

2018 健身氣功全港公開賽

比賽日程時間表

上午	08:30-09:00	上午檢錄
	09:00-09:20	集體易筋經 2 場=3 隊+3 隊
	09:20-09:40	集體五禽戲 2 場=3 隊+2 隊
	09:40-10:00	集體六字訣 2 場=3 隊+2 隊
	10:00-10:40	集體八段錦 4 場=3 隊+3 隊+3 隊+4 隊
	10:40-11:10	表演項目： (1) 大舞 (3 隊) (2) 馬王堆導引術 (2 隊) (3) 導引養生功十二法 (2 隊)
	11:10-11:40	頒獎
下午	11:40~12:50	個人項目：易筋經 (6 人 x 5 場+ 5 人 x 2 場) =7 場
	12:50-14:00	午膳
	14:00-14:30	下午檢錄
	14:30-15:10	個人項目：五禽戲 (7 人 x 2 場+ 6 人 x 2 場) =4 場
	15:10~16:10	個人項目：六字訣 (7 人 x 6 場) =6 場
	16:10-16:10	裁判小休
	16:20-17:50	個人項目：八段錦 (8 人 x 6 場+ 7 人 x 3 場)=9 場

全部賽事完結