

ITF TAEKWON-DO

SM-KISAT

& CHARYOT CUP VÄRIVÖILLE

2026

7. MAALISKUUTA 2026

ARENA CENTER RUSKEASUO
NAUVONTIE 3 00280 HELSINKI, SUOMI



SM-KILPAILUT & CHARYOT CUP 2026

JÄRJESTÄJÄT

Power ITF Taekwon-Do ry ja Legion Taekwon-Do ry.

AIKA

Lauantai 7.3.2026 klo 9:00-19:00

PAIKKA

Arena Center Ruskeasuon, Kenttä 4, Nauvontie 3 00280 Helsinki, Suomi

PYSÄKÖINTI

Maksuttomia, pysäköintikiekon vaativia, 2 h pysäköintipaikkoja löytyy Arena Center Ruskeasuon katutasosta sekä läheisiltä katualueilta. Hallin ajoluiskan päässä oleva pysäköintiparvi on maksullinen. Pysäköinti maksetaan joko EasyPark sovelluksella tai sisäänkäynnin vieressä olevalla kolikkoautomaatilla. Hallin pysäköintipaikoista vastaa Helsingin Bussiliikenne Oy ja heidän valitsemansa operaattorit. Arena Center tai kilpailujärjestäjä eivät ota kantaa mahdollisiin valvontamaksuihin.

ALUSTAVA AIKATAULU

09:15 Ilmoittautuminen ja punnitus, 6–13-vuotiaat

09:40 Tuomaripalaveri ja huoltajapalaveri

10:00 Kisojen avaus

10:00–15:00 Lasten sarjat (6–13-vuotiaat), sekä joukkueliikesarjojen avoin sarja

14:00–15:00 Ilmoittautuminen ja punnitus, yli 14-vuotiaat

15:00–19:00 Yli 14-vuotiaiden sarjat (juniorit, aikuiset ja veteraanit)

Kilpailut käydään seuraavassa järjestyksessä: Liikesarjat, ottelut, erikoistekniikat, voimamurskaukset ja edellä mainitujen osa-alueiden joukkuesuoritukset.

Huom! Joukkueliikesarjojen avoimessa sarjassa (9 gup – 6 dan), jossa ei ole ikäsarjaa, yli 14-vuotiaiden jäsenten on oltava paikalla klo 9.15.



ILMOITTAUTUMINEN

Kilpailuihin ilmoittaudutaan seuroittain Kihapp-palvelun kautta. Osoite ilmoittautumista varten lähetetään sähköpostilla seurojen yhteyshenkilöille.

Ennakkoilmoittautuminen 27.2.2026 klo 18 mennessä.

OSALLISTUMISMAKSU

Ennakkoilmoittautuneiden osallistumismaksu on 35 €, eräpäivä 28.2.2026

Jälki-ilmoittautuneiden osallistumismaksu on 45 €. Kuitti mukaan kilpailupaikalle.

Osallistumismaksu maksetaan seuroittain Power ITF Taekwon-Do ry:n tilille. Viestiosioon on kirjattava SM-kilpailut 2026

Saaja: Power ITF Taekwon-Do ry

IBAN: FI13 1544 3000 3386 94

BIC: NDEAFIHH

LISENSSI JA VAKUUTUS

Kilpailijalla tulee olla voimassa oleva lisenssi, sekä lisenssivakuutus tai oma vakuutus. Lisenssi ja vakuutus tarkistetaan. Mikäli tarkastuksessa havaitaan puutteita, seuralle määrätään kilpailumaksun suuruinen sakko jokaisesta puuttuvasta lisenssistä. Mikäli kilpailijalta puuttuu vakuutus, ei kilpailijalla ole oikeutta kilpailla. Kilpailujärjestäjä ei vakuuta kilpailijoita eikä vastaa kilpailemisesta aiheutuneista vahingoista.

SM-sarjoihin osallistuvilla tulee olla suoritettuna Suekin Puhtaasti Paras koulutus, liiton Reilun urheilun ohjelman mukaisesti.

HUOLTAJAT

Seuran huoltaja vastaa kilpailijan edellytyksistä osallistua kilpailuun, tarkistaa kilpailijan lisenssin ja vakuutuksen. Seuralla tulee olla vähintään yksi 18-vuotias huoltaja, joka vastaa kilpailijoista. Huoltajat puukeutuvat verryttelysuihin ja lenkkittossuihin / taekwondokenkiin.

