

# BE FIT SPRING OPEN CUP TAEKWON-DO ITF

29 MAJA 2021

START ZAWODÓW  
GODZINA 9:00



HALA  
WIDOWISKOWO  
SPORTOWA

OPD ARENA  
LEGIONOWO

TURNIEJ:

PRZEDSZKOLAKÓW

MŁODZIKÓW

KADETÓW

JUNIORÓW MŁODSZYCH

JUNIORÓW



SKIERDY



Organizator  
BE FIT  
Taekwon-do Team

# BE FIT SPRING OPEN CUP TAEKWON-DO ITF



## **Turniej przeznaczony dla:**

przedszkolaków, młodzików, kadetów, juniorów młodszych oraz juniorów.

## **Data:**

29.05.2021 r. (sobota)

## **Miejsce:**

Hala widowiskowa DPD ARENA  
Ul. Bolesława Chrobrego 50b  
05-120 Legionowo

## **Organizator:**

BE FIT Taekwon-do Team  
DPD Arena Legionowo

## **Opłata startowa:**

80 zł od osoby, bez względu na ilość konkurencji.

## **Program zawodów:**

08:00-08:30 - rejestracja drużyn

08:30-08:50 - odprawa sędziów i trenerów

09:00-09:10 - oficjalne przywitanie zawodników

09:10-12:00 - przeprowadzenie konkurencji w kat.

### **przedszkolaków i młodzików**

11:00-13:00 - przeprowadzenie konkurencji w kat. **kadetów**

13:00-15:00 - przeprowadzenie konkurencji w kat. **juniorów młodszych**

### **oraz juniorów**

17:00 - zakończenie turnieju

## **Nagrody:**

Medale za 1, 2, 3 miejsce.

Medale za udział w zawodach.

Dyplomy okolicznościowe.

Puchary dla najlepszych zawodników.

**Kategorie wiekowe** (określone na podstawie roku urodzenia):  
**przedszkolaki** (3,4,5 lat) - roczniki 2018 - 2016,  
**młodzicy** (6,7,8,9 lat) - roczniki 2015 - 2012,  
**kadeci** (10,11,12 lat) - roczniki 2011 - 2009,  
**juniorzy młodsi** (13,14,15 lat) - roczniki 2008 - 2006,  
**juniorzy** (16,17,18 lat) - roczniki 2005 - 2003,

**Kategorie wiekowe i konkurencje:**

UWAGA: Wiek zawodnika ustalany jest na podstawie rocznika, a nie dokładnej daty urodzenia.

GRUPA WIEKOWA	KONKURENCJE							
	UKŁADY FORMALNE	TECHNIKI SZYBKOŚCIOWE	WALKI SOFT (KALAKI)	WALKI SEMI HOGO	WALKI SEMI-CONTACT	WALKI LIGHT-CONTACT	TECHNIKI SPECJALNE	TESTY SIŁY
<b>PRZEDSZKOLAKI</b> 3-5 lat		X	X				X	
<b>MŁODZICY</b> 6-9 lat		X	X				X	
<b>KADECI</b> 10-12 lat	X	X		X			X	
<b>JUNIORZY MŁODSI</b> 13-15 lat	X				X	X	X	
<b>JUNIORZY</b> 16-18 lat	X				X	X	X	

### **Punktacja:**

#### **Formuły: semi hogo, semi-contact, light-contact:**

- 1** punkt - trafienie techniką ręczną w głowę lub tułów,
- 2** punkty - trafienie techniką ręczną z wyskoku obunóż w głowę,
- 2** punkty - trafienie techniką nożną na tułów,
- 3** punkty - trafienie techniką nożną po obrocie na tułów,
- 3** punkty - trafienie techniką nożną w głowę,
- 4** punkty - trafienie techniką nożną po obrocie w głowę.

#### **Formuła: soft-kalaki:**

- 1** punkt - trafienie w nogi oraz tułów,
- 2** punkty - trafienie w kask po całym obwodzie,

### **OPIS KONKURENCJI:**

**SOFTY (KALAKI).** W konkurencji soft dozwolone są dźgnięcia w przód, ręce służą do blokowania i nie są punktowane.

**TECHNIKI SZYBKOŚCIOWE - młodzicy.** Konkurencja sprawnościowa. Rywalizacja polega na wykonaniu jak największej ilości kopnięć w tarczę w czasie 15 sekund. Trafienie zaliczone jest kiedy stopa dotknie tarczy i z powrotem dotknie podłogi. Tarcza jest trzymana poziomo na wysokości pasa dziecka. Najpierw kopie prawa noga, potem lewa - o wyniku decyduje suma kopnięć obydwóch nóg.

