấu:

- Áp dụng theo Luật của Liên đoàn Cờ Việt Nam ban hành.

- Bốc thăm xếp cặp trên máy tính theo vần chữ cái của các VĐV.

4. Xếp hạng: Lần lượt theo: Điểm, ván đối kháng giữa các VĐV cùng điểm, hệ số buchholz, số ván thắng, số ván đi sau, số ván thắng bằng đi sau, ván giữa đối thủ và màu quân ván này (nếu có), bốc thăm.

\* Phụ trách chuyên môn: Huỳnh Hoa Minh Nhật. ĐT: 0914.625.124

\* Cán bộ phụ trách: Trần Thị Thủy. ĐT: 0977.283.559.

## **CHƯƠNG III**

### **KHIẾU NẠI VÀ CÁC QUY ĐỊNH KHÁC**

#### **1. Khiếu nại:**

- Chỉ có Trưởng đoàn, HLV mới có quyền khiếu nại. Khi khiếu nại phải có văn bản nộp cho BTC sau khi trận đấu kết thúc 10 phút. Đơn vị bị khiếu nại phải trình hồ sơ VĐV cho BTC Sổ hộ khẩu (bản gốc) và căn cước công dân để BTC kiểm tra.

- Đơn vị khiếu nại và đơn vị bị khiếu nại phải nộp cho Ban tổ chức 1.000.000đ (Một triệu đồng) để tiêu ban chuyên môn có trách nhiệm đi thẩm tra. Đơn vị vi phạm sẽ chịu kinh phí đi thẩm tra. Đơn vị khiếu nại đúng sẽ được trả lại.

## 2. Các quy định khác:

- Chỉ có Ban tổ chức mới có quyền sửa đổi Điều lệ của các nội dung thi đấu nói trên trong cuộc họp chuyên môn (nếu thấy thật cần thiết).

- Đăng ký thi đấu phải nộp đúng thời gian quy định và nộp trực tiếp cho cán bộ phụ trách và các bộ môn, không nhận qua đường Bưu điện. Nếu quá thời gian trên sẽ không được tham gia thi đấu. ⚡

### *Nơi nhận:*

- BCD, BTC Đại hội;
- BGĐ Sở;
- UBND các quận, huyện, thị xã;
- Các Sở, ngành, đoàn thể liên quan;
- Các phòng liên quan;
- Trung tâm HL&TĐ TDTT Hà Nội;
- Lưu: VT, QLTTDTT.

**GIÁM ĐỐC**



**Trần Thế Cường**  
**PHÓ TRƯỞNG BAN**  
**TỔ CHỨC ĐẠI HỘI**