Huoltajien / valmentajien paikat otteluissa sijaitsevat 1 m kehästä ulospäin kilpailukehän sivulla. Valmentajan tulee istua paikallaan ja käyttäytyä niin, että hän ei häiritse tuomareita toiminnallaan. Jokaisen osallistuvan seuran on huolehdittava, että heidän joukkueellaan on huoltaja mukana kilpailuissa. Otteluissa on huoltajan oltava myös paikalla ennen ottelun alkamista. Ottelu ei ala ilman, että kilpailijat tai heidän huoltajansa ovat paikalla.



PROTESTI JA VIDEOPROTESTI

Huoltajalla on mahdollisuus jättää **kirjallinen protesti**. Huoltajan on heti suorituksen päätyttyä ilmoitettava, että protesti jätetään. Protesti on jätettävä kirjallisena suomen tai englannin kielellä 5 minuutin kuluessa ilmoituksesta. Protestimaksu on 100 euroa, joka on maksettava protestin jättämisen yhteydessä. Protestimaksu palautetaan, mikäli protesti hyväksytään.

Kilpailujen aikana huoltajalla on mahdollisuus esittää **videoprotesti**. Mikäli kilpailujärjestäjä ei ole järjestänyt videointia, voi huoltaja tai muu edustaja, joka on kuvannut suorituksen laitteellaan, kuten puhelimella tai kameralla esittää protestiin johtanut tapahtuma, Videomateriaali tulee olla selkeästi nähtävissä ja esitettävissä kilpailujärjestäjille arviointia varten. Jos videoprotesti hyväksytään, huoltaja saa protestikortin takaisin, jos protesti hylätään menettää huoltaja oikeuden videoprotestiin kyseisen ottelun ajaksi. Videoprotestin tekeminen on maksutonta ja sen käsittelee kisojen yhdessä kyseisen kehän päätuomarin ja yhden muun kehän ulkopuolisen tuomarin kanssa. Huoltajan joka videoprotestin tekee, tulee selkeästi ilmoittaa havaittu virhe.

Ottelussa videoprotestin voi tehdä, mikäli kehätuomari ei ole antanut 4 tai 5 pisteen arvoisesta suorituksesta pisteistä tai tuomaripöytä ei ole kirjannut varoitusta, keltaista tai punaista korttia. Golden pointissa (äkkikuolema) jos tuomari on antanut virheellisesti pisteen vastustajalle.

Liikesarjoissa videoprotestin voi tehdä vain, jos kyseessä on hylkäykseen johtava virhe ns. 0- virhe.

Erikoistekniikoissa videoprotestin voi tehdä, mikäli suoritustekniikka ei ole ollut oikea.

Voimamurskauksessa videoprotestin voi tehdä, mikäli suoritustekniikka ei ole ollut oikea.

KUVAUS

Kilpailusuorituksia kuvataan kilpailuiden aikana. Kuvattua materiaalia voidaan käyttää Power ITF Taekwon-Do ry:n, Legion Taekwon-Do ry:n sekä ITF Taekwon-Do liitto ry:n kanavissa, verkkosivuilla ja koulutuksissa. Osallistumalla kilpailuihin kilpailijaa hyväksyy, että häntä voidaan kuvata ja että kuvamateriaalia voidaan julkaista edellä mainituissa kanavissa.

LOUNAS

Arena Center Ruskeasuossa on oma kahvio, josta voi ostaa pientä purtavaa ja juotavaa.



KILPAILUSARJAT

Kilpailujärjestäjä varaa oikeuden yhdistellä sarjoja.

LIIKESARJAT

Liikesarjat toteutetaan lohkokaaviojärjestelmällä, tai round robin -järjestelmällä mikäli samassa kategoriassa on kolme kilpailijaa.

Liikesarjat kilpaillaan ikä- ja vyöarvosarjoissa naiset ja miehet omissa sarjoissaan.

Kilpailijat suorittavat oman vyöarvon mukaisen liikesarjan. Kaksi kilpailijaa samanaikaisesti 9–3 gup sarjoissa, 2 gup vyöarvosta lähtien vapaavalintainen liikesarja suoritetaan kilpailija kerrallaan yksin ja pakollinen suoritetaan samanaikaisesti toisen kilpailijan kanssa. Kilpailijat suorittavat yhden vyöarvonsa mukaisen liikesarjan ja yhden pakollisen arvotun liikesarjan, joka ei ole sama kuin vapaavalintainen liikesarja. Pakollinen liikesarja on vähintään Chon-Ji ja enintään vyöarvon viimeinen liikesarja. Vähimmäisvaatimus vyöarvolle on 9 gup.

