

2026 NS Dance 南山熱舞大賽

One Day .One Stage. All In

活動細則

為推廣街舞與排舞文化，鼓勵年輕世代透過舞蹈展現自我、凝聚團隊默契並培養健康正向之生活態度，南山熱舞大賽 NS Dance今年邁入第二年，以舞蹈競賽作為青年交流、挑戰自我與展現舞台能量的平台。

本屆賽事結合線上徵選與現場競賽，並於南山人壽沙崙文創園區舉辦現場初評、舞力競技賽展演及熱舞派對賽展演，透過單日集中賽制與多元展演安排，打造兼具競賽性、參與感與場域活力的年度舞蹈活動，展現南山人壽支持年輕世代勇於挑戰、全力投入的品牌精神。

一、主辦單位

南山人壽保險股份有限公司

二、承辦單位

創立媒體整合行銷有限公司

三、報名資格與方式

(一) 身分資格：參賽者需於報名時已年滿 18 歲，現場競賽當日將檢核參賽者資格。

(二) 隊伍限制：每隊人數以 3 至 10 人為限，每人以報名 1 隊為限，不得重複報名。報名隊伍須由隊伍選手中指定領隊 1 位作為主要聯繫人，協助報名聯繫通知等相關事宜。

(三) 報名期間：2026 年 6 月 8 日 12:00 至 2026 年 7 月 25 日 23:59 止。

(四) 報名方式：本活動僅受理網路報名，請以隊伍為單位完成報名表單填寫。承辦單位將於收到報名資料後 3 個工作天內以電子郵件回覆確認，報名狀態以承辦單位回覆之確認信件為準。

(聯絡信箱：cmmc@creationmedia.com.tw)

(五) 影片規範：報名影片上傳方式及規範，詳見賽制說明。

四、賽事項目

(一) 競賽項目：All Style 排舞，包含 Hip-Hop、House、Krumping、Popping、Locking、Voguing、Waacking、Freestyle、Breaking 等所有舞風之自行編排舞碼。

(二) 賽制架構：

本賽事分為「線上徵選」與「現場競賽」兩大階段，現場競賽包含現場初評、舞力競技賽及熱舞派對賽展演。

1. 線上徵選：參賽隊伍須於指定期間完成線上報名及影片提交，主辦單位將依徵選規則選出現場競賽入選隊伍。

2. 現場競賽-現場初評：徵選入選隊伍於現場競賽當日進行 90 秒短版演出，由評審依舞蹈技巧、團體默契與編排完整度進行評選，分選出舞力競技賽展演隊伍、熱舞派對賽展演隊伍

3. 現場競賽-舞力競技賽展演：初評入圍舞力競技賽隊伍進行 2 分鐘至 3 分鐘完整舞碼演出，演出時間不得超過 3 分鐘，角逐正式賽事名次。

4. 現場競賽-熱舞派對賽展演：初評入圍熱舞派對賽隊伍進行 2 分鐘至 3 分鐘完整舞碼演出，演出時間不得超過 3 分鐘，角逐優秀演出獎。

5. 各賽制參與人數說明

- 1) 預計線上徵選，遴選 20 隊進入現場競賽。
- 2) 現場競賽當日將進行初評，最終選出 10 隊晉級「舞力競技賽」展演，另 10 隊晉級「熱舞派對賽」展演。

五、 競賽獎項

(一) 舞力競技賽展演：

冠軍 1 隊：新臺幣 100,000 元+獎盃乙座。

亞軍 1 隊：新臺幣 60,000 元+獎盃乙座。

季軍 1 隊：新臺幣 30,000 元+獎盃乙座。

晉級舞力競技賽獎 7 隊：每隊新臺幣 5,000 元 (未獲冠軍、亞軍、季軍之舞力競技賽展演隊伍) 。

(二) 熱舞派對賽展演

熱舞派對賽優秀演出獎 3 隊：每隊新臺幣 5,000 元。

熱舞派對賽參演獎 7 隊：每隊新臺幣 3,000 元 (未獲熱舞派對賽 優秀演出獎之參演隊伍) 。

(三) 其他獎項

2026 NS Dance 南山熱舞大賽網站人氣獎 3 隊：每隊新臺幣 3,000 元。

2026 NS Dance 南山熱舞大賽網站投票參與獎 10 名：每名新臺幣 500 元。

活動現場打卡摸彩獎 6 名：每名新臺幣 3,000 元。

六、 各賽事時程

(一) 線上徵選報名時間：2026 年 6 月 8 日 12:00 至 2026 年 7 月 25 日 23:59 止。

(二) 現場競賽入選名單公布時間：2026 年 8 月 14 日 12:00，於本活動網站www.2026nsdance.com公布線上徵選結果及現場競賽入選名單，並以電子郵件通知入選隊伍主要聯繫人。

