

건강한 도민,
행복한 충북

스포츠 733 
일주일에 세 번 이상, 하루 30분 운동

제36회 충청북도생활체육대회

참 가 요 강



2026. 7.

 **충청북도체육회**
CHUNGCHAEONGBUK-DO SPORT COUNCIL

제36회 충청북도생활체육대회 일반사항

1 대회개요

- 대 회 명: 제36회충청북생활체육대회
- 대회기간: 2026. 10. 31.(토)~11. 1.(일)
- 대회장소: 충주시 일원
- 참가규모: 3,700여명(11개 시·군 선수단 및 동호인 등)
- 주 최: 충청북도체육회
- 주 관: 충주시체육회, 충청북도(충주시)회원종목단체

2 개최종목

□ 생활체육(18종목)

- 토너먼트(12종목) : 검도, 게이트볼, 배구, 배드민턴, 바둑, 소프트테니스, 야구, 족구, 축구(풋살포함), 탁구, 테니스, 합기도
- 기 록(5종목) : 궁도, 그라운드골프, 볼링, 육상, 파크골프
- 경 연(1종목) : 생활체조

3 시 상

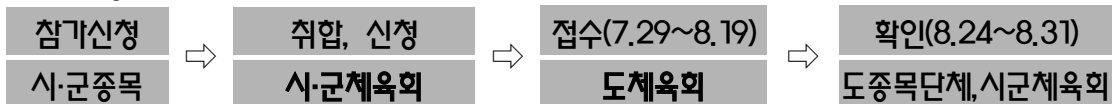
- 종목별 시상
 - 1위 : 상배, 부상 / 2위 : 상배, 부상 / 3위 : 상배, 부상
 - 개인 시상
 - 1위 : 금메달 / 2위 : 은메달 / 3위 : 동메달
- ※ 종목별 대회종료 후 시상

4 참가신청

○ 참가신청

- 신청기간 : 2026. 7. 29.(수) ~ 8. 19(수) 18:00까지
- 신청방법 : 충북체육회 생활체육부 방문 또는 우편 제출

※ 참가신청 처리절차



- 제출서류 : 공문 1부, 종목별 참가신청서 2부, 주민등록초본 2부
건강보험증 2부(근무지 참가자에 한함)

※ 개인정보 제공동의서는 시군체육회 자체보관

5 대표자 회의

- 일 시 : 2026. 9. 30.(수) 10:00
- 장 소 : 충주시청 대회의실
- 내 용 : 대회운영협의 및 대진추첨 등
- 참석대상 : 시·군체육회 사무국장 및 담당자,
도회원종목단체 사무국장(전무이사)

6 참가자격

- 당해 연도 1월 31일 현재 주민등록상 주소지가 도내인자로서 주소지 또는 직장 소재지 시군으로 참가할 수 있다.
- 주소지 참가 : 당해 연도 1월 31일까지 전입한 시군으로 참가
(주민등록초본 1부 첨부)
- 근무지 참가 : 당해 연도 직장 근무지 시군으로 참가
(주민등록초본, 건강보험증 각 1부씩 첨부)

- 대회 개최기준 30일 전(2026. 9. 30.(수))까지 종목별 도종목단체에 등록된 동호인으로 하며, 제36회 충청북도생활체육대회 종목별 참가요강에 따른다.
- 1인 1종목에 한하여 참가하여야 하며 고령자는 저연령자로 참가할 수 있으나, 저연령자는 고령자로 참가할 수 없다.
- 출전선수는 도종목단체에서 발행한 회원증을 반드시 지참하여야 한다.
- 단, 회원증(등록증) 미 발급 종목은 주민등록증 또는 운전면허증 지참
- 종목별 참가자격 및 부정선수에 대하여 열람 기간 내에 본회 이의 신청된 사항만 조사 처리하며, 열람기간 및 이의신청 기간이 종료된 후에는 선수자격에 대하여 일체의 이의를 제기할 수 없다.
- 열람 및 이의신청: 2026. 8. 24.(월) 10:00부터 8. 31.(월) 18:00까지

* 열람기간 및 이의신청 기간내 접수된 사항 처리방법

이의신청 접수	8. 24.(월) ~ 8. 31.(월)	도종목단체, 시군체육회 ⇨ 도체육회
자격심의 확인	8. 31.(월) 18:00	도종목단체 ⇨ 도체육회
보완 및 교체 요청	9. 7.(월)	도체육회 ⇨ 시군체육회
선수교체 마감	10. 14.(수) 15:00	시군체육회 ⇨ 도체육회
변경사항 통보	10. 21.(수)	도체육회 ⇨ 도종목단체

- 도종목단체는 열람기간 및 이의신청 기간에 본회가 접수한 사항과 종목단체가 검토한 사항에 대하여 해당종목 출전선수의 선수자격 여부를 확인하고 선수자격 심의결과를 2026. 8. 31.(월) 18:00까지 본회로 제출하여야 한다.