IKÄSARJAT

6–8-vuotiaat 9–6 gup

6–8-vuotiaat 5–3 gup

6–8-vuotiaat 2–1 gup

9–10-vuotiaat 9–6 gup

9–10-vuotiaat 5–3 gup

9–10-vuotiaat 2–1 gup

11–13-vuotiaat 9–6 gup

11–13-vuotiaat 5–3 gup

11–13-vuotiaat 2–1 gup

B juniorit 14–15-vuotiaat 9–6 gup

B juniorit 14–15-vuotiaat 5–3 gup

B juniorit 14–15-vuotiaat 2–1 gup

B juniorit 14–15-vuotiaat 1, 2 dan

A juniorit 16–17-vuotiaat 9–6 gup

A juniorit 16–17-vuotiaat 5–3 gup

A juniorit 16–17-vuotiaat 2-1gup



A juniorit 16–17-vuotiaat 1, 2, 3 dan

Aikuiset 18–34-vuotiaat 9–6 gup

Aikuiset 18–34-vuotiaat 5–3 gup

Aikuiset 18–34-vuotiaat 2–1 gup

Aikuiset 18–34-vuotiaat 1, 2, 3, 4, 5, 6 dan

Veteraanit yli 35-vuotiaat 9–6 gup

Veteraanit yli 35-vuotiaat 5–3 gup

Veteraanit yli 35-vuotiaat 2–1 gup

Veteraanit yli 35-vuotiaat 1–6 dan

9–1 gup: Lapset 6–10-vuotiaat

Kilpailija suorittaa oman vyöarvonsa mukaisen liikesarjan.

9 gup Chon-ji

8 gup Dan-Gun

7 gup Do-San

6 gup Won-Hyo

5 gup Yul-Gok

4 gup Joon-Gun

3 gup Toi-Gye

2 gup Hwarang

1 gup Choong-Moo



2-1 gup: Lapset 11-13-vuotiaat

Kilpailijan tulee tehdä vapaavalintainen liikesarja oman vyöarvonsa liikesarjoista. Tuomaristopöytä arpoo pakollisen liikesarjan.

Pakollinen liikesarja on vähintään Chon-Ji ja enintään vyöarvon viimeinen liikesarja.

2 gup omavalintainen: HWARANG, määrätty: CHON-JI – HWARANG

1 gup omavalintainen: CHOONG-MOO, määrätty: CHON-JI – CHOONG-MOO

1. dan – 6. dan: juniorit, aikuiset, veteraanit

Kilpailijan tulee tehdä vapaavalintainen liikesarja oman vyöarvonsa liikesarjoista. Tuomaristopöytä arpoo pakollisen liikesarjan. Pakollinen liikesarja on vähintään Chon-Ji ja enintään vyöarvon viimeinen liikesarja.

1. dan omavalintainen: KWANG-GAE – GAE-BAEK, määrätty: WON HYU – GAE-BAEK

2. dan omavalintainen: EUI-AM – JU-CHE, määrätty: YUL-GOK – JU-CHE

3. dan omavalintainen: SAM-IL – CHOI-YONG, määrätty: JOON-GUN – CHOI-YONG

4. dan omavalintainen: JOON-GUN – MOON-MOO, määrätty: TOY-GYE – MOON-MOO

5. dan omavalintainen: SE JONG – SO SAN, määrätty: HWARANG – SO-SAN

6. dan omavalintainen: TONG IL, määrätty: CHOONG-MOO – SO-SAN



JOUKKUELIIKESARJAT

Joukkueliikesarjakilpailu käydään lohkokaaviomenetelmällä.

Joukkueliikesarjakilpailussa kilpaillaan 2–5 hengen joukkueissa, jotka voivat olla sekajoukkueita. Liikesarja määräytyy joukkueen alimman vyöarvon mukaisesti.

SARJAT

6–8-vuotiaat 9–1 gup

9–10-vuotiaat 9–1 gup

11–13-vuotiaat 9–1 gup

B juniorit (14–15-vuotiaat) 9–3 gup; 2 gup - 2 dan

A juniorit (16–17-vuotiaat) 9–3 gup; 2 gup - 2 dan

Aikuiset (18–34-vuotiaat) 9–3 gup; 2gup - 6 dan

Veteraanit (yli 35-vuotiaat) 9–3 gup; 2gup - 6dan

Avoin sarja ei ikäsarjoja 9 gup - 6 dan

Joukkue voi osallistua vain yhteen sarjaan, jäsenenä voi olla vain yhdessä joukkueessa.

