



Związek Sportowy  
**POLSKA UNIA TAEKWON-DO**

**Mistrzostwa Polski w Taekwon-do ZS PUT**  
**Częstochowa, 18-19.03.2023**

**Data i miejsce:**

18-19.03.2023, Hala Sportowa Częstochowa ul. Żużłowa 4

**Organizatorzy:**

Związek Sportowy Polska Unia Taekwon-do  
Klub Sportowy Orient  
Urząd Miasta Częstochowa

**Opłaty startowe** (bez względu na liczbę konkurencji):

140 zł od osoby (do instruktora)

30 zł od osoby – konkurencja testy siły dla dzieci i młodzików (płatne w dniu zawodów)

20 zł od osoby – konkurencja Tag Team kadet, junior, senior (płatne w dniu zawodów)

**Termin zgłoszeń:**

03.03.2023r. do instruktora

Zgłoszenie obejmuje oddanie oświadczenia, książeczki adepta i opłacenie startowego.

**Nagrody:**

Medale specjalnie wykonane na tę imprezę oraz dyplomy za miejsca.

Dyplomy uczestnictwa dla wszystkich startujących.

**Konkurencje:**

**Dzieci** – (2017, 2016) techniki szybkościowe (ap chagi/apcha olligi kopane od spodu), techniki specjalne, układy formalne tradycyjne i dowolne, konkurencja sprawnościowa – soft stick,

**Dzieci** – (2015, 2014) techniki szybkościowe (ap chagi/apcha olligi kopane od spodu), techniki specjalne, układy formalne tradycyjne i dowolne, konkurencja sprawnościowa – soft stick albo semi-contact.

Techniki szybkościowe dzieci: będą rozgrywane z wykorzystaniem systemu Zemita, poziom czułości będzie ustawiony na 1, pole trafień stanowi koło o średnicy od 9 cm do 13 cm. Należy wykonać kopnięcia ap chagi/apcha olligi na przemian raz prawą raz lewą nogą. Wygrywa zawodnik, który wykona największą liczbę kopnięć zaliczonych przez system w czasie 15 sekund.

Wysokość\* dla poszczególnych roczników:

2017 – 60 cm

2016 – 65 cm

2015 – 70 cm

2014 – 75 cm

Pozostałe zasady wykonywania ww. konkurencji wg regulaminu ZS PUT

\*Wysokość mierzona od podłoża do środka pola trafień (koło o średnicy od 9 cm do 13 cm)

**Młodzicy** – (2013, 2012, 2011) techniki szybkościowe (dolloyo chagi), techniki specjalne, układy formalne tradycyjne i dowolne, semi-contact.

Techniki szybkościowe młodzików: będą rozgrywane z wykorzystaniem systemu Zemita, poziom czułości będzie ustawiony na 1, pole trafień stanowi koło o średnicy od 9 cm do 13 cm. Należy wykonać kopnięcia dolloyo chagi. Wygrywa zawodnik, który wykona największą liczbę kopnięć zaliczonych przez system w czasie 15 sekund. Kopnięcia wykonujemy tylko jedną nogą, po trafieniu w cel noga musi mieć kontakt z podłożem.

Wysokość\* dla poszczególnych kategorii wzrostowych:

a) posiadający stopień 10 cup – 7 cup (do 7.3 według stopni dziecięcych):

dziewczynki:

-140 cm: 80 cm

-150 cm: 90 cm

+150 cm: 95 cm

chłopcy:

-140 cm: 80 cm

-145 cm: 85 cm

-155 cm: 95 cm

+155 cm: 100cm

b) posiadający stopień 6cup i wyższe:

dziewczynki:

-145 cm: 85 cm

-155 cm: 95 cm

+155 cm: 100 cm

chłopcy:

-145 cm: 85 cm

-155 cm: 95 cm

+155 cm: 100 cm

Pozostałe zasady wykonywania ww. konkurencji wg regulaminu ZS PUT

\*Wysokość mierzona od podłoża do środka pola trafień (koło o średnicy od 9 cm do 13 cm)

**Kadeci** – (2010, 2009, 2008) walki w formule semi-contact, light-contact, techniki specjalne, układy formalne dowolne i tradycyjne.

**Juniorzy** – (2007, 2006, 2005) walki w formule semi-contact, light-contact, układy formalne dowolne i tradycyjne.

**Seniorzy** – (2004 i starsi) walki w formule semi-contact, light-contact, układy formalne dowolne i tradycyjne.

**Konkurencja dodatkowa – poza rankingiem:**

**Dzieci młodsze** (roczniki 2019, 2018) – rekreacyjne konkurencje sprawnościowe: soft-stick, techniki szybkościowe i techniki specjalne.

