



IV Puchar Krakowa w Taekwon-do

Kraków, 12 grudnia 2020

Podstawowe informacje

Miejsce	Hala Sportowa Com Com Zone – Nowa Huta Kraków ul. Ptaszyckiego 6
Termin	12 grudnia 2020
Organizator	Krakowskie Centrum Taekwon-do Związek Sportowy Polska Unia Taekwon-do
Startowe	80 zł od osoby niezależnie od liczby konkurencji (kluby członkowskie ZS PUT, które wystawią odpowiednią liczbę sędziów). 90 zł od osoby dla pozostałych klubów.
Zgłoszenia	Najpóźniej do wtorku, 8 grudnia 2020, do godziny 23:00 Za pomocą programu rejestrująco-losującego: http://put.org.pl/prl
Rejestracja	12 grudnia 2020 w miejscu zawodów dla wszystkich grup wiekowych.
Limity	Maksymalna liczba zawodników mogących wziąć udział w turnieju to 250 osób. Po przekroczeniu tej liczby zgłoszeń dalsze zgłoszenia nie będą przyjmowane.
Wymagania	Zgłoszenie w terminie i opłacenie startowego. Opłacenie licencji ZS PUT – 30 zł rocznie lub 10 zł jednorazowo. Złożenie podpisanego oświadczenia.
Regulamin	Regulamin ZS PUT: https://bit.ly/392KH1X
Sędziowie	1 sędzia na każdą rozpoczętą piętnastkę zawodników. Zgłoszenia za pośrednictwem systemu PRL.
Nagrody	Medale za miejsca pierwsze, drugie i trzecie. Dyplomy za udział.
Ubezpieczenie	Zapewniają kluby we własnym zakresie.
Kontakt	Mikołaj Kotowicz: mikolaj.kotowicz@kct.pl , +48 502 067 081.

Konkurencje

Dzieci 2015–2014	Techniki szybkościowe, soft-stick
Dzieci 2013	Układy tradycyjne, techniki szybkościowe, techniki specjalne, soft-stick
Dzieci 2012	Układy tradycyjne, techniki szybkościowe, techniki specjalne, soft-stick albo semi-contact
Dzieci 2011	Układy tradycyjne, techniki szybkościowe, techniki specjalne, soft-stick albo semi-contact
Młodzicy: 2010–2008	Układy tradycyjne, techniki szybkościowe, techniki specjalne, semi-contact albo soft-stick
Kadeci: 2007–2005	Układy tradycyjne, techniki specjalne, semi-contact, light-contact
Juniorzy+Seniorzy: 2004 i starsi	Układy tradycyjne, techniki specjalne, semi-contact, light-contact

Kategorie

Dzieci 2015–2014	Wszystkie konkurencje	Chłopcy i dziewczęta osobno
Dzieci 2013	Wszystkie konkurencje	Chłopcy i dziewczęta osobno
Dzieci 2012	Wszystkie konkurencje	Chłopcy –10 cup +9 cup Dziewczęta bez podziału. Semi-contact bez podziału.
Dzieci 2011	Wszystkie konkurencje	Chłopcy –9 cup +8 cup Dziewczęta bez podziału Semi-contact bez podziału.
Młodzicy	Układy tradycyjne	Chłopcy –8 cup –7 cup +6 cup Dziewczęta –7 cup +6 cup
	Pozostałe konkurencje	Chłopcy –140 cm –145 cm +145 cm Dziewczęta –145 cm +145 cm
Kadeci	Układy tradycyjne	Chłopcy i dziewczęta osobno
	Light-contact	Chłopcy –58 kg +58 kg Dziewczęta –54 kg +54 kg
	Pozostałe konkurencje	Chłopcy –165 cm +165 cm Dziewczęta –160 cm +160 cm
Juniorzy+Seniorzy	Układy tradycyjne	Mężczyźni i kobiety osobno
	Light-contact	Mężczyźni –70 kg +70 kg Kobiety –61 kg +61 kg
	Pozostałe konkurencje	Mężczyźni –175 cm +175 cm Kobiety –165 cm +165 cm

Kategorie mogą zostać połączone lub podzielone w zależności od liczby zgłoszonych zawodników.

Plan zawodów

Konkurencje zaplanowane są w taki sposób, aby uniknąć kontaktu poszczególnych grup wiekowych oraz zapewnić czas na dezynfekcję sprzętu.

08:30	Odprawa sędziów i kierowników ekip
09:00	Rejestracja i konkurencje dzieci 2015, 2014, 2013
11:00	Rejestracja i konkurencje dzieci 2012, 2011
13:30	Rejestracja i konkurencje młodzików
16:00	Rejestracja i konkurencje kadetów i juniorów+seniorów
19:00	Planowane zakończenie turnieju

Techniki szybkościowe

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.

Młodzicy oraz dzieci z roczników 2015–2011 korzystają z systemu Zemita na poziomie czułości 1.
Wysokość pola trafień dla poszczególnych kategorii:

Dzieci 2015–2014	65 cm	Młodzicy –140 cm	80 cm
Dzieci 2013–2012	70 cm	Młodzicy –145 cm	85 cm
Dzieci 2011	75 cm	Młodzicy +145 cm	90 cm

Młodzikom zaliczane są tylko techniki prowadzone ruchem okrężnym z obciążoną stopą, po których noga dotyka podłoża. W pozostałych grupach wiekowych wszystkie trafienia mają znaczenie.

