



Związek Sportowy  
**POLSKA UNIA TAEKWON-DO**

oraz

Stowarzyszenie „Egida”

**OTWARTY PUCHAR POLSKI PÓŁNOCNEJ  
TAEKWONDO ZSPUT  
Olsztynek 16 lutego 2019**

**Data:**

16 lutego 2019

**Miejsce:**

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

**Organizatorzy:**

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

**Opłaty startowe:**

60zł od osoby, bez względu na liczbę konkurencji (kluby członkowskie\*)

70zł od osoby, bez względu na liczbę konkurencji (kluby współpracujące)

\*klubem członkowskim jest klub, który w ciągu ostatniego roku, licząc od daty zawodów, przeprowadził przynajmniej 2 egzaminy na stopnie w taekwondo ZS PUT, z których w każdym z nich brało udział min. 15 osób lub 1 egzamin na min. 40osób.

**Liczba zgłaszanych zawodników:**

Nieograniczona, wiążąca.

**Nagrody:**

medale i dyplomy, nagrody rzeczowe

## Konkurencje:

**Dzieci młodsze** - (roczniki do 2014) - rekreacyjne konkurencje sprawnościowe (konkurencje ogólnospawnościowe opisane na końcu komunikatu).

**Dzieci** - (roczniki 2013, 2012, 2011, 2010) - techniki szybkościowe, układy formalne dowolne, konkurencja sprawnościowa – soft stick

**Młodzicy** - (roczniki 2009, 2008, 2007) - techniki szybkościowe, układy formalne dowolne, konkurencja sprawnościowa touch-contact lub soft stick

*Dzieci młodsze, dzieci i młodzicy nie muszą posiadać badań od lekarza sportowego, a jedynie oświadczenie rodziców.*

**Kadeci** - (roczniki 2006, 2005, 2004) - walki w formule semi-contact, light-contact, układy formalne dowolne

**Juniorzy** - (roczniki 2003, 2002, 2001) - walki w formule semi-contact, light-contact, układy formalne dowolne, Grand Champion

**Seniorzy** - (roczniki 2000 i starsi) walki w formule semi-contact, light-contact, układy formalne dowolne, Grand Champion

UWAGA! W formule light-contact starują zawodnicy posiadający minimum 6. CUP.

*Soft stick – dla młodzików, którzy nie biorą udziału w konkurencji touch-contact. Podział na grupy uzależniony od zgłoszeń.*

## 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, -140 cm, -145 cm, -150 cm, -155 cm, +155 cm

### **semi – contact (podział wzrostowy)**

- a) kadetki – 155 cm, – 160 cm, + 160 cm  
kadeci – 155 cm, – 165 cm, (– 170 cm)\*, - 175 cm, +175 cm
- b) juniorki -165 cm, -170 cm, +170 cm  
juniorzy – 170 cm, – 175 cm, – 180 cm, + 180 cm
- c) seniorki -165 cm, -170 cm, +170 cm

seniorzy -175 cm, -180cm, -185cm, +185 cm

**light – contact** (podział wagowy)

- a) kadetki – 47 kg, – 54 kg, + 54 kg  
kadeci – 46 kg, – 52 kg, – 58 kg, – 64 kg, + 64 kg
- b) juniorki – 54 kg, – 61 kg, + 61 kg  
juniorzy – 58 kg, – 64 kg, – 70 kg, – 76 kg, + 76 kg
- c) seniorki – 54 kg, – 61 kg, + 61 kg  
seniorzy – 64 kg, – 70 kg, – 76 kg, – 82 kg, + 82 kg.

**grand – champion**

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

**układy formalne dowolne (SYSTEM PUCHAROWY wg regulaminu ZS PUT, dopuszczone układy ITF oraz inne formalne, np. taekwondo WTF, karate, tangsoodo, itp)**

- a) dzieci i młodzicy razem (bez podziału na stopnie)
- b) kadeci (bez podziału na stopnie)
- c) juniorzy oraz seniorzy razem (bez podziału na stopnie)

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

**Ubezpieczenie:**

Ubezpieczenie NNW dla zawodników – zapewniają kluby we własnym zakresie. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne wypadki na zawodach.

**Opieka medyczna zawodów:**

Zapewnia organizator

**Sędziowie:**

1 sędzia na każdą rozpoczętą 15 zawodników. Podczas zawodów sędziowie mają zapewniony poczęstunek. Wszyscy sędziowie bez licencji sędziowskiej ZS PUT proszeni są o stawienie się przy stoliku sędziego głównego o godzinie 8:00. Sędziów należy zgłaszać poprzez program rejestrujący PRL. Należy podać klasę sędziego (planszowy, punktowy, sekretarz).

**Zgłoszenia Zawodników:**

1. Zgłoszenia osób startujących w nieprzekraczalnym terminie do północy do 13.02.2019 r. za pomocą programu rejestrującego dostępnego pod adresem internetowym <http://www.put.org.pl/prl> Osoba odpowiedzialna za dostęp do program PRL – Karol Siwek tel. 505094049
2. Zgłoszenia po terminie możliwe drogą mailową za dodatkową opłatą 30zł od zawodnika.

3. **Oświadczenia dotyczące zgody rodziców / opiekunów prawnych na start dzieci młodszych, dzieci i młodzików w formie skanu przesłać należy na adres [biuro@put.org.pl](mailto:biuro@put.org.pl) do dnia 13.02.2019 r.**

### **Ważenie:**

Wyrwykowe, podczas trwania zawodów. Brak tolerancji wagowej.

### **Plan Zawodów:**

Sobota (16.02.2019 r.)

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

8:30 - 8:45 - odprawa sędziów

8:45 - 9:00 - odprawa kierowników ekip

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 - konkurencje kadetów, juniorów, seniorów

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

UWAGA! Godziny rejestracji będą ściśle przestrzegane. Warunkiem startu w zawodach jest wcześniejsza rejestracja. Rejestracja zawodników poza wyznaczonymi godzinami możliwa tylko w czasie pracy komisji sędziowskiej i przy zwiększeniu opłaty startowej o 10 zł. W innym przypadku zawodnik nie zostanie zarejestrowany co oznacza brak możliwości udziału w zawodach.

### **Warunki uczestnictwa:**

- Zgłoszenie drużyny w terminie,
- Opłacenie startowego
- Opłacenie licencji zawodniczej ZS PUT:
  - Licencja roczna na dany rok kalendarzowy:
    - Dla zawodników biorących udział w zawodach rankingowych i nie rankingowych
      - 30 zł/ os. kluby członkowskie
      - 30 zł/ os. kluby współpracujące
      - Licencja jednorazowa 10 zł/ os. – kluby współpracujące
- 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 załączone do komunikatu dla **WSZYSTKICH** zawodników. Osobiście przez zawodników pełnoletnich oraz przez prawnego opiekuna osoby niepełnoletniej.
- Posiadanie polisy NNW dla zawodników na dzień zawodów oraz dojazd.

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

### **Noclegi:**

We własnym zakresie.

### **Wyżywienie:**

We własnym zakresie

### **Kontakt z organizatorem:**

Bartosz Zabłotny, tel. 501 809 553

Zbigniew Pawlak, tel. 505 074 423

## **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 packę ustawioną na wysokości pasa kopiającego.
- Zawodnicy uczestniczą w dwóch rundach. Wynik ostateczny to suma wymachów z pierwszej i drugiej rundy.