(三) 現場競賽

1. 日期與時間: 2026 年 9 月 19 日(六) 09:00~18:40。

2. 地點：南山人壽沙崙文創園區，地址：新北市淡水區淡海路 300 號。

七、 賽制說明

(一) 線上徵選：採網路徵件方式進行，報名影片須包含：

1. All Style 排舞影片展現團體默契、舞蹈技巧與音樂掌握能力，其影片長度不得低於 60 秒或超過 90 秒。
2. 徵選作品應以隊伍自行編排為主，可適度引用或改編既有舞蹈元素，惟不得全段使用既有舞蹈作品、MV、演唱會舞台或網路舞蹈影片之完整 Cover 編排。如經主辦單位或評審認定為全段 Cover，或與既有編排高度近似者，主辦單位得視情節扣減評分、不予採計徵選成績或取消參賽、得獎資格。
3. 影片格式需求為 16:9 橫式影片，採定點定鏡、一鏡到底方式拍攝。
4. 不可提供過往參賽影片。
5. 影片不得剪輯、後製、變速、運鏡或使用特殊拍攝手法；可使用一般環境照明，惟不得透過舞台燈光、特效或後製效果影響評選判斷。
6. 應由參賽隊伍領隊將報名影片上傳至個人 YouTube 頻道，並設置為公開瀏覽(徵選入圍後將進行網路人氣票選)，再將影片連結填入報名表單。

(二) 線上徵選評審審查機制：

1. 報名資料或影片規格如有缺漏或不符規定，承辦單位將以電子郵件通知補件。參賽隊伍須於通知日起 3 日內完

成補正，每隊以補件一次為限。逾期未補正，或補正後仍不符合規定者，視同放棄資格，不列入線上徵選評分。

2. 由三位專業評審進行評選，於2026年8月14日公布現場競賽名單，將透過活動官網公告與電子郵件通知錄取隊伍。
3. 每位評審依據以下項目評分：
 - 「舞蹈技巧 50%」，包括動作完成度、身體控制、節奏掌握、舞風表現；
 - 「團體默契 30%」，包括動作同步、隊形一致性、團隊協調與整體節奏；
 - 「編排完整度 20%」，包括段落結構、動作設計、轉場流暢度與作品完成度。
4. 總分 100 分進行綜合評選，單一評審 100 分為滿分，共 300 分，3 位評審成績加總為總分，依總成績高低決定現場競賽入選順位。如遇總成績同分，則依評分占比最高之「舞蹈技巧」項目分數排序決定入選順位。如「舞蹈技巧」項目分數同分者，則依照「團體默契」、「編排完整度」項目分數排序。

(三) 現場初評：

1. 將由三位專業評審進行現場評分，於現場初評結束後公布選出 10 隊晉級「舞力競技賽」展演，另 10 隊晉級「熱舞派對賽」展演入圍名單。
2. 每位評審依據以下項目評分：
 - 「舞蹈技巧 50%」，包括動作完成度、身體控制、節奏掌握、舞風表現；
 - 「團體默契 30%」，包括動作同步、隊形一致性、團隊協調與整體節奏；
 - 「編排完整度 20%」，包括段落結構、動作設計、轉場流暢度與作品完成度。總分 100 分進行綜合評選，單一評審 100 分為滿分，共 300 分，3 位評審成績加總為總分，依總成績高低決定決賽展演入選順位。如遇總成績同分，則依照評分占比最高之「舞蹈技巧」項目分數排序決定入選順位。如「舞蹈技巧」項目分數同分者，則依照「團體默契」、「編排完整度」項目分數排序。
3. 演出時長應為 90 秒，演出時間以主辦單位播放音樂之起訖時間為準。未達 90 秒或超過 105 秒者，以每 5 秒為扣分單位，未滿 5 秒以 5 秒計算，每一扣分單位將自每位評審之原始總分中扣除 5 分，扣分作業由計分組於評審評分完成後進行，扣分後分數最低以 0 分計。
4. 評分範圍以音樂播放期間之舞蹈演出內容為準。音樂開始前之預備動作、隊形定位，及音樂結束後延伸之 Ending Pose、謝幕等其他動作，皆不列入評分計算，若影響賽程或經主辦單位認定有規避時長規範之情形，得視情節扣減評分。

