



Związek Sportowy
POLSKA UNIA TAEKWON-DO

oraz

Stowarzyszenie „Egida”

**OTWARTY PUCHAR POLSKI PÓŁNOCNEJ
TAEKWONDO ZSPUT
Olsztynek 17 lutego 2018**

Data:

17 lutego 2018

Miejsce:

Hala Sportowa w Gimnazjum im. Noblistów Polskich , ul. Górna 5 , Olsztynek.

Organizatorzy:

Związek Sportowy Polska Unia Taekwon-do
Stowarzyszenie „KS Egida”

Opłata startowa:

60zł od osoby, bez względu na liczbę konkurencji

Liczba zgłaszanych zawodników:

Nieograniczona, wiążąca.

Nagrody:

medale i dyplom

Konkurencje:

Dzieci (roczniki 2012, 11, 10, 09) - konkurencja sprawnościowa soft-stick, techniki szybkościowe (ap chagi), układy formalne tradycyjne i dowolne

Młodzicy (roczniki 2008, 07, 06) - walki touch-contact lub soft-stick (alternatywnie), techniki szybkościowe (dollyo chagi), układy formalne tradycyjne i dowolne

Dzieci młodsze, dzieci i młodzicy nie muszą posiadać badań od lekarza sportowego, a jedynie oświadczenie rodziców. Wzór oświadczenia zostanie podeślany w oddzielnym mailu.

Kadeci (roczniki 2005, 2004, 2003) - walki semi-contact, light-contact, układy formalne dowolne i tradycyjne

Juniorzy (roczniki 2002, 2001, 2000) - walki semi-contact, light-contact, układy formalne dowolne i tradycyjne, grand-champion

Seniorzy (roczniki 1999 i starsi) - walki semi-contact, light-contact, układy formalne dowolne i tradycyjne, grand-champion

Kategorie:

Konkurencje sprawnościowe dzieci (soft-stick, techniki szybkościowe) Startujący rywalizują w swoich grupach bez podziału na płeć. W przypadku dużej ilości zgłoszeń organizator zastrzega sobie możliwość dokonania podziału w obu kategoriach na dwie grupy (wyższą i niższą). Podział dokonany zostanie na podstawie faktycznych pomiarów wzrostów zgłoszonych drogą mailową przez trenerów.

Touch - contact (podział wzrostowy)

- a) młodziczki -140 cm, -150 cm, +150 cm
młodzicy -135 cm, -145 cm, -150 cm, -155 cm, +155 cm

Semi – contact (podział wzrostowy)

- a) kadetki – 155 cm, – 165 cm, + 165 cm
kadeci – 150 cm, – 160 cm, – 170 cm, + 170 cm
- b) juniorki -160 cm, -170 cm, +170 cm
juniorzy – 165 cm, – 175 cm, – 185 cm, + 185 cm
- c) seniorki -160 cm, -170 cm, +170 cm
seniorzy -175 cm, -180 -185cm, +185 cm

Light – contact (podział wagowy)

- a) kadetki – 43 kg, – 50 kg, – 57 kg, + 57 kg
kadeci – 42 kg, – 48 kg, – 54 kg, – 60 kg, – 66 kg, + 66 kg

- b) juniorki – 50 kg, – 57 kg, – 64 kg, + 64 kg
juniorzy – 54 kg, – 60 kg, – 66 kg, – 72 kg, – 78 kg, + 78 kg
- c) seniorki – 50 kg, – 57 kg, – 64 kg, + 64 kg
seniorzy – 60 kg, – 66 kg, – 72 kg, – 78 kg, – 84 kg, + 84 kg.

Grand – champion

- a) Kobiety (juniorki i seniorki razem)
- b) Mężczyźni (juniorzy i seniorzy razem)

Układy formalne tradycyjne (SYSTEM PUCHAROWY wg regulaminu ZS PUT)

- a) dzieci i młodzicy razem
- b) kadeci, juniorzy I seniorzy razem

UWAGA: ORGANIZATOR ZASTRZEGA SOBIE PRAWO ŁĄCZENIA POSZCZEGÓLNYCH KATEGORII WZROSTOWYCH, WAGOWYCH, WIEKOWYCH W ZALEŻNOŚCI OD ILOŚCI ZGŁOSZONYCH OSÓB.