- 시군체육회는 열람 및 이의신청기간에 접수된 보완 및 교체요청 사항에 대하여 2026. 9. 11.(금) 18:00까지 교체자료를 일괄 취합하여 본회로 제출하여야 한다.

다만, 부상 등의 선수교체 마감은 10. 14.(수) 15:00 까지

- 무자격 선수*가 출전하였을 시는 부정선수로 간주하고 당해 출전 종목 게임몰수, 차기 대회 참가(해당 시·군)를 불허한다.

*무자격선수란? 해당 종목으로 참가 신청을 하지 않은 선수(본인확인), 이의신청 기간에 접수된 선수, 교체된 선수 중 본회의 승인을 득하지 않은 선수

7 행정사항

- 종목별 참가요강에 명시되지 않은 사항은 도종목단체 규정에 따른다.
- 본 대회 출전선수는 안전공제 또는 상해보험에 가입하여야 하며, 부상을 입었을 경우 본회에서 가입한 주최자배상책임보험 및 해당 시·군체육회에서 가입한 상해보험(안전공제) 보상 한도 내에서 부담한다.
단, 시설물 관련 보상시 발생하는 자기부담금은 개최 시·군에서 부담한다.
- 참가신청서 선수명단 기재란에 개인정보보호법 관련하여 주민등록번호 대신 생년월일로 기입(단, 주민등록번호 뒷번호 중 첫번째 자리는 남·여 구분을 위해 기재)
- 시·군체육회에서 각 종목별 참가선수 선발 시 개인정보 수집 및 활용 동의를 받을 것

참가요강 변경사항

종목	구분	현 행	변경	비고
궁도	경기방법	▶ 경기방법 : 단체전 5인조 경기 종합으로 순위를 정하며 5순 경기로 진행 ▶ 시상 : 단체전 1,2,3위	▶ 경기방법 : 단체전 5인조 경기 종합으로 순위를 정하며 <u>3순 경기</u>로 진행 ▶ 시상 : 단체전 1,2,3위 <u>개인전 1,2,3위</u>	
축구	참가인원	▶ 참가인원: 지도자와 선수 36명 이내 - 장년부, 노장부(15명 이상 18명 이내)	▶ 참가인원: 지도자와 선수 36명 이내 - 장년부, 노장부(15명 이상 18명 이내) 다만, <u>지도자(2명 이내)가 참가자격 (연령)이 된다면 선수로 참가 가능</u>	
합기도	참가인원	▶ 참가자격 - 개인전 낙법 (연령제한없음 남.여 각1명) ▶ 경기방법 - 개인전 낙법 기술 (길이+높이)	▶ 참가자격 - 개인전 낙법 (연령제한없음 남.여 <u>각2명</u>) ▶ 경기방법 - 개인전 <u>길이낙법 기술</u> - 개인전 <u>높이낙법 기술</u>	낙법 참가자 분리 길이 1명, 높이 1명

제36회 충청북도생활체육대회 종목별 참가요령

1. 검도

가. 종 별 : 개인전, 단체전

나. 참가인원 : 지도자 외 선수 7명 이내 ※개인전, 단체전 중복출전 가능

다. 참가자격

- 개인전(7개부) : 초, 중, 고, 20대, 여자, 30대, 40대 각 1명
- 단체전(7인조) : 초, 중, 고, 20대, 여자, 30대, 40대 각 1명
- 2015년 이후 선수등록자 출전불가
- 학생증, 신분증 지참

라. 경기방법

- 토너먼트(개인전, 단체전)
- 등떠는 참가팀에서 지참

마. 시 상

- 단체전 : 1위, 2위, 공동3위
- 개인전 : 1위, 2위, 공동3위

2. 게이트볼

가. 종 별 : 남자부, 여자부

나. 참가인원 : 지도자 외 선수 12명

다. 참가자격 : 남·여부 각 6명씩 (연령제한 없음)