Joukkueet kilpailevat yksi kerrallaan. Joukkue tekee ensin vapaavalintaisen liikesarjan ja sen jälkeen tuomariston arpoman liikesarjan. Kolme eniten pisteitä saanutta joukkuetta palkitaan.

Kilpailujärjestäjä varaa oikeuden yhdistellä sarjoja.



OTTELUT

Ottelut käydään lohkokaaviojärjestelmällä, tai round robin -järjestelmällä mikäli samassa kategoriassa on kolme kilpailijaa. Ottelut käydään ikä-, vyöarvo- ja painoluokissa. Miehet ja naiset omissa sarjoissa.

Otteluihin osallistuvien pakolliset suojat ovat:

- käsisuojat (10 Oz tai vanhan malliset avoimet hanskat, molemmat käyvät)
- jalkasuojat
- hammassuoja
- alasuoja (juniorisarjoista alkaen)
- kypärä
- säärisuojat
- naisilla ja junioritytöillä näiden lisäksi rintasuoja

Otteluihin osallistuvien vapaaehtoiset suojat ovat:

- kyynervarsisuojat
- veteraaneilla näiden lisäksi rintapanssari

Suojien tulee olla oman kulman mukaisesti **punaiset tai siniset**. Jokaisella kilpailijalla on oltava sääntöjen mukaiset suojat puettuna. Mikäli suojissa on puutteita ottelijalla ja huoltajalla on 2 min aikaa vaihtaa asianmukaiset suojat, jonka jälkeen ottelija hylätään.

Otteluajat:

- lapset 2 x 1,5 min
- juniorit ja aikuiset 2 x 2 min
- veteraanit 2 x 1,5 min.

Erien välissä pidetään 1 min tauko.

Ottelut käydään ikä-, vyöarvo- ja painoluokissa. Miehet ja naiset omissa sarjoissa, järjestä varaa oikeuden yhdistellä sarjoja.



