



# 14. SPIRIT OPEN

## 2025

### Hatvan

|                                           |                                                                                                                           |
|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Verseny megnevezése:                      | 14. SPIRIT OPEN – Nyílt ITF Taekwon-do Bajnokság – 2025                                                                   |
| Szervező klub:                            | TKD SPIRIT                                                                                                                |
| Információ, versennyel kapcsolatos ügyek: | spiritopen@tkdspirit.hu<br>Facebook esemény: <a href="#">14. SPIRIT OPEN ITF Taekwon-do Championship – 2025 - HUNGARY</a> |
| Versenybizottság tagjai:                  | Gombos Attila VI. Dan, Kerekes Balázs V.Dan                                                                               |
| Verseny időpontja:                        | 2025. április 12-13. szombat - vasárnap                                                                                   |



|                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Verseny helyszíne:</b>                                                           | <b>Hatvani Sportcsarnok</b><br><br><b>Cím:</b> Hatvan, Boldogi út 2/A, 3000                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Korosztályok:</b>                                                                | <p><b>Gyerek:</b> 2015.04.12-én vagy utána születettek</p> <p><b>Serdülő:</b> 2011.04.12 és 2015.04.11 között születettek</p> <p><b>Serdülő-1 (csak küzdelemben):</b> 2013.04.12 és 2015.04.11 között születettek</p> <p><b>Serdülő-2 (csak küzdelemben):</b> 2011.04.12 és 2013.04.11 között születettek</p> <p><b>Ifjúsági:</b> 2007.04.12 és 2011.04.11 között születettek</p> <p><b>Felnőtt:</b> 2007.04.12 előtt születettek</p> <p><b>Veterán:</b> 1985.04.12 előtt születettek (csak Küzdelem és Formagyakorlat versenyszámokban választható. Tradicionális küzdelem, Speciáltechnikai törés és Erőtörés versenyszámokban a Veterán és a Felnőtt korcsoport együtt versenyzik! Veteránként regisztráló versenyző Küzdelem és Formagyakorlat versenyszámok esetében választhatnak, hogy melyik korcsoportban versenyeznek. Az a kombináció is választható, hogy az egyikben (pl. formagyakorlatban) Veteránként, a másikban (pl.: küzdelemben) pedig Felnőtt korcsoportban versenyzik valaki vagy akár fordítva.)</p> |
| <b>Versenyszámok:</b>                                                               | <b>Formagyakorlat</b> (Gyerek / Serdülő / Ifjúsági / Felnőtt, Veterán kategóriában) (csak ITF Taekwon-do versenyzőknek)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |



|                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                             | <p><b>Küzdelem</b> (az ITF Taekwon-do szabályrendszere alapján Gyerek / Serdülő-1 / Serdülő-2 / Ifjúsági / Felnőtt / Veterán kategóriában)</p> <p><b>Egyéni speciáltechnikai törés</b> (az ITF Taekwon-do szabályrendszere alapján, Ifjúsági / Felnőtt kategóriákban az ITF szabályainak megfelelő technikák; Gyermek korosztálynak csak Twimyo nopy chagi, Serdülő korosztálynak Twimyo Nopy Ap és Nomo Yop Chagi).</p> <p><b>Egyéni erőtörés</b> (az ITF Taekwon-do szabályrendszere alapján elfogadott 5 technika Ifjúsági / Felnőtt kategóriában, valamint Gyermek és Serdülő kategóriákban speciális párnázott erőmérős erőtörő célpontra)</p> <p><b>Tradicionális küzdelem</b> (Nemtől és korosztálytól független összevont kategória) (csak ITF Taekwon-do versenyzőknek, férfi-férfi, nő-nő vagy férfi-nő párosítás is elfogadott.) (akár egy serdülő versenyző is alkothat párt egy felnőtt versenyzővel)</p> <p><b>Csapat Formagyakorlat</b> (Korosztálytól és nemtől független, nők és férfiak közösen egy kategóriában, 3 -5 fős csapatoknak) (csak ITF Taekwon-do versenyzőknek) (ugyanannak a csapatnak lehet tagja egy gyermek, serdülő, ifi, felnőtt vagy veterán versenyző is)</p> <p><b>Csapat küzdelem</b> (Ifjúsági és felnőtt korosztály számára külön-külön női, valamint férfi kategória egyedi szabályrendszer alapján, 2 fős csapatoknak) (ifik, felnőttek, férfiak, nők külön versenyeznek,).</p> <p><b>Csapat erőtörés:</b> (Ifjúsági / Felnőtt kategóriában, 3 fős csapatoknak)</p> <p><b>Csapat speciáltechnikai törés:</b> (Ifjúsági / Felnőtt kategóriában, 3 fős csapatoknak)</p> |
| <b>Minimális övfokozat a formagyakorlat versenyszámhoz:</b> | <p>Gyerek: 10. gup</p> <p>Serdülő: 9. gup</p> <p>Ifjúsági: 8. gup</p> <p>Felnőtt: 8. gup</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Díjazás:</b>                                             | <p><b>Gyerek küzdelem kategóriában</b> 4 fős csoportok kerülnek kialakításra, <b>minden versenyző érmet kap</b> (1., 2. és két 3. helyezett).</p> <p>Gyerek Formagyakorlat, valamint Serdülő (Serdülő-1, Serdülő-2), Ifjúsági, Felnőtt és Veterán minden versenyszámban: 1., 2. és két 3. helyezés lesz díjazva.</p> <p>A törőszámokban nincs megosztott 3. hely csak pontegyenlőség esetén.</p> <p>A 3 legeredményesebb klub kupát kap a verseny végén.( Sportdata kalkulációja alapján.)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Bíráskodás:</b>                                          | <p>Minden résztvevő ITF Taekwon-do csapat, aki 5 főnél több versenyzővel vesz részt a versenyen, lehetőség szerint biztosítson bírót a versenyre. A magyar csapatok bírót a Verseny Bizottság kéri fel.</p> <p><u>Elvart bírói öltözet:</u> tengerészkék nadrág, fehér ing, kék vagy fekete nyakkendő, fehér cipő.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Indulási feltételek:</b>                                 | <p>A kiírásban szereplő életkor.</p> <p>Időben leadott nevezés és a nevezési díj befizetése.</p> <p><b>VERSENYEZHET</b> orvosi igazolás, melynek megléte a klubvezető felelőssége, a regisztrációnál ellenőrizzük!</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |





### Mérlegelés és regisztráció

A mérlegelésen a csapatok együtt, teljes létszámban jelennek meg, egyéni mérlegelésre nincs lehetőség! Csak azoknak a versenyzőknek kell megjelenni a mérlegelésnél, akik Küzdelem versenyszámban indulnak, azonban a Klubvezető (vagy megbízottja) jelenléte kötelező. Mérlegelés csak a megadott időpontban történik, ezen időponton túl mérlegelésre nincs lehetőség.

Mérlegeléshez mezítláb vagy zokniban, ITF Taekwon-Do dobok alsóban vagy melegítő alsóban és pólóban kell érkezni. A mérlegelést akadályozni vetkőzéssel, átöltözéssel nem lehet.

Felfelé maximum 500 gramm eltérést fogadunk el. Amennyiben a versenyző súlya nagyobb, mint a súlycsoport, melyben neveztek, büntetés ellenében súlycsoportot válthat (módosításnak számít, a fentebb részletezett feltételekkel), vagy dönthet úgy, hogy visszalép az indulástól, azonban a nevezési díj (2.000 Ft / 5 Euro) megfizetése alól ebben az esetben nem mentesül.

A mérlegelés után a Klubvezető (vagy megbízottja) regisztrálja a teljes csapatot egyszerre, a versenyzők számára egyéni regisztrációra és nevezési díj fizetésre nincs lehetőség. A Klubvezető egy összegben fizeti ki a versenyzők nevezési díját és az esetleges módosítások díját. A versenyt a versenyzők csak akkor kezdenek meg, ha a Klubvezető befizette a csapat teljes nevezési díját, megkapta a versenyzőknek járó karszalagot és a versenyző a karszalagot a csuklójára felhelyezte. Az a versenyző, akin nincs karszalag, kizárásra kerül.