Techniki szybkościowe dzieci: będą rozgrywane z wykorzystaniem systemu Zemita, poziom czułości będzie ustawiony na 1, pole trafień stanowi koło o średnicy od 9 cm do 13 cm. Należy wykonać kopnięcia ap chagi/apcha olligi dowolną nogą, nie musi być zmiany nogi, po każdym trafieniu w cel noga musi mieć kontakt z podłożem. Wygrywa zawodnik, który wykona największą liczbę kopnięć zaliczonych przez system w czasie 10 sekund.

Wysokość:

2019/2018 – 55 cm

Pozostałe zasady wykonywania ww. konkurencji wg regulaminu ZS PUT

**Testy siły (rejestracja bezpośrednio przed rozpoczęciem konkurencji)** – dla dzieci i młodzików z wykorzystaniem systemu Zemita Power. Konkurencja obejmuje wykonanie dwóch kopnięć: ap chagi i yop chagi (technika może być wykonana krokiem dostawnym lub slajdem z przedniej lub z tylnej nogi. Technika z wyskoku lub po obrocie nie zostaje zaliczona. Powierzchnia uderzeniowa odpowiednia dla danej techniki). Do każdego kopnięcia są 3 próby, odnotowywany jest najlepszy wynik. Przewidujemy nagrody rzeczowe dla zwycięzców za 1, 2, 3 miejsce.

**Tag Team** – drużyny 3-osobowe, formuła semi-contact, podział na płęć, kadeci osobno, juniorzy i seniorzy razem. Drużyny klubowe bądź mieszane bez ograniczeń. Bez podziału na kategorie wzrostowe. Czas walki 4 min. (może ulec zmianie). Nagrody medale oraz dyplomy za 1, 2 i 3 miejsce w każdej grupie. Rejestracja drużyn oraz opłaty startowe w drugim dniu zawodów, w miejscu i czasie określonym przez organizatora. Pozostałe zasady według regulaminu ZS PUT.

**Kategorie:**

**Dzieci, młodzicy, kadeci, juniorzy, seniorzy** – według regulaminu ZS PUT.

**Dzieci młodsze (2019, 2018):** podział uzależniony od ilości startujących.

Organizator zastrzega sobie prawo do łączenia poszczególnych kategorii wzrostowych, wagowych, wiekowych w zależności od ilości zgłoszonych osób.

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

**Sędziowie:**

1 sędzia na każdą rozpoczętą piętnastkę zawodników. Zgłoszenia za pomocą PRL (programu rejestrująco-losującego). Możliwość wypożyczenia sędziego z innego klubu – kontakt mailowy na [biuro@put.org.pl](mailto:biuro@put.org.pl)

**Opieka medyczna zawodów:**

Zapewnia organizator.

**Rejestracja obowiązkowa dla wszystkich oprócz osób, które pomagają przy sekundowaniu:  
Piątek 17.03.2023r.**

**18:30 - rejestracja dzieci roczniki 2015 i 2014, młodzik, kadet, junior, senior.**

**Plan Zawodów:**

**Sobota (18.03.2023r.) konkurencje dzieci młodszych, dzieci starszych, młodzików**

8:30 – odprawa sędziów (odprawa kierowników ekip odbędzie się online w dniu 12.03.2023 godz. 10:00, szczegóły w terminie późniejszym)

9:00 – rozpoczęcie zawodów

13:00 – uroczyste rozpoczęcie zawodów

19:00 – planowane zakończenie zawodów

**Niedziela (19.03.2023r.) konkurencje kadetów, juniorów, seniorów**

8:30 – odprawa sędziów (odprawa kierowników ekip odbędzie się online w dniu 12.03.2023 godz. 10:00, szczegóły w terminie późniejszym)

9:00 – rozpoczęcie zawodów

19:00 – planowane zakończenie zawodów

**Szczegółowy plan zawodów i godziny stawienia się na zbiórkach zostanie podany po zamknięciu rejestracji.**

**Warunki uczestnictwa:**

- zgłoszenie do instruktora
- opłacenie startowego
- biały dobok
- podpisane oświadczenia dla każdego zawodnika – obowiązuje wzór oświadczeń KS ORIENT

**Noclegi:**

We własnym zakresie.

**Wyżywienie:**

Niebawem zostanie zaproponowany catering.

**Kontakt z organizatorem:**

Zbigniew Pawlak tel. 505-074-424, [zbyszekksorient@wp.pl](mailto:zbyszekksorient@wp.pl)

