



香港真武跆拳道會

Hong Kong Martial Truth Taekwondo Association

第 48 屆中央評核試 - 程序表

日期: 2026 年 3 月 29 日 (星期日)

時間: 下午 1:00 至 5:00

地點: 竹園體育館

地址: 九龍竹園道 10 號竹園體育館

各級考生時間表

| <u>報到時間</u> | <u>應考時間</u> | <u>晉升級別</u> | <u>集合區域</u> |
|-------------|---------------|--------------|-------------|
| 13:00 | 13:10 – 14:45 | 晉升紅黑帶 | A |
| | | 晉升藍帶 | B |
| | | 晉升綠帶 | C |
| | | 合氣道考生 | D |
| 14:15 | 14:25 – 16:00 | 晉升黃帶 & 黃綠帶 | A |
| | | 晉升綠藍帶 | B |
| | | 晉升紅帶 & 晉升藍紅帶 | C |
| | | 晉段 | D |
| | 16:00 – 16:30 | 清潔場地 | |

完成動作考核, 請到 E 區進行體能考核

*以上時間會因應該進度有所變更, 將不另行通知, 請各位考生注意場地廣播



香港真武跆拳道會

Hong Kong Martial Truth Taekwondo Association

教練及準考生注意：

- 1) 各位道場教練必須出席真武第 48 屆中央評核試。
- 2) 各**考官、黑帶、道場教練**必須準時到達。
- 3) 各**考生**細閱程序及時間可能會按當日的運作情況而做適當的調動，**必須留意場地廣播**
- 4) 所有評分紙由中央派發，如沒有由中央派發的評分紙，將不能參加考試。
- 5) 各準考生必須準時出席，各級考試開始 15 分鐘後，逾時者不得參加考試。
- 6) 所有學生考核，必需出示本會會員証(否則將不獲安排)，如遺失或不能出示學員証，將需要到補証處，補領新會員証，手續費用。
- 7) 體能咭(D 組用紅色，A 至 C 組綠色)寫好所有資料，如有問題可以諮詢教練。
- 8) 如有疾病不能出席考核，請於當日開考前通知本會，必需於一個星期內提交醫生紙，否則不能於延期至下一次考核。
- 9) **未有穿著本會道袍或印有本會會章護甲**，一律不能參與考試。

香港真武跆拳道會
Hong Kong Martial Truth Taekwondo Association

學員証 (Student Card)

學員編號: Z01-00001
(Student NO.)
學員姓名: 李嬌嬌
(Student Name)
出生日期: 2015-01-01
(Date of Birth)
發出日期: 2022-08-10
(Date of issue)

體能分數咭 學員組別
ABC

1). 來回跑

| | | |
|--|--|--|
| | | |
|--|--|--|

2). 左右跳

| | | |
|--|--|--|
| | | |
|--|--|--|

3). 速度踢

| | | |
|--|--|--|
| | | |
|--|--|--|

所有分數請填寫清楚

體能分數咭 學員組別
D

1). 來回跑

| | | |
|--|--|--|
| | | |
|--|--|--|

2). 左右跳

| | | |
|--|--|--|
| | | |
|--|--|--|

3). 速度踢

| | | |
|--|--|--|
| | | |
|--|--|--|

所有分數請填寫清楚

- 10) 體能卡 3 個項目完成後，記得**交回**體能咭收集箱。



香港真武跆拳道會

Hong Kong Martial Truth Taekwondo Association

地圖:



體育館詳細資料可以使用以下連結:-

<https://www.lcsd.gov.hk/clpss/tc/webApp/Facility/Details.do?fid=720&did=16>

香港真武跆拳道會 示

2026-3-23