## Versenyszámok leírása

### Formagyakorlat

|                     | <u>Gyerek</u>        | <u>Serdülő</u>       |
|---------------------|----------------------|----------------------|
| <u>10-9-8-7 gup</u> | Chon-Ji – Do-San     | n/a                  |
| <u>9-8-7 gup</u>    | n/a                  | Chon-Ji – Do-San     |
| <u>6-5-4 gup</u>    | Chon-Ji – Joong-Gun  | Chon-Ji – Joong-Gun  |
| <u>3-2-1 gup</u>    | Chon-Ji – Choong-Moo | Chon-Ji – Choong-Moo |
| <u>I.dan</u>        | n/a                  | Chon-Ji – Ge-Baek    |
|                     | <u>Ifjúsági</u>      | <u>Felnőtt</u>       |
| <u>8-5.gup</u>      | Chon-Ji – Yul-Gok    | Chon-Ji – Yul-Gok    |
| <u>4-1.gup</u>      | Chon-Ji – Choong-Moo | Chon-Ji – Choong-Moo |
| <u>I.dan</u>        | Chon-Ji – Ge-Baek    | Chon-Ji – Ge-Baek    |
| <u>II.dan</u>       | Chon-Ji – Ju-Che     | Chon-Ji – Ju-Che     |
| <u>III.dan</u>      | Chon-Ji – Choi-Yong  | Chon-Ji – Choi-Yong  |
| <u>IV-VI.dan</u>    | n/a                  | Chon-Ji – Moon-Moo   |
|                     | <u>Veterán</u>       |                      |
| <u>8-1.gup</u>      | Chon-Ji – Choong-Moo |                      |
| <u>I-VI.dan</u>     | Chon-Ji – Ge-Baek    |                      |



A verseny egyenes kieséses rendszerben zajlik!

Gyerek és Serdülő versenyzők mind a selejtezőben, mind a döntőben egy, a vezető bíró által kijelölt formagyakorlatot mutatnak be, mely nem lehet magasabb az alacsonyabb öves versenyző övfokozatánál.

Ifjúsági és Felnőtt versenyzők a selejtezőben egy, a döntőben kettő, a vezető bíró által kijelölt formagyakorlatot mutatnak be, színes öves versenyzők esetén a vezetőbíró által kijelölt formagyakorlat nem lehet magasabb az alacsonyabb öves versenyző övfokozatánál. Fekete öves versenyzők esetén a vezetőbíró által kijelölt formagyakorlat maximum 1 fokozattal lehet magasabb, mint a versenyzők övfokozata.

## **Küzdelem**

Gyerek kategóriában maximum 4 fős fiú és 4 fős lány csoportok lesznek kialakítva magasság, kor, súly, övfokozat alapján. Ezért kérünk minden edzőt, hogy ügyeljen arra, hogy a Sportdata-ban történő regisztráció során a versenyző adatai (súly, magasság, életkor, övfokozat) aktuálisak legyenek. A küzdelmek egyenes kieséses rendszerben zajlanak, a kategória minden indulója érmet kap (1., 2., és két 3. hely).

A többi kategóriában súlycsoportok és nemek szerint kerülnek összesorsolásra a versenyzők. A verseny egyenes kieséses rendszerben zajlik.