라. 경기방법

- 부별 3개조 편성 예선리그(링크전)
- 8강 본선토너먼트

마. 시 상: 남자부 1위, 2위, 공동3위 / 여자부 1위, 2위, 공동3위

3. 농도

- 가. 종 별 : 일반부, 단체전(5인조)
- 나. 참가인원 : 지도자 외 선수 5명
- 다. 참가자격 : 30세 이상 (1996년 이전생)
- 라. 경기방법 : 단체전 5인조 경기 종합으로 순위를 정하며 3순 경기로 진행
- 마. 시 상 : 단체전 1위, 2위, 3위

4. 그라운드골프

- 가. 종 별 : 남자부, 여자부
- 나. 참가인원 : 지도자 외 선수 12명
- 다. 참가자격 : 남·여부 50세이상 각 6명씩 (1976년 이전생)
- 라. 경기방법 : 부별 6인조 4라운드 32홀경기 종합점수로 순위를 정한다.
- 마. 채점방식 : 코리안 매치 플레이 방식
- 바. 시 상 : 남자부 1위, 2위, 3위 / 여자부 1위, 2위, 3위

5. 배구

- 가. 종 별 : 남자부, 여자부
- 나. 참가인원 : 지도자 외 선수 24명
- 다. 참가자격
 - ▶ 남자부(12명)
 - 30세이상(1996년 이전생)
 - 중학교이상 선수출신자는 출전불가
 - ▶ 여자부(12명)
 - 27세이상(1999년 이전생)
 - 중학교이상 선수출신자 30세이상(1996년 이전생) 2명 참가 가능
- 라. 경기방법
 - 부별 토너먼트, 21점 3세트로 경기로 하되 3세트는 15점으로 진행
 - 코트 9인제 규격 9인제 룰로 한다(단 여자부는 6인제 규격)
- 마. 시 상 : 남자부 1위, 2위, 공동3위 / 여자부 1위, 2위, 공동3위

6. 배드민턴

가. 종 별 : 남자부복식, 여자부복식

나. 참가인원 : 지도자 외 선수 16명

다. 참가자격

- 남복 30세~39세(1996년~1987년생)
- 남복 40세~49세(1986년~1977년생)
- 남복 50세~59세(1976년~1967년생)
- 남복 60세 이상(1966년 이전생)
- 여복 30세~39세(1996년~1987년생)
- 여복 40세~49세(1986년~1977년생)
- 여복 50세~59세(1976년~1967년생)
- 여복 60세 이상(1966년 이전생)

※ 고교이상 선수출신자(자강조)는 출전할 수 없음.

라. 경기방법

- 연령별 개인복식경기, 토너먼트, 25점 1세트
- 부별 종합채점

마. 시 상

- 연령별 : 1위, 2위, 공동3위
- 종 합 : 1위, 2위, 공동3위

7. 볼링

가. 종 별 : 남자부(4인조), 여자부(4인조)

나. 참가인원 : 지도자 외 선수 8명

다. 참가자격

▶ 남자부(4명)

- 20세~39세 2명(2006년~1987년생)
- 40세 이상 2명(1986년 이전생)

▶ 여자부(4명)

- 20세~39세 2명(2006년~1987년생)
- 40세 이상 2명(1986년 이전생)

라. 경기방법

- 4명의 기록 합계로 팀 순위를 정한다.
- 1인 4게임 종합 16게임 합산점수로 순위를 정한다.

마. 시 상 : 남자부 1위, 2위, 3위 / 여자부 1위, 2위, 3위

8. 바둑

가. 종 별 : 일반부(5인 단체전)

나. 참가인원 : 지도자 외 선수 5명

다. 참가자격

- 30세 이상 참가(1996년 이전생)
- 60세 이상(1966년 이전생) 3명 의무 참가
- 고령자는 저령자로 참가가능

라. 경기방법

- 토너먼트 진행
- 제한시간 : 각자 30분 30초 3회
- 5인단체전 3선승제

마. 시 상 : 단체전 1위, 2위, 공동 3위

9. 정구

가. 종 별 : 남자복식, 여자복식

나. 참가인원 : 지도자 외 선수 16명

다. 참가자격

- 남복 30세~39세(1996년~1987년생)
- 남복 40세~49세(1986년~1977년생)
- 남복 50세~59세(1976년~1967년생)
- 남복 60세~69세(1966년~1957년생)
- 남복 70세 이상(1956년 이전생)
- 여복 30세~44세(1996년~1982년생)
- 여복 45세~54세(1981년~1972년생)
- 여복 55세 이상(1971년 이전생)