IKÄSARJAT

6–8-vuotiaat 9–6 gup

6–8-vuotiaat 5–3 gup

6–8-vuotiaat 2–1 gup

9–10-vuotiaat 9–6 gup

9–10-vuotiaat 5–3 gup

9–10-vuotiaat 2–1 gup

11–13-vuotiaat 9–6 gup

11–13-vuotiaat 5–3 gup

11–13-vuotiaat 2–1 gup

B juniorit 14–15-vuotiaat 9–6 gup

B juniorit 14–15-vuotiaat 5–3 gup

B juniorit 14–15-vuotiaat 2–1 gup

B juniorit 14–15-vuotiaat 1–2 dan

A juniorit 16–17-vuotiaat 9–6 gup

A juniorit 16–17-vuotiaat 5–3 gup

A juniorit 16–17-vuotiaat 2–1 gup

A juniorit 16–17-vuotiaat 1–3 dan

Aikuiset 18–34-vuotiaat 9–6 gup

Aikuiset 18–34-vuotiaat 5–3 gup

Aikuiset 18–34-vuotiaat 2–1 gup

Aikuiset 18–34-vuotiaat 1–6 dan

Veteraanit yli 35-vuotiaat 9–6 gup

Veteraanit yli 35-vuotiaat 5–3 gup

Veteraanit yli 35-vuotiaat 2–1 gup

Vetaraanit yli 35-vuotiaat 1–6 dan



PAINOLUOKAT

Lapset 6–8-vuotiaat ja 9–10-vuotiaat

Tytöt ja pojat - 22 kg - 25 kg - 28 kg - 31 kg - 34 kg - 37 kg -40 kg +40 kg

Lapset 11–13-vuotiaat

Tytöt 11-13 v - 30 kg - 35 kg - 40 kg - 45 kg - 50 kg - 55 kg + 55 kg

Pojat 11-13 v - 35 kg -40 kg - 45 kg 50 kg - 55 kg - 60 kg + 60 kg

Juniorit B

Tytöt -40kg -45kg -50kg -55kg - 60kg -65kg +65kg

Pojat -45kg -50kg -55kg -60kg -65kg -70kg +70kg

Juniorit A

Tytöt -40kg -46kg -52kg -58kg -64kg -70 kg +70 kg

Pojat -45kg -51kg -57kg -63kg -69kg -75kg +75kg

Aikuiset 18–34v

Naiset - 47 kg - 52 kg - 57 kg - 62 kg - 67 kg - 72 kg - 77 kg + 77 kg

Miehet - 52 kg - 57 kg - 64 kg - 71 kg - 78 kg - 85 kg - 92 kg + 92 kg

Veteraanit yli 35-vuotiaat

Miehet - 64 kg - 73 kg - 80 kg - 90 kg + 90 kg

Naiset - 54 kg - 61 kg - 68 kg - 75 kg + 75 kg

Kilpailujärjestäjällä on oikeus yhdistellä sarjoja. Sarjojen yhdistely tehdään yhteistyössä kilpailijan huoltajan kanssa.



JOUKKUEOTTELUT

Joukkueottelu käydään lohkokaaviomenetelmällä. Joukkueottelussa kilpaillaan 3 hengen joukkueissa, jotka muodostetaan samaan ikäryhmään kuuluvista (14–17-vuotiaat, 18–34-vuotiaat, yli 35-vuotiaat), miehet ja naiset omissa sarjoissaan. Joukkueeseen saa kuulua 18–34-vuotiaiden sarjassa enintään yksi toisen ikäryhmän kilpailija.

Joukkueen muodostuksessa osallistujien vyöarvolla ja painolla ei ole merkitystä.

Sekajoukkueet eivät ole sallittuja.

Aloittaja arvotaan heittämällä kolikkoa (kehätuomari heittää). Arpa ratkaisee, kumpi joukkue valitsee ensimmäisenä ottelijan joukkueestaan ensimmäiselle kierrokselle, minkä jälkeen valinnat tehdään vuorotellen. Arvonnan voittaja saa valita asettaako kilpailijan ensin vai antaako vuoron vastapuolelle. Kaksi joukkuetta kilpailee kerrallaan jatkoon pääsystä. Erät pisteytetään kuten yksilöottelussa. Joukkue saa kilpailijan voitosta kolme pistettä ja tasapelistä yhden pisteen. Eniten pisteitä kerännyt joukkue pääsee jatkoon. Joukkue, joka pääsee tavoittamattomaan pistejohtoon on voittanut eikä loppuja otteluita käydä. Jos tulos on tasapeli, voittajan valitsemiseksi otellaan jatkoajalla äkkikuolemasta. Jos tulos on tasan, suoritetaan arvonta, arvonnän voittaja saa valita kumpi asettaa ottelijan ensin äkkikuolemaa varten.

Juniorit (14–17 v) ja seniorit (18–34)

Otteluaika: **2 min**

Veteraanit (yli 35 v)

Otteluaika: **1,5 min.**



ERIKOISTEKNIIKAT

KARSINTATEKNIikka

Karsintatekniikka käytössä. Tämä tarkoittaa, että kilpailijan on **suoritettava ensin hyväksytysti karsintatekniikka** saadakseen oikeuden osallistua varsinaiseen kilpailuun. Jos kilpailija epäonnistuu karsintatekniikassa, hän ei voi jatkaa kilpailussa.

Hyväksytyssä suorituksessa levy taittuu nivelletyissä telineissä vähintään 90 asteen kulmaan tai halkeaa kahteen osaan (twimyo nomo chagi). Ylihypyssä (Twimyo nomo chagi) levyn/potkumaalin (lapset) pohja on oltava langan tasolla. Twimyo nopi chagi ja twimyo dollyo chagi tulee suorittaa saksaamalla.

Karsintatekniikka hyväksytään vain, jos levy taipuu 90 astetta. Lapset (alle 14-vuotiaat) suorittavat tekniikan läpykkään. Lapsilla osuma oikealla tekniikalla läpykkään riittää.

Jokainen kilpailija ilmoittaa etukäteen päätuomarille oman karsintatekniikkapotkunsa.

MITTAUS

Ennen suoritusta **saa tehdä yhden mittauksen**. Mikäli kilpailija ei halua tehdä mittausta, siitä on ilmoitettava tuomarille joko huoltajan tai kilpailijan itsensä toimesta ennen suoritusta. Mittaus tulee suorittaa ilman tekniikkaa ja ylihypyssä lankojen sivulle.

Hyväksytty suoritusjärjestys erikoistekniikoissa