**Lehetősége van arra, hogy az adott versenyző a saját korosztályában egy súlycsoporttal fentebb is indulhasson.** A korosztályok közötti átjárás azonban nem engedélyezett.

| <b><u>Súlycsoportok:</u></b>       |     |       |       |       |       |     |
|------------------------------------|-----|-------|-------|-------|-------|-----|
| <b><u>Serdülő-1 lány (kg):</u></b> | -27 | 27-32 | 32-38 | 38-44 | 44+   |     |
| <b><u>Serdülő-2 lány (kg):</u></b> | -38 | 38-44 | 44-50 | 50-55 | 55+   |     |
| <b><u>Serdülő-1 fiú (kg):</u></b>  | -30 | 30-35 | 35-42 | 42-48 | 48+   |     |
| <b><u>Serdülő-2 fiú (kg):</u></b>  | -42 | 42-48 | 48-55 | 55-62 | 62+   |     |
| <b><u>Ifjúsági lány (kg):</u></b>  | -45 | 45-50 | 50-55 | 55-60 | 60-65 | 65+ |
| <b><u>Ifjúsági fiú (kg):</u></b>   | -50 | 50-56 | 56-62 | 62-68 | 68-75 | 75+ |
| <b><u>Felnőtt nő (kg):</u></b>     | -50 | 50-56 | 56-62 | 62-68 | 68-75 | 75+ |
| <b><u>Felnőtt férfi (kg):</u></b>  | -57 | 57-63 | 63-70 | 70-78 | 78-85 | 85+ |
| <b><u>Veterán nő (kg):</u></b>     | -65 | 65+   |       |       |       |     |
| <b><u>Veterán férfi (kg):</u></b>  | -75 | 75+   |       |       |       |     |

Küzdelmi idők az egyes korcsoportokban:

|                          | <b><u>Gyermek</u></b> | <b><u>Serdülő</u></b> | <b><u>Ifjúsági</u></b> | <b><u>Felnőtt</u></b> | <b><u>Veterán</u></b> |
|--------------------------|-----------------------|-----------------------|------------------------|-----------------------|-----------------------|
| <b><u>Selejtező:</u></b> | 2 X 1 perc            | 2 X 1.5 perc          | 2 X 2 perc             | 2 X 2 perc            | 2 X 2 perc            |
| <b><u>Döntő:</u></b>     | 2 X 1 perc            | 2 X 1.5 perc          | 2 X 2 perc             | 2 X 2 perc            | 2 X 2 perc            |

Menetek közötti pihenő idő 1 perc. Gyerek kategóriákban 30 másodperc.

Amennyiben egy adott kategóriában csak egyetlen versenyző nevezett, akkor a Szervező Bizottság dönthet úgy, hogy összevonnak kategóriákat a versenyzők edzőivel egyeztetve.

### **A küzdelem általános szabályai:**

A küzdelem az ITF Taekwon-do szabályai szerint, „**light contact**” szabályrendszer alapján zajlik, vagyis a támadások félerővel, kontrolláltan történnek. A törzs és a fej támadható előlről és oldalról, a nyak oldalról ököllel, lábfejjel, lábéllel,



sarokkal illetve a sípcsont végével. Csak a nyitott oldal támadása megengedett. Mind kéz és lábtechnika esetén csak öv (csípőmagasság) feletti szekció támadható! Az agresszív, túl erőszakos, túlzott erővel végrehajtott technikák alkalmazása esetén a versenyzőt meginthetik vagy akár le is léptethetik.

#### Pontozás

- 1 pontot ér: ütés technika törzsre vagy fejre (földön állva vagy ugorva)
- 2 pontot ér: lábtechnika (rúgás) törzsre (földön állva vagy ugorva)
- 3 pontot ér: lábtechnika (rúgás) fejre (földön állva vagy ugorva)
- Csak az a találat ér pontot, amelyiket kontrolláltan, pontosan, gyorsan, megfelelő erővel (light contact) és precízen hajtanak végre.

#### Támadható felületek a küzdelem során:

- Fej elülső és oldalsó része, valamint a teteje (fej hátsó része azonban nem)
- A törzs elülső és oldalsó része a vállaktól a derék magasságáig (a törzs hátsó része azonban nem)

#### Diszqualifikáció

Leléptetik azt a versenyzőt, aki

- a bíró utasításait semmibe veszi.
- full contactban vagy túlzott erővel küzd.
- három pontlevonása van.
- alkohol vagy drog hatása alatt áll.