※ 여자 정구 및 테니스 선수출신 출전가능

※ 여자선수출신이 남자부에 출전불가

라. 경기방법

- 연령별 개인복식경기, 7회게임(타이브레이크적용)
- 예선조별리그 후 본선 토너먼트 진행

마. 시 상 : 연령별 1위, 2위, 공동3위 / 종합 1위, 2위, 3위

10. 야구

가. 종 별 : 단체전

나. 참가인원 : 지도자 외 선수 15명(최소등록인원 9명)

다. 참가자격

- 20세이상(2006년 이전생)

- 고교이상 선수출신자는 3명 등록 가능하며 경기에는 1명만 출전

※ 선수출신은 투수로 출전을 제한 함.

- 50세이상 선수출신자는 비선수출신으로 인정하나 투수출전은 제한 함.

라. 경기방법

- 전 경기 토너먼트

- 경기 회수는 7회로 하며 경기시간은 2시간으로 하되 1시간 50분이 경과하면 새로운 이닝에 들어가지 못함.

마. 시 상 : 단체전 1위, 2위, 공동3위

11. 육상

가. 종 별 : 100m(남·여), 200m(남·여), 400m(남·여), 800m(남·여)

1,500m(남·여), 3,000m(남·여), 4×100mR(혼성)

나. 참가인원 : 참가인원의 제한 없이 1인 2종목 이내 참가(릴레이레이스 제외)

다. 참가자격 : 대회 개최일 기준 만 35세 생일에 도달한 선수 (1991년 10월 이전생)

※ 현재 엘리트 선수등록자 출전불가

라. 경기방법

- 4×100mR(혼성) 릴레이레이스는 중복출전 가능

※ 예) 참가선수 A가 100m, 200m, 4×100mR(혼성) 참가가능

마. 시 상 : 종목별 개인시상(1위, 2위, 3위) / 종합 1위, 2위, 3위

12. 족구

가. 종 별 : 청년부, 장년부

나. 참가인원 : 지도자 외 선수 12명

다. 참가자격

- 청년부(6명) : 20세 이상(2006년 이전생)
- 장년부(6명) : 40세 이상(1986년 이전생)

라. 경기방법

- 부별 예선 조별리그(4개조)를 거쳐 본선 8강 토너먼트
- 극동식 15점 3세트 경기

마. 시 상 : 청년부 1위, 2위, 공동3위 / 장년부 1위, 2위, 공동3위

바. 경기장 규격 : 15m×6.5m, 네트높이 105cm

13. 체조(생활체조)

가. 종 별 : 생활건강체조, 생활댄스체조

나. 참가인원 : 각 종별 선수 5명 이상 20명 이하

다. 참가자격

- 참가연령 제한 없음
- 각 종별 시·군 1팀씩 참가 가능

※ 현재 지도자(시·군체육회 생활체육지도자 및 각 클럽 지도자, 강사 등)로 활동하는 사람은 출전금지

라. 경기방법

- 팀당 4분 이내, 시간초과 시 감점(10초당, -1점)
- 참가신청 인원과 실제 경기참여 인원이 다른 경우 1~3명은 -1점 감점, 5명 이내는 -2점 감점

마. 시 상 : 각 종별 1위, 2위, 3위

14. 축구

가. 종 별 : 장년부, 노장부

나. 참가인원 : 지도자 외 선수 36명 이내

다. 참가자격

▶ 장년부(15명 이상 18명 이내)

- 40세 ~ 44세 (1986년 ~ 1982년생) 6명 출전

- 45세 이상, (1981년 이전생) 5명 출전

▶ 노장부(15명 이상 18명 이내)

- 50세 ~ 54세 (1976년 ~ 1972년생) 6명 출전

- 55세 이상, (1971년 이전생) 5명 출전

※ 선수검인은 2026KFA 등록증으로 한다.

