



民族式摔跤 元老级竞赛项目

摔跤运动是世界上最古老的体育项目之一，早在远古时代就产生了摔跤的雏形——角力。据考证，我国在黄帝时期就有了摔跤运动，摔跤在我国古代叫“角抵”，又名“角力”，后来称“相扑”，近代才叫“摔跤”。



跤种有6种

民族式摔跤历史悠久、民族特色浓郁，自1953年第一届全国少数民族传统体育运动会开始，摔跤就成为全国少数民族传统体育运动会的竞赛项目。民族式摔跤包括搏克(蒙古族式摔跤)、且里西(维吾尔族式摔跤)、格(彝族式摔跤)、北嘎(藏族式摔跤)、绊跤(满族、回族式摔跤)以及希日木(朝鲜族摔跤)6个跤种，摔法及判定胜负的方式各不相同。

摔法各不同

蒙古族的摔跤极负盛名，第十届全国少数民族传统体育运动会上吉祥物“阿吉内”身上穿的就是蒙

古族传统的摔跤服。

且里西是维吾尔族式摔跤，广泛流传于喀什、和田、阿苏克、阿勒泰、吐鲁番、哈密等地。格是彝族式摔跤，流行于四川、云南、贵州等彝族地区。

北嘎是藏族式摔跤，比赛时双方运动员必须双手抓好对方腰带，仅靠腰臂之力提起对方将其旋转摔倒以及用脚绊或蹬踹对方，肩、背、腰、臀、头、体侧的任何一个部位着地即为负。绊跤是满族、回族式摔跤，以把对手摔倒为胜，并根据动作质量得分。希日木是朝鲜族摔跤，运动员上身赤膊，下身穿运动短裤，比赛按体重分级进行，采用三局两胜制。

比赛场馆：郑州大学中心馆、中心体育场(科学大道)

比赛时间：9月9日、10日 8:30~11:30 15:00~18:00

民族武术 十八般武艺齐上阵

中国武术在国际上被称作“功夫”，由踢、打、摔、拿、击、刺等构成，分套路和对抗两种方式，是几千年来我国人民用以锻炼身体和自卫的一种方法，被视为中华文化之精粹，又称国粹。



七大拳系来表演

我国少数民族武术是在长期的生产、生活、狩猎或战争中发展起来的，有着鲜明的民族文化特性。

少数民族武术的比赛项目包括拳术、器械、对练三种，根据比赛人数和性别分为个人和集体项目，男子组和女子组进行比赛。

拳术是武术当中十分重要的一项内容，是中国武术中徒手技法的总称，至少有七大拳系，即少林、武当、峨眉、南拳、太极、形意、八卦。除此之外，一些少数民族有自己独特的武术，无法包容在这七大拳系之内。

十八般武艺来竞技

古典小说常说武艺高强的人是“十八般武艺样样精通”，而这十八般武艺就是指使用“十八般兵器”的功夫和技能，一般认为：“十八般兵器”包括刀、枪、剑、戟、斧、钺、钩、叉、鞭、铜、锤、挝、镜、棍、槊、棒、拐、流星锤。武术对练也是武术比赛的项目之一，其套路是在各种武术单练拳术、器械项目的基础上由踢、打、摔、拿、击、刺、劈、撩、砍、点、踹等技击方法组成，并由2人或多人进行对练。1991年，在第四届全国少数民族传统体育运动会上，武术首次被列为竞赛项目。在历届民族运动会上，武术项目是参赛运动员最多、争夺最激烈的竞赛项目之一。

比赛场馆：奥林匹克中心体育馆

比赛时间：9月9日、10日 8:30~11:30 15:00~18:00

河南中都中医皮肤病医院
HENAN ZHONGDU CHINESE MEDICINE SKIN DISEASES HOSPITAL

省市医保 / 城乡居民医保定点医院
郑州中医医疗联合体理事单位
河南中医药大学一附院皮肤专科联盟单位
河南大学淮河医院协作医院

看皮肤 到中都



(0371) 6030 9999

郑州市郑东新区商都路与聚源路交叉口

- 乘坐85/985/152/60/193路车商都路与聚源路交叉口即到；
- 乘114/122路车宏图街聚源路站下车，向南200米即到；
- 乘B16商都路通泰路站下车，向东500米即到。