#### Pontlevonás

Egy pontot vonnak le attól a versenyzőtől, aki

- inzultálja az ellenfelét.
- elveszti a nyugalmát.
- harap, karmol.
- könyökkel, térdel, fejjel támad.
- eleső ellenfelet támad.
- tiltott felületet támad erőből, szándékosan.
- 3 figyelmeztetést kap.
- szándékosan fog, ránt.
- túl erős kontakttal támad.
- lábsöprést hajt végre.

#### Figyelmeztetés

Figyelmeztetést kap az a versenyző, aki

- tiltott felületet támad, nem szándékosan.
- mindkét lábával kilép a pástról.
- elesik.
- ellöki ellenfelét.
- sebesülést, vagy találatot színlel.
- feltűnően elkerüli a küzdelmet.

#### A Küzdelem folyamata

A küzdelem megkezdéséhez a versenyzők az előre kijelölt helyeken állnak fel (piros, kék oldal). A versenyzőket az övük (öltözetük) hátsó részére kötött piros, illetve kék szalag különbözteti meg. A vezetőbíró vezényszavára meghajolnak először a zsűri (annak hiányában a vezetőbíró), majd egymás felé. A küzdelem a vezetőbíró „SHI-JAK” vezényszavára indul. A versenyzők folyamatosan küzdenek a menet végéig, illetve a bíró „HAECHYO” utasításáig. Ekkor a küzdelmet abba kell hagyni, és helyben maradni a küzdelem újraindításáig, mely a „GAE-SOK” vezényszóra történik. Ha az egyik versenyző elhagyja a küzdőteret, az újraindítás 1 méterrel a vonalon belül történik. A küzdelmi idő elteltével az időmérő jól hallhatóan jelez a vezetőbírónak, a mérkőzés viszont csak a vezetőbíró „GOMAN” vezényszavára ér véget. A tiszteletadás most fordított sorrendben zajlik le, majd az eredményt kihirdetik. Döntetlen helyzetben a figyelmeztetéseket és/vagy mínusz pontokat nem viszik tovább.

### Tradicionális küzdelem

**Ez a versenyszám korhatár nélkül kerül megrendezésre, azaz a résztvevők egy, közös, összevont csoportban versenyeznek.** A párosok összeállítása korosztály és nemek tekintetében is tetszőleges. Így például egy gyerek fiú indulhat egy felnőtt nővel.



A versenyszámot a bírók pontozzák és az elért pontszámok alapján alakul ki a sorrend. Azonos pontszám esetén a párosok újra bemutatják a gyakorlatot, melyet a bírók újra pontoznak (kivéve a két harmadik helyezett esetén).

A gyakorlat bemutatására minimum 60, maximum 75 másodperc áll rendelkezésre. A gyakorlatok elbírálása egyéb tekintetben az aktuális ITF szabályrendszer szerint történik.

## Speciáltechnikai törés

Gyermek korcsoport részére csak a Twimyo Nopi Ap Cha Busigi technikát fogjuk kérni. Serdülő korcsoport részére Twimyo Nopi Ap Cha Busigi és Twimyo Nopi Yop Cha Jirugi (A testmagasságok figyelembevételével 2-2 csoportra osztjuk a versenyzőket.)

Ifjúsági és Felnőtt kategória részére.

|                      | <u>Twimyo nopi<br/>chagi</u> | <u>Twimyo dollyo<br/>chagi</u> | <u>Twimyo<br/>bandae dollyo</u> | <u>Twimyo<br/>dolmyo yop<br/>cha jirugi</u> | <u>Twimyo nopi<br/>yop chagi</u> |
|----------------------|------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|---------------------------------------------|----------------------------------|
| <u>Ifjúsági lány</u> | 210                          | 190                            | 170                             | 170                                         | 100                              |
| <u>Ifjúsági fiú</u>  | 240                          | 220                            | 200                             | 200                                         | 120                              |
| <u>Felnőtt nő</u>    | 220                          | 200                            | 180                             | 180                                         | 110                              |
| <u>Felnőtt férfi</u> | 250                          | 230                            | 210                             | 210                                         | 130                              |

A technikák végrehajtása törőállványra történik. Az 5-5 technika végrehajtása után az összesített pontszám dönti el a sorrendet.

A törések a verseny folyamán folyamatosan zajlanak. Felhívjuk minden versenyző figyelmét, hogy az első sorozatot le kell törni **14 óráig**, a döntők ez után kerülnek megrendezésre. Aki nem tör le 14 óráig az első sorozatot, azt a versenyzőt diszkvalifikáljuk. A gyermek és serdülő kategóriákban a versenyzőket folyamatosan szólítani fogjuk!

## Erőtörés

Ifjúsági és Felnőtt kategória részére:

|                      | <u>Ap-joomuk<br/>jirugi/Palkup<br/>taerigi</u> | <u>Songkal yop<br/>taerigi</u> | <u>Yop chagi</u> | <u>Dollyo chagi</u> | <u>Bandae dollyo<br/>chagi</u> |
|----------------------|------------------------------------------------|--------------------------------|------------------|---------------------|--------------------------------|
| <u>Ifjúsági lány</u> | 1 fehér                                        | 1 fehér                        | 2 fehér          | 1 fehér             | 1 fehér                        |
| <u>Ifjúsági fiú</u>  | 2 fehér                                        | 2 fehér                        | 3 fehér          | 2 fehér             | 2 fehér                        |
| <u>Felnőtt nő</u>    | 2 fehér                                        | 2 fehér                        | 3 fehér          | 2 fehér             | 2 fehér                        |
| <u>Felnőtt férfi</u> | 3 fehér                                        | 3 fehér                        | 4 fehér          | 3 fehér             | 3 fehér                        |

A törések a nap folyamán folyamatosan zajlanak. Felhívjuk minden versenyző figyelmét, hogy az első sorozatot le kell törni **14 óráig**, a döntők ez után kerülnek megrendezésre. Aki nem tör le 14 óráig az első sorozatot, azt a versenyzőt diszkvalifikáljuk.

**Gyerek és Serdülő kategóriák részére:** A technikák végrehajtása speciális párnázott erőmérős erőtörő célpontra történik. Minden versenyző kétszer próbálhatja meg mindkét technikát, melyek közül az erősebb, magasabb pontszámú kerül rögzítésre. A két technika értékeit összeadva születik meg a versenyző végső pontszáma. Az 1., 2. és két 3. helyezett versenyző érmet kap.

|                     | <u>Songkal yop tearigi</u> | <u>Dollyo chagi (baldung)</u> |
|---------------------|----------------------------|-------------------------------|
| <u>Gyerek lány</u>  | 1                          | 1                             |
| <u>Gyerek fiú</u>   | 1                          | 1                             |
| <u>Serdülő lány</u> | 1                          | 1                             |
| <u>Serdülő fiú</u>  | 1                          | 1                             |



## Csapat Formagyakorlat

Ez a versenyszám korhatár nélkül kerül megrendezésre, így például gyerekek és felnőttek is lehetnek egy csapatban. A kategória nemek szerint sem lesz megbontva, a fiúk-lányok és minden korosztály egy közös kategóriában versenyzik. Egy csapatot minimum 3 maximum 5 fő alkothat. A verseny egyenes kieséses rendszerben zajlik, és minden csapat egy szabadon választott formagyakorlatot mutathat be.

\*\*Egy csapat összeállítása különböző klubok tagjaiból engedélyezett, azonban ebben az esetben ezeknek a versenyzőknek az egyéni számokban is ugyanazon klub színeiben kell indulniuk.

## Csapat Küzdelem

Ez a versenyszám **egyedi szabályrendszer** alapján kerül megrendezésre külön ifi lány, felnőtt nő, ifi fiú, felnőtt férfi kategóriákban. Egy csapat mindössze két főből állhat.

A küzdelem ideje 1x 2 perc. Ez idő alatt az edző „Change” felkiáltással jelzi, ha versenyzőit cserélni szeretné. A vezényszó elhangzása után a páston lévő „lecserélt” versenyző már nem támadható, és azonnal el kell hagyni a küzdőteret. A mérkőzés folyamán minden csapattagnak összesen legalább 30 másodpercet és minimum 3 etapot bent kell tölteni a páston. Azaz nem engedélyezett olyan megoldáshoz folyamodni, hogy az egyik versenyző egyedül, megszakítás nélkül küzdje végig a menetidőt.

## Csapat Speciáltechnikai törés

Kizárólag az ifjúsági és a felnőtt kategóriában indulók részére. Egy csapatot 3 fő alkothat.

|                             | <i><u>Twimyo nopi<br/>chagi</u></i> | <i><u>Twimyo dollyo<br/>chagi</u></i> | <i><u>Twimyo nopi<br/>yop chagi</u></i> |
|-----------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------------|
| <i><u>Ifjúsági lány</u></i> | 200                                 | 180                                   | 100                                     |
| <i><u>Ifjúsági fiú</u></i>  | 240                                 | 220                                   | 120                                     |
| <i><u>Felnőtt nő</u></i>    | 210                                 | 190                                   | 110                                     |
| <i><u>Felnőtt férfi</u></i> | 250                                 | 230                                   | 130                                     |

\*\*Egy csapat összeállítása különböző klubok tagjaiból engedélyezett, azonban ebben az esetben a tagoknak egyéniben is ugyanazon klub színeiben kell indulniuk.

## Csapat Erőtörés

Kizárólag az ifjúsági és a felnőtt kategóriában indulók részére. Egy csapatot 3 fő alkothat.

|                             | <i><u>Songkal yop<br/>tearigi</u></i> | <i><u>Yop chagi</u></i> | <i><u>Dollyo chagi</u></i> |
|-----------------------------|---------------------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <i><u>Ifjúsági lány</u></i> | 1 fehér                               | 2 fehér                 | 1 fehér                    |
| <i><u>Ifjúsági fiú</u></i>  | 2 fehér                               | 3 fehér                 | 2 fehér                    |
| <i><u>Felnőtt nő</u></i>    | 2 fehér                               | 3 fehér                 | 2 fehér                    |
| <i><u>Felnőtt férfi</u></i> | 3 fehér                               | 4 fehér                 | 3 fehér                    |

\*\*Egy csapat összeállítása különböző klubok tagjaiból engedélyezett, azonban ebben az esetben a tagoknak egyéniben is ugyanazon klub színeiben kell indulniuk.



# Felszerelés

## Ruházat:

ITF Taekwon-Do versenyzők csak fehér színű ITF dobokban versenyezhetnek. Kickbox és egyéb versenyzők a saját Szervezetük által elfogadott ruházatukban versenyezhetnek. A ruha nem tartalmazhat zipzárt, csatot, gombot, patentot.

## Védőfelszerelések a Küzdelem versenyszámban:

Kötelező minden korosztály részére: kézvédő, lábfejevédő, fejevédő;

Ifjúsági, Felnőtt és Veterán korcsoportnál fogvédő, sípcsontvédő és szuszpenzor valamint nőknél mellvédő. (Serdülőknél és gyerekeknél is erősen ajánlott)

## További információk

**Óvást** az ITF Taekwon-Do szabályok szerint lehet benyújtani. Az óvást írásban kell leadni az eseményt követő 5 percen belül a Verseny Bizottságnak. Az óvás díja **10.000 Ft / 25 €**. A Verseny Bizottság dönt az óvás elfogadásáról vagy elutasításáról. Az óvás elutasítása esetén a befizetett összeg nem jár vissza! Természetesen ha elfogadják az óvást, a befizetett összeg visszafizetésre kerül.

A versenyen történő sportsérülésekért a Szervező Bizottság felelősséget nem vállal.

A verseny ideje alatt a sportcsarnokban büfé üzemel.

A Klubvezető felelőssége a sportorvosi igazolás megléte és a versenyző egészségi állapotának és tudásszintjének előzetes felmérése.

A versenyen mindenki saját felelősségére vehet részt, 18 éven aluliak esetében az indulás szülői engedélyhez kötött. A szülői engedélyeket nem ellenőrizzük, azok meglétéért a Klubvezető felel.

Balesetbiztosítás kötése ajánlott.

A verseny egész ideje alatt biztosított az orvosi felügyelet.

A verseny ideje alatt a helyszínen lehetőség lesz védőfelszerelések (kézvédők, lábvédők, övek, fejevédők, fogvédők...), edzőruhák vásárlására is.

A nézők számára a kétnapos belépőjegy ára 1000 Ft.

Kiskönyvek pecsételése 16 órától van lehetőség a helyszínen megjelölt asztalnál.

A rendezők fenntartják a jogot a tervezett versenyprogram megváltoztatására.

Felhívjuk a csapatok figyelmét arra, hogy a küzdőtér speciális lakkrétege miatt a pástokat csak mezítláb vagy teremcipőben lehet megközelíteni és erre kizárólag csak a versenyzőknek, edzőknek, bíróknak, szervezőknek lesz lehetőségük.

Eredményes felkészülést és sikeres versenyzést kívánunk!

TKD SPIRIT

Szász Péter VI.Dan



## Tervezett program

|                    |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                      |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025.04.12 szombat | 7:00 – 8:30                                                                                                                                                           | Regisztráció, mérlegelés (8:30 az utolsó időpont, amikor a csapat megjelenhet a mérlegelésen és a regisztrációnál)                   |
|                    | 8:45                                                                                                                                                                  | <b>Regisztráció és mérlegelés lezárása</b> (ettől az időponttól kezdve regisztrációra, mérlegelésre és módosításra nincs lehetőség!) |
|                    | 8:45 - 9:00                                                                                                                                                           | Bírói megbeszélés                                                                                                                    |
|                    | 9:00-9:15                                                                                                                                                             | Edzői megbeszélés                                                                                                                    |
|                    | 9:15-9:30                                                                                                                                                             | Megnyitó ünnepség                                                                                                                    |
|                    | <b>Kb. 9:30</b>                                                                                                                                                       | <b>A verseny kezdete</b><br><b>Ezen a napon kizárólag a gyerek és serdülő kategóriák kerülnek megrendezésre.</b>                     |
|                    | Az <b>első éremosztás</b> az ebédszünettel egybekötve várhatóan <b>13:00</b> -kor kezdődik, a délután folyamán azonban a kategóriák befejeztével párhuzamosan zajlik. |                                                                                                                                      |

|                     |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025.04.13 vasárnap | 7:00 – 8:30                                                                                                                                                           | Regisztráció, mérlegelés (8:30 az utolsó időpont, amikor a csapat megjelenhet a mérlegelésen és a regisztrációnál)                             |
|                     | 8:45                                                                                                                                                                  | <b>Regisztráció és mérlegelés lezárása</b> (ettől az időponttól kezdve regisztrációra, mérlegelésre és módosításra nincs lehetőség!)           |
|                     | 8:45 - 9:00                                                                                                                                                           | Bírói/ Edzői megbeszélés                                                                                                                       |
|                     | <b>Kb. 9:00</b>                                                                                                                                                       | <b>A verseny kezdete</b><br><b>Ezen a napon kizárólag az ifjúsági, felnőtt, veterán egyéni és csapat versenyszámok kerülnek megrendezésre.</b> |
|                     | <b>12:00</b>                                                                                                                                                          | Megnyitó ünnepség                                                                                                                              |
|                     | Az <b>első éremosztás</b> az ebédszünettel egybekötve várhatóan <b>12:15</b> -kor kezdődik, a délután folyamán azonban a kategóriák befejeztével párhuzamosan zajlik. |                                                                                                                                                |

A Szervező Bizottság a program változtatásának jogát fenntartja.