(四) 「舞力競技賽」展演：

1. 將由三位專業評審進行現場評分，於舞力競技賽展演結束後現場公布獲獎隊伍。
2. 每位評審依據以下項目評分：
 - 「舞蹈技巧 30%」，包括動作完成度、身體控制、節奏掌握、舞風表現與技巧難度；
 - 「團體默契 20%」，包括動作同步、隊形變化、走位流暢度、團隊協調與整體一致性；
 - 「編排創意 20%」，包括舞碼結構、段落設計、轉場安排、創意表現與音樂詮釋；
 - 「舞台表現 20%」，包括表情、能量、感染力、舞台掌握度；
 - 「整體完成度 10%」，包括服裝、道具、視覺呈現、作品完整性與整體舞台效果。總分 100 分進行綜合評選，單一評審 100 分為滿分，共 300 分，3 位評審成績加總為總分，依總成績高低決定名次。如遇總成績同分，則依照評分占比最高之「舞蹈技巧」項目分數排序決定名次。如「舞蹈技巧」項目分數同分者，則依序以「團體默契」、「編排創意」、「舞台表現」、「整體完成度」項目分數排序。
3. 演出時長應為 2 至 3 分鐘間，演出時間以主辦單位播放音樂之起訖時間為準。未達 2 分鐘或超過 3 分鐘者，以每 10 秒為扣分單位，未滿 10 秒以 10 秒計算，每一扣分單位將自每位評審之原始總分中扣除 5 分，扣分作

業由計分組於評審評分完成後進行，扣分後分數最低以 0 分計。

4. 評分範圍以音樂播放期間之舞蹈演出內容為準。音樂開始前之預備動作、隊形定位，及音樂結束後延伸之 Ending Pose、謝幕等其他動作，皆不列入評分計算，若影響賽程或經主辦單位認定有規避時長規範之情形，得視情節扣減評分。

(五) 「熱舞派對賽」展演：

1. 由三位專業評審進行現場評選，「熱舞派對賽」展演評選原則比照舞力競技賽展演評分項目，依舞蹈技巧、團體默契、編排創意、舞台表現及整體完成度進行綜合評選，並於展演結束後現場公布獲獎隊伍。
2. 演出時長應為 2 至 3 分鐘間，演出時間以主辦單位播放音樂之起訖時間為準，展演時長以音樂播放期間之舞蹈演出內容為準，若影響賽程或經主辦單位認定有規避時長規範之情形，得視情節中止演出或取消獎勵資格。

(六) 線上徵選之網站投票結果及現場競賽展演之演出順序：

現場初評演出順序由主辦單位以直播方式進行公開抽選，以確保作業之公平與透明；相關直播日期包含線上徵選之網站投票結果及其他資訊，將另行公告於活動網站www.2026nsdance.com。

八、 其他規範：

(一) 以下規範經主辦單位認定符合事實者，主辦單位得視情節進行警告、扣減評分、不予採計成績，或取消參賽、得獎資格。

1. 超時：表演超過或未達規定時長，以及其他刻意規避時長規範之情形。
2. 不雅內容：音樂、歌詞、動作、道具等相關展演內容，具不雅、猥褻、歧視、裸露、挑釁或辱罵等相關呈現。
3. 抄襲：與他人作品高度雷同，未經授權翻用。
4. 肢體衝突：推擠、碰撞、打鬥等任何肢體衝突。
5. 言語不當：口頭侮辱、歧視、挑釁等。
6. 服裝規範：過度裸露、違反公序良俗或影響演出安全之服裝安排。
7. 安全規範：須穿著合適鞋款，不得赤腳或穿著可能影響演出安全之鞋款參賽。
8. 道具規範：參賽隊伍如需使用道具，須事前向主辦單位提出並經確認後始得使用；不得使用具危險性、易造成場地污損、需明火、液體、粉末、碎屑或其他可能影響舞台安全與活動流程之道具。
9. 場域規範：惡意汙損、破壞舞台、場地或相關硬體設備，或有其他影響活動流程及安全之行為。