Opieka medyczna zawodów:

Zapewnia organizator

Termin zgłoszeń:

Zgłoszenia osób startujących należy dokonać w nieprzekraczalnym terminie **do 09.02.2018r.** do instruktorów.

Ważenie:

Wyrwykowe, podczas trwania zawodów. Brak tolerancji wagowej.

Plan Zawodów:

Sobota (17.02.2018 r.)

7:30-8:00 - kontrola dokumentów (oświadczenia rodziców w kat. **dzieci młodsze, dzieci i młodzicy**)

8:45 - odprawa techniczna kierowników drużyn i sędziów

9:00-13:00 - konkurencje dzieci i młodzików

10:00–12:00 - kontrola dokumentów (książeczki zdrowia, oświadczenia dot. pozostałych kategorii wiekowych)

13:00-13:30 - uroczyste otwarcie zawodów

13:30-20:00 - walki semi-contact i light-contact kadetów, juniorów i seniorów

UWAGA! Plan zawodów może ulec zmianie w trakcie trwania zawodów.

Warunki uczestnictwa:

- Zgłoszenie zawodnika w terminie,
- Opłacenie startowego
- Opłacenie licencji ZS PUT na rok 2018
- Ważne badania lekarskie w książeczce sportowca dla osób które nie ukończyły 23r.ż. lub oświadczenia o stanie zdrowia dzieci, młodzików oraz od osób, które ukończyły 23r.ż.

UWAGA! Badania lekarskie muszą zawierać:

a. Pieczętkę lekarza ze specjalizacją "Lekarz sportowy"

b. Datę wykonania badania i termin ważności.

c. informacje o wykonywanym sporcie (Taekwondo, Kick-Boxing, K1 itp) - w książeczce sportowca, lub odpowiednia adnotacja na zaświadczeniu od lekarza.

- Podpisane oświadczenia do pobrania na stronie www.ksorient.pl dla **WSZYSTKICH** zawodników. Osobiście przez zawodników pełnoletnich oraz przez prawnego opiekuna osoby niepełnoletniej.

Regulamin zawodów, obsada sędziowska, ubiory sędziów i zawodników, sprzęt ochronny: zgodnie z przepisami obowiązującymi w zawodach ZS PUT.

Wyżywienie:

We własnym zakresie

REGULAMIN REKREACYJNYCH KONKURENCJI SPRAWNOŚCIOWYCH DLA DZIECI

1. KONKURENCJA SPRAWNOŚCIOWA: SOFT-STICK

- 1 runda x 1min.
- System pucharowy lub system każdy z każdym (w zależności od ilości zgłoszonych zawodników).
- Długość pałki dla każdego zawodnika: 50cm.
- Punktacja:
 - głowa – 2 pkt.
 - pozostałe części ciała z wyjątkiem rąk (w tym tułów, plecy, nogi) – 1 pkt.
 - trafienia w ręce są dozwolone, ale nie są punktowane,
- W przypadku remisu - dogrywka do pierwszego trafienia.

2. KONKURENCJA SPRAWNOŚCIOWA: TEMPÓWKI APCHAGI

- Zawodnik wykonuje wymachy apchagi dowolną nogą (Zawodnik może wykonywać wymachy na przemian nogami lub tylko jedną nogą, lub też raz jednym sposobem, raz drugim).
- Po każdym wymachu noga musi dotknąć podłoża.
- Wymachy wykonywane są przez 10 sek.
- Wymachy wykonywane są w tarczę ustawioną na wysokości pasa kopiającego.
- Zawodnicy uczestniczą w dwóch rundach. Wynik ostateczny to suma wymachów z pierwszej i drugiej rundy.