**TECHNIKI SZYBKOŚCIOWE - kadeci** (dollyo na specjalne tarcze). Konkurencja sprawnościowa. Rywalizacja polega na wykonaniu jak największej ilości kopnięć w tarczę w czasie 15 sekund. Trafienie zaliczone jest kiedy stopa dotknie tarczy i z powrotem dotknie podłogi. Tarcza jest trzymana pionowo na wysokości pasa zawodnika. Stopa podczas kopnięcia musi ominąć specjalny wypust i trafić powierzchnią "baldung" w górną część tarczy. Najpierw kopie prawa noga, potem lewa - o wyniku decyduje suma kopnięć obydwóch nóg.

**SEMI-HOGO.** W konkurencji semi-hogo są dopuszczone techniki ręczne i nożne na wysokość głowy i tułowia. Jediną różnicą, która odróżnia tę konkurencję od walki semi-contact jest kontrolowana siła uderzeń oraz obowiązkowe założenie kamizelki ochronnej hogo oraz kasku z kratką/maską.

**SEMI-CONTACT.** Walki w systemie semi-contact są podzielone na kategorie wg wzrostu, a nie wg wagi.



## **TECHNIKI SPECJALNE.**

W kategorii młodzików nie musi być to kopnięcie nożycowe, jednak technika powinna być wykonana podczas wyskoku. W kategorii kadetów oraz juniorów młodszych kopnięcie musi być wykonane poprawnie oraz zachowana pozycja walki (niunja sopalmok daebi magki) przed oraz bezpośrednio po wykonaniu techniki.

**WALKI JUNIORÓW MŁODSZYCH oraz JUNIORÓW** - zawodnicy mogą startować w obu formułach walki: semi-contact i light-contact. Do udziału w walkach light-contact mają zawodnicy posiadający minimum 6 kup. W formule walki light-contact niedozwolne jest wykonanie więcej niż 3 uderzeń ręcznych w jednej serii. Walka ma na celu pokazanie głównie technicznych umiejętności zawodnika, a nie tylko przewagi siłowej.

## **Warunki udziału w zawodach:**

W zawodach mogą wziąć udział zawodnicy spełniający poniższe warunki:

- opłata startowa, - posiadanie białego doboku Taekwon-do ITF, w wyjątkowych okolicznościach dopuszcza się strój sportowy (biała koszulka i czarne długie spodnie)
- aktualne badania lekarskie (dotyczy wszystkich konkurencji walk),
- polisa NNW dla zawodników, organizator nie ubezpiecza uczestników zawodów od NNW. Organizator nie ponosi odpowiedzialności w przypadku wypadków i ich następstw.
- zgoda rodziców na udział w zawodach dla osób niepełnoletnich,
- zgłoszenie zawodnika w terminie i na obowiązującej karcie zgłoszenia,
- wejście na halę sportową - TYLKO - w obuwiu zmiennym !!!
- każdy trener, sekundant powinien posiadać czerwoną koszulkę trenerską PZ ITF

## **Sprawy różne:**

- Zawody rozegrane zostaną zgodnie z regulaminem Polskiego Zrzeszenia Taekwon-do ITF, International Taekwon-do Federation.
- W razie jakichkolwiek pytań prosimy dzwonić bezpośrednio do organizatora: Magdalena Kozłowska tel. 666 656 555.
- Wszelkie protesty i zażalenia zgłasza - TYLKO - kierownik drużyny do sędziego głównego lub organizatora turnieju.
- Wystawienie 1 sędziego na każdą rozpoczętą piętnastkę zawodników
- Z uwagi na sytuację epidemiczną organizator nie zapewnia kasków do walk, kasków z kratą oraz hogo. Każdy klub proszony jest o posiadanie własnego sprzętu!

Organizator zastrzega sobie prawo do korekty w programie imprez oraz do łączenia i zmian w kategoriach, które tego wymagają w zależności od ilości zgłoszonych zawodników.

**Sędziowie:**

Z uwagi na sprawny przebieg zawodów, każdy klub jest zobowiązany zapewnić jednego licencjonowanego sędziego na każdą rozpoczętą piętnastkę zawodników.

UWAGA sędziów zgłaszamy na osobnej, dedykowanej karcie zgłoszeń.

**Termin zgłoszeń :**

Aby uniknąć błędów i poprawek kart podczas trwania konkurencji, co znacznie wydłuża czas turnieju, ostateczny termin zgłoszeń zawodników oraz sędziów to **20.05.2021 r. do godz. 00.00** na załączonych kartach na adres mailowy: **fundacjalupus@gmail.com**

Opłata jest wiążąca (płatność za zgłoszonych zawodników).

---

**Serdecznie Zapraszamy!!!**

**Magdalena Kozłowska**

Organizator, kierownik drużyny Be Fit Taekwon-do Team

**Karolina Rzączyńska**

Organizator, koordynator zawodów