九、 活動各獎金獎勵領取方式

參與本活動之各項得獎者（以下稱得獎者）之領獎資料最後收件期限為2026年10月16日（一）中午12:00截止，截止後將無法再申請請領，請務必留意以下事項：

(一) 勞務報酬單填寫規範

1. 勞報單填寫得獎者本名並附上本人身分證正反面影本。
2. 得獎者本人之存摺影本。
3. 各項獎金統一為整隊選手平分，如有除不盡或隊伍有其他分配需求，請隊伍於繳交的勞報單上，將每位隊員的請領金額正確填寫繳交，屆時將依照隊伍分配之金額匯款。

(二) 時程

1. 資料補件及送件截止：2026年10月16日（五）中午12:00
2. 獎金匯款期間：2026年11月30日（一）前全數匯款完成。
3. 如有資料未齊全、逾期或填寫錯誤，將影響獎金匯款進度，請各隊接到通知後務必於期限內完成補件或修改等事宜，以保障自身權益。

十、 注意事項

1. 本活動辦法及相關規範如有未盡事宜，得由南山人壽隨時修正並公布於本活動網站，南山人壽並保有最終修改、變更競賽規則或取消本活動之權利。如有違反法令、違反善良風俗或違反活動辦法之行為，南山人壽得逕取消該參賽者或該參賽者隊伍之資格。
2. 本活動期間不得更換隊員，如遇特殊情況（如：意外事故等非人為可控制因素）導致參賽隊員減少，請提供相關證明予主辦單位查核。如因故需減少隊員人數，隊伍人數仍須符合每隊 3 至 10 人之規定。未經主辦單位同意之隊員異動，主辦單位得取消其參賽或得獎資格。
3. 本活動重要通知將以報名時提供之領隊電子郵件及電話聯絡，參賽者務必正確填寫，以利維護自身權益。
4. 現場競賽行前通知（含報到、彩排及比賽注意事項），由承辦單位於比賽前一週內以電子郵件方式寄發至各領隊信箱。各參賽隊伍應於現場競賽當日指定時間前抵達活動現場，並完成報到、檢錄及相關程序；逾時未完成者，主辦單位得視同棄權，不另通知。
5. 活動期間由主辦單位統一辦理公共意外責任險。
6. 比賽過程之音樂應由參賽者自行確認並取得合法使用權利。
7. 入選現場競賽之隊伍須依主辦單位指定期限提交現場演出音樂檔，音樂格式、檔名及繳交方式將於行前通知中公告；逾期未繳交或檔案無法播放者，相關責任由參賽隊伍自行承擔。
8. 主辦單位得於活動期間進行攝錄影，並得使用參賽者上傳之報名影片及活動現場影像作為活動紀錄、宣傳、社群發布及後續推廣使用。參賽者於報名時應完成相關個資告知同意、肖像權及著作權使用同意，並承諾所使用音樂及作品內容具合法使用權利。
9. 依中華民國所得稅法規定，競技、競賽之獎金或獎品價值超過新臺幣 20,000 元者，境內居住之得獎人須依法扣繳 10% 所得稅後始得領獎；非中華民國境內居住者（包含在中華民國境內居留未滿 183 天之外國人及本國人），則依規定按給付金額扣繳 20% 所得稅。
10. 依中華民國所得稅法規定，競技、競賽之獎金或獎品屬個人所得，依法須列入個人年度綜合所得稅申報。主辦單位將依相關稅法規定辦理所得申報及扣繳作業，得獎人須配合填寫據據及提供相關身分資料後始得領獎；若不願配合者，視同放棄得獎資格。團體獎金將依實際得獎成員人數分配列報所得。
11. 南山人壽享有本辦法及本活動未盡事宜之最終解釋權。參賽者均同意，在上傳本活動影片時，如經南山人壽認定有違法或侵害他人權益之可能性，南山人壽可立即要求參賽者刪除上傳內容，否則南山人壽得逕取消該參賽者或該參賽者隊伍之資格。
12. 本活動如有任何因電腦、網路、電話、技術或其他不可歸責於南山人壽之事由，致參與者所寄出、填寫或登錄之資料有遺失、錯誤、無法辨識或毀損等情形，南山人壽不負任何法律責任。
13. 所有參賽者參加本活動時，即同意接受本活動公告之所有注意事項規範，如有違反本活動注意事項行為，主辦單位得取消其參加或得獎資格，已發出獎品並將視情形予以追回；若已發出之獎品已不存在者，南山人壽將視情形追回同等價值之獎金。

十一、 南山人壽個人資料保護法告知書暨肖像權同意聲明

南山人壽保險股份有限公司(即主辦單位)依據個人資料保護法（以下稱個資法）第八條第一項/第九條第一項，向台端告知下列事項，請台端詳閱：

(一) 蒐集之目的

本公司基於辦理【2026 NS Dance 南山熱舞大賽】活動報名相關事宜等目的，將蒐集、處理或利用台端的各項個人資料。特定目的項目為：

1. ○○一 人身保險

2. ○四○ 行銷 (包含金控共同行銷業務)
3. ○五九 金融服務業依法令規定及金融監理需要，所為之蒐集處理及利用
4. ○六三 非公務機關依法定義務所進行個人資料之蒐集處理及利用
5. ○六六 保險監理
6. ○六九 契約、類似契約或其他法律關係事務
7. ○九○ 消費者、客戶管理與服務
8. 一〇九 教育或訓練行政
9. 一一八 智慧財產權、光碟管理及其他相
10. 一二〇 稅務行政
11. 一三五 資(通)訊服務
12. 一四二 運動、競技活動
13. 一五七 調查、統計與研究分析
14. 一八一 其他經營合於營業登記項目或組織章程所定之業務

(二) 蒐集之個人資料類別

姓名、性別、國籍、生日、身分證統一編號、地址、電話號碼、電子信箱、肖像等基於報名參加本活動或活動進行所提供之個人資料。

(三) 個人資料之來源

當事人提供予主辦單位/當事人之代理人代為提供予主辦單位及承辦單位。

(四) 個人資料利用之期間、對象、地區、方式

1. 期間：依蒐集之目的所必須及依法令規定應為保存之期間。
2. 對象：主辦單位及其分公司、子公司、關係企業、依法有調查權機關或金融監理機關、承辦單位-創立媒體整合行銷有限公司。
3. 地區：上述對象所在之地區。
4. 方式：合於法令規定之利用方式。

(五) 依據個資法第三條規定，主辦單位保有台端之個人資料得行使之權利及方式得向主辦單位行使之權利：

1. 向主辦單位查詢、請求閱覽或請求製給複製本。
2. 向主辦單位請求補充或更正。
3. 向主辦單位請求停止蒐集、處理或利用及請求刪除。

(六) 行使權利之方式：除以電話查詢個人資料或主辦單位另有規定外，行使權利之方式以書面為之。如有疑問，台端得與主辦單位 (crystal-ty.chen@nanshan.com.tw) 及承辦單位 (cmmc@creationmedia.com.tw) 聯絡，將協助處理相關請求。

(七) 台端不提供個人資料所致權益之影響：

台端若未能提供相關個人資料時，承辦單位可能無法處理本活動報名後續作業，因此將無法提供 台端參加本活動之機會。

(八) 肖像權使用

本人同意主辦單位於活動網站、社群媒體、新聞媒體及其他宣傳管道，公開展示本人之姓名 (或暱稱)、照片及參賽影片，以作為活動紀錄與推廣之用途。本授權僅限於本活動相關宣傳，主辦單位不得另作其他用途。

(九) 著作權授權

本人確認參賽影片為本人原創或已獲合法授權，並同意主辦單位於活動期間內，得基於活動推廣需要，公開播放、剪輯或轉載該影片 (包括但不限於活動網站、社群平台及新聞報導等)。本授權不影響本人對作品之原始著

(十) 其他聲明

1. 若因不可歸責於主辦單位之因素，導致參賽者提供之資料遺失、錯誤、無法辨識或毀損，主辦單位不負任何法律責任。
2. 主辦單位保留活動規則及條款之最終解釋權，並有權視情況取消、終止、修改或暫停本活動，恕不另行個別通知。
3. 參賽者提交報名表，即視為已充分理解並同意上述條款內容，且不得異議。