



## VI Puchar Krakowa w Taekwon-do

**Data:** 18 maja 2024 (sobota)

**Miejsce:** Hala Sportowa Com Com Zone, Kraków ul. Ptaszyckiego 6

**Grupy wiekowe i konkurencje:**

Dzieci 2018–2017 – formy, techniki specjalne, tempówki (ap chagi), soft-stick

Dzieci 2016–2015 – formy, techniki specjalne, tempówki (ap chagi), soft-stick albo semi-contact

Młodzicy 2014–2012 - formy, techniki specjalne, tempówki (dollyo chagi), soft-stick albo semi-contact

Kadeci 2011–2009 - formy, techniki specjalne, semi-contact, light-contact

**Zgłoszenia:** Za pomocą systemu PRL: <http://put.org.pl/prl/> w terminie do **8 maja**.

**Dokumenty:** Należy przesłać podpisane przez rodzica zgody na udział uczestnika w turnieju w formie skanów umieszczonych na dysku google. Kluby przyjezdne wysyłają link do dysku.

**Opłata startowa:** 120 zł – płatne przelewem na konto KCT wskazane na fakturze po zawodach.

**Licencje:** licencja zawodnicza roczna dla klubów współpracujących 20 zł, dla klubów członkowskich według wcześniejszych ustaleń).

Rachunek bankowy **ZS PUT: 28 1750 0012 0000 0000 3580 8701**

**Nagrody:** Medale za miejsca 1, 2 i 3 oraz dyplomy uczestnictwa.

**Harmonogram turnieju:**

Spotkanie organizacyjne dla sędziów – 09:00

Dzieci rocznik 2018 – rejestracja 09:00, rozpoczęcie konkurencji 9:30

Dzieci rocznik 2017 – rejestracja 10:00, rozpoczęcie konkurencji 10:30

Dzieci rocznik 2016 – rejestracja 10:30, rozpoczęcie konkurencji 11:30

Dzieci rocznik 2015 – rejestracja 11:30, rozpoczęcie konkurencji 12:30

Młodzicy roczniki 2014-2012 – rejestracja 13:30, rozpoczęcie konkurencji 14:30

Kadeci roczniki 2011-2009 – rejestracja 15:00, rozpoczęcie konkurencji 16:00

Planowane zakończenie konkurencji – 19:00

Podane godziny są orientacyjne. Szacowany czas na rejestrację – 1 godzina, na rozegranie konkurencji – ok 3 godzin.

**Rejestracja:** na miejscu, przed rozpoczęciem konkurencji. Będzie prowadzony pomiar dzieci z roczników 2016-2015 oraz młodzików i kadetów.

**Sędziowie:** Każdy klub proszony jest o zgłoszenie 1 sędziego na każdą rozpoczętą 15 zawodników. W przypadku dużej liczby zgłoszeń kluby bez odpowiedniej liczby sędziów mogą mieć nałożone limity uczestników. Kluby otrzymają zwrot 120 zł za dojazd każdego sędziego w formie rabatu od opłaty startowej. Sędzia otrzymuje obiad, napoje i przekąski.

**Sekundanci:** W grupach wiekowych dzieci i młodzicy nie przewidujemy możliwości sekundowania zawodnikom w żadnych konkurencjach. Miejsce trenerów znajduje się poza strefą rozgrywania konkurencji. W grupie wiekowej kadetów sekundowanie jest dozwolone, a nawet konieczne w konkurencjach walk semi- i light-contact z uwagi na 2-rundowy charakter walk. Sekundanci muszą być w stroju sportowym i czerwonej koszulce sekundanta (do wypożyczenia na zawodach po wcześniejszym zgłoszeniu zapotrzebowania).

**Regulamin konkurencji:** [http://www.put.org.pl/wp-content/uploads/2019/11/regulamin-4.15\\_v2.pdf](http://www.put.org.pl/wp-content/uploads/2019/11/regulamin-4.15_v2.pdf)

**Odstępstwa od regulaminu:**

- Białe doboki nie są wymagane, ale bardzo pożądane; w przypadku braku obowiązują długie spodnie lub legginsy i koszulka;
- konkurencja tempówek będzie rozgrywana na tradycyjnych tarczach (bez systemu Zemita);
- dodatkową konkurencją są walki soft-stick młodzików, a udział z nich mogą brać zawodnicy ze stopniem nie wyższym niż 7. cup.
- organizator zastrzega sobie możliwość łączenia lub podziału poszczególnych kategorii w zależności od liczby zgłoszonych zawodników;
- w konkurencjach pucharowych (walki i formy) nie będzie walk o 3. miejsce – rozdane zostaną dwa brązowe medale;
- do sędziowania dopuszczeni zostaną również kandydaci na sędziów nie posiadający licencji.

**Organizator:** Krakowskie Centrum Taekwon-do i Związek Sportowy Polska Unia Taekwon-do

## **SKRÓCONY REGULAMIN:**

### **Techniki specjalne**

- Konkurencja polega na sięgnięciu celu techniką nożną na najwyższym pułapie.
- Zawodnicy rywalizują między sobą, podejmując próby zaliczenia kolejnych wysokości.
- Zawodnicy mają po dwie szanse trafienia celu na każdym pułapie.
- Dzieci mogą wykonać technikę z ziemi, a powierzchnia uderzeniowa i miejsce zetknięcia z packą nie są oceniane. Starsi kopią z wysokości, trafiając w packę powierzchnią ap kumchi od spodu,
- Lądowanie musi nastąpić bez kontaktu z podłożem części ciała innych niż stopy.
- W przypadku remisu zwycięża zawodnik, który ostatnią wysokość zaliczył w pierwszej próbie, podczas gdy konkurenci w drugiej. Później sprawdzane są poprzednie kolejki aż do spełnienia poprzedniego kryterium. Przy dalszym braku rozstrzygnięcia zwycięża zawodnik niższy wzrostem.