라. 경기방법

- 부별 토너먼트

- 전·후반 각 25분 경기(휴식 10분)

- 전 경기 무승부 시 승부차기

마. 시 상 : 장년부 1위, 2위, 공동3위 / 노장부 1위, 2위, 공동3위

[풋살]

가. 종 별 : 단체전

나. 참가인원 : 지도자 외 선수 10명 (최소등록인원 7명)

다. 참가자격

- 30세 ~ 35세 5명 등록(1996년 ~ 1991년생) 2명 출전

- 36세 이상, 5명 등록(1990년 이전생) 2명 출전

- 골키퍼는 참가등록 선수중 1명 출전

※ 2026년 대한축구협회 등록되어 있지 않은 전문선수

한국풋살연맹 FK리그에 등록되어 있지 않은 선수

라. 경기방법

- 조별 링크전으로 각 조 1위, 2위 4강 토너먼트(3개조일 경우 6강 토너먼트)

- 전·후반 각 10분 경기(휴식 5분), 결승전 전·후반 각 20분 경기

- 채점방식 승3점, 무1점, 패0점, 골득실

- 본선토너먼트 무승부 시 승부차기

- 기권 및 몰수시 3:0 처리

마. 시 상 : 1위, 2위, 공동3위

15. 탁구

가. 종 별 : 남자복식, 여자복식

나. 참가인원 : 지도자 외 선수 16명

다. 참가자격

- 남복 30세~39세(1996년~1987년생) - 여복 30세~39세(1996년~1987년생)
- 남복 40세~49세(1986년~1977년생) - 여복 40세~49세(1986년~1977년생)
- 남복 50세~59세(1976년~1967년생) - 여복 50세~59세(1976년~1967년생)
- 남복 60세 이상(1966년 이전생) 라지볼 - 여복 60세 이상(1966년 이전생) 라지볼

※ 60세 이상 라지볼 참가자는 충북탁구협회 라지볼 등록자에 한함

※ 고교이상 선수출신자는 참가할 수 없으며, 중학교이하 선수 출신자는 30세~40세부로 출전 가능, 50세 이상은 해당사항 없음.

라. 경기방법

- 연령별 개인복식경기 11점 5세트 경기(라지볼 11점 3세트)
- 예선조별리그 후 본선 8강 토너먼트 진행

마. 시 상 : 연령별 1위, 2위, 공동3위 / 종합 1위, 2위, 3위

16. 테니스

가. 종 별 : 남자복식, 여자복식

나. 참가인원 : 지도자 외 선수 14명

다. 참가자격

- 남복 30세~39세(1996년~1987년생) - 여복 30세~39세(1996년~1987년생)
- 남복 40세~49세(1986년~1977년생) - 여복 40세~49세(1986년~1977년생)
- 남복 50세~59세(1976년~1967년생) - 여복 50세 이상(1976년 이전생)
- 남복 60세 이상(1966년 이전생)

※ 당해 연도 1월 1일 이후 대한테니스협회 선수등록자는 출전불가

다. 경기방법

- 연령별 개인복식경기, 전 경기 NO-Ad Game
- 예선조별리그(1세트게임 5:5 타이브레이크 7점 선취득)후
본선 8강 토너먼트진행

마. 시 상 : 연령별 1위, 2위, 공동 3위 / 종합 1위, 2위, 3위

17. 파크골프

가. 종 별 : 단체전(포섬), 개인전(남자부, 여자부)

나. 참가인원 : 지도자 외 선수 10명(남자 5명, 여자 5명)

다. 참가자격 : 연령제한 없음

라. 경기방법

- 단체전 36홀 포섬방식(남자 1명, 여자 1명)
- 개인전 36홀 스트로크 방식

마. 시 상 : 단체전 1위, 2위, 3위 / 개인전 1위, 2위, 3위(남·여부) /
종합 1위, 2위, 3위

18. 합기도

가. 종 별 : 호신술(5종목), 개인전(발차기, 낙법), 단체연무(경연)

나. 참가인원 : 지도자 외 선수 최소 13명~최대 23명 이내

다. 참가자격

- 학생부 호신술(초, 중, 고 각2명) - 일반부 호신술(2006년 이전생 2명)
- 여자부 호신술(연령제한 없음 2명) - 개인전 발차기(연령제한 없음 1명)
- 개인전 낙법(연령제한 없음 남·여 각 2명)
- 단체연무(10명, 중복출전가능)

라. 경기방법

- 부별 호신술, 개인전 발차기(토너먼트 방식), 단체연무(경연)는 채점 방식으로 순위 결정.
- 개인전 낙법 기술
- 부별 종합채점
- 대한민국합기도총협회 경기규칙에 의함

마. 시 상 : 각 종별 1위, 2위, 공동3위(낙법제외) / 종합 1위, 2위, 3위