W przypadku remisu Dogrywka, a dalszej kolejności zwycięstwo zawodnika o lepszej technice

Układy tradycyjne

Konkurencja polega na zaprezentowaniu układu tradycyjnego o najlepszej jakości. Zawodnicy rywalizują w systemie pucharowym i parami wykonują układ wybrany przez sędziego.

Najniższy stopień, dla którego dana forma może zostać zaproponowana:

	Dzieci i młodzicy	Kadeci i seniorzy
Saju Jirugi	10 cup	10 cup

Saju Makgi	9.2 cup	9 cup
Chon-Ji Tul	8 cup	8 cup
Dan-Gun Tul	7.2 cup	7 cup
Do-San Tul	6 cup	6 cup
Won-Hyo Tul	5.2 cup	5 cup
Yul-Gok Tul	4 cup	4 cup
Joong-Gun Tul	3.2 cup	3 cup
Toi-Gye Tul	2 cup	2 cup
Hwa-Rang Tul	1.2 cup	1 cup
Choong-Moo Tul	1 dan	1 dan

Podstawę do wyboru układu stanowi niższy spośród stopni rywalizującej pary. Jeżeli kategoria dotyczy posiadaczy co najmniej żółtego pasa, najniższym możliwym do wyznaczenia układem jest Chon-Ji Tul.

Sędziowie decydują o zwycięstwie zawodnika poprzez wskazanie.
Aby wygrać pojedynek, należy otrzymać większość głosów.

W przypadku remisu Dogrywka z koniecznością wskazania zwycięzcy

Techniki specjalne

**Konkurencja polega na sięgnięciu celu techniką nożną na najwyższym pułapie.
Zawodnicy rywalizują między sobą, podejmując próby zaliczenia kolejnych wysokości.**

Młodzicy, kadeci i seniorzy wykonują kopnięcie z wyskoku, trafiając powierzchnią ap kumchi od spodu w packę, a następnie lądują bez kontaktu z podłożem części ciała innych niż stopy.

W grupie wiekowej dzieci technika może zostać wykonana z ziemi, a powierzchnia uderzeniowa i miejsce zetknięcia z packą nie są oceniane.

Zawodnicy mają po dwie szanse trafienia packi na każdym pułapie.

W przypadku remisu Zwycięstwo zawodnika, który ostatnią wysokość zaliczył w pierwszej próbie, podczas gdy konkurenci w drugiej
Sprawdzanie poprzednich kolejek aż do spełnienia powyższego kryterium
Zwycięstwo zawodnika niższego wzrostem

Soft-stick

**Konkurencja polega na zdobyciu większej liczby punktów od przeciwnika w walce piankowym kijem.
Walka zatrzymywana jest po każdym ciosie, za który mogą zostać przyznane punkty.
Zawodnicy rywalizują w systemie pucharowym.**

Techniki dozwolone Uderzenia we wszystkich płaszczyznach, również pchnięcia i trafienia po obrocie, które nie powodują upuszczenia kija

Punktacja Cała powierzchnia głowy – 2 punkty
Pozostałe części ciała z wyjątkiem ramion – 1 punkt

Jeżeli podczas walki różnica osiąga 10 punktów, starcie kończy się na skutek przewagi technicznej.

Czas trwania starcia 1 runda × 1.5 min, dogrywka 45 sekund

W przypadku remisu Dogrywka, a w dalszej kolejności nagła śmierć

Semi-contact

Konkurencja polega na zdobyciu większej liczby punktów od przeciwnika w walce rękami i nogami. Walka zatrzymywana jest po każdym ciosie, za który mogą zostać przyznane punkty. Zawodnicy rywalizują w systemie pucharowym.

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

Punktacja Technika nożna na strefę wysoką – 3 punkty
Technika nożna na strefę środkową – 2 punkty
Technika ręczna na strefę środkową lub wysoką – 1 punkt

Jeżeli podczas walki różnica osiąga 10 punktów, starcie kończy się na skutek przewagi technicznej.

Czas walki młodzików 1 runda × 1.5 min, dogrywka 45 sekund

Czas walki kadetów 2 rundy × 1.5 min, przerwa 30 sekund, dogrywka 45 sekund

Czas walki seniorów 2 rundy × 1.5 min, przerwa 30 sekund, dogrywka 45 sekund

W przypadku remisu Dogrywka, a w dalszej kolejności nagła śmierć

Light-contact

Konkurencja polega na zdobyciu większej liczby punktów od przeciwnika w walce rękami i nogami. Walka zatrzymywana jest tylko na skutek przewinień oraz w sytuacjach wyjątkowych. Zawodnicy rywalizują w systemie pucharowym.

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
Punktacja	Technika nożna na strefę wysoką – 3 punkty Technika nożna na strefę środkową – 2 punkty Technika ręczna na strefę środkową lub wysoką – 1 punkt

Sędziowie decydują o zwycięstwie zawodnika poprzez wskazanie.

Aby wygrać pojedynek, należy otrzymać co najmniej połowę głosów, jednak więcej od rywala.

Czas trwania starcia	2 rundy × 1.5 min, przerwa 30 sekund, dogrywka 45 sekund
W przypadku remisu	Dodanie głosu przez sędziego planszowego Dogrywka z koniecznością wskazania zwycięzcy Decyzja sędziego planszowego

IV Puchar Krakowa odbędzie się dzięki wsparciu finansowemu Województwa Małopolskiego w ramach projektu „Małopolska na Sportowo”.