### **Tempówki**

- Konkurencja polega na wykonaniu największej liczby kopnięć w wyznaczonym czasie.
- Zawodnicy rywalizują między sobą w ramach pojedynczej rundy.
- Dzieci wykonują kopnięcia ap chagi przez 15 sekund na przemian lewą i prawą nogą.
- Młodzicy wykonują kopnięcia dollo chagi przez 15 sekund najpierw jedną, a później drugą nogą.
- Dzieci korzystają z systemu tarcz typu thai-pad, a młodzicy korzystają z tarcz w kształcie litery „L”
- wysokość celu dopasowana jest do wysokości pasa kopiącej osoby.
- Niezależnie od grupy wiekowej pomiędzy celnymi kopnięciami noga musi dotknąć podłoża.
- Młodzikom zaliczane są tylko techniki prowadzone ruchem okrężnym z obciążoną stopą.
- W przypadku remisu następuje dogrywka, a później zwycięstwo zawodnika o lepszej technice.

### **Soft-stick**

- Konkurencja polega na pokonaniu rywala na punkty w walce piankowym kijem.
- Walka zatrzymywana jest po każdym ciosie, za który mogą zostać przyznane punkty.
- Punktacja: cała powierzchnia głowy – 2 punkty, Pozostałe części ciała z wyjątkiem rąk – 1 punkt
- Techniki dozwolone Uderzenia we wszystkich płaszczyznach, które nie powodują upuszczenia kija – także pchnięcia i trafienia po obrocie
- Jeżeli podczas walki różnica osiąga 10 punktów, starcie kończy się na skutek przewagi technicznej.
- Czas trwania starcia to 1 runda × 1.5 min, dogrywka 45 sekund.
- W przypadku remisu następuje dogrywka, a później walka do pierwszej wygranej akcji.

### **Formy**

- Konkurencja polega na pokonaniu rywala przez lepsze zaprezentowanie układu.
- Zawodnicy parami wykonują układ formalny tradycyjny wybrany przez sędziego.

- Najwyższy możliwy do zaproponowania układ to ten wymagany na stopień poprzedzający niższy
- spośród stopni rywalizującej pary, ale należący do zakresu Chon-Ji Tul – Choong-Moo Tul.
- Jeżeli kategoria dotyczy startujących poniżej żółtego pasa, możliwe do wyznaczenia są także półformy: Saju Jirugi (zawsze) i Saju Makgi (gdy niższym ze stopni jest co najmniej 9 kup).
- Sędziowie decydują o zwycięstwie zawodnika poprzez wskazanie. Aby wygrać pojedynek, należy otrzymać większość głosów.
- W przypadku remisu następuje dogrywka z koniecznością wskazania zwycięzcy.

#### **Semi-contact**

- Konkurencja polega na pokonaniu rywala na punkty w walce rękami i nogami.
- Walka zatrzymywana jest po każdym ciosie, za który mogą zostać przyznane punkty.
- Pola trafień Strefa wysoka – cała powierzchnia głowy
- Strefa środkowa – przód i boki tułowia
- Techniki dozwolone Techniki ręczne przodem lub grzbietem pięści, bez obrotowych
- Kopnięcia, których powierzchnią uderzeniową jest stopa lub piszczel
- Jeżeli podczas walki różnica osiąga 10 punktów, starcie kończy się na skutek przewagi technicznej.
- Czas trwania starcia dzieci i młodzików to 1 runda × 1.5 min, dogrywka 45 sekund.
- Czas trwania starcia kadetów to 2 rundy × 1.5 min, przerwa 30 sekund, dogrywka 45 sekund.
- W przypadku remisu następuje dogrywka, a później walka do pierwszej wygranej akcji.

#### **Light-contact**

- Konkurencja polega na pokonaniu rywala na punkty w walce rękami i nogami
- Walka zatrzymywana jest tylko na skutek przewinień oraz w sytuacjach wyjątkowych.
- Pola trafień Strefa wysoka – cała powierzchnia głowy oprócz tyłu techniką ręczną.
- Strefa środkowa – przód i boki tułowia.
- Techniki dozwolone Techniki ręczne przodem lub grzbietem pięści, bez obrotowych
- Kopnięcia, których powierzchnią uderzeniową jest stopa lub piszczel.
- Sędziowie decydują o zwycięstwie zawodnika poprzez wskazanie. Aby wygrać pojedynek, należy otrzymać co najmniej połowę głosów, jednak więcej od rywala.
- Czas trwania starcia to 2 rundy × 1.5 min, przerwa 30 sekund, dogrywka 45 sekund.
- W przypadku remisu rozstrzygnięcie przynoszą: dodanie głosu przez sędziego planszowego, dogrywka z koniecznością wskazania zwycięzcy, decyzja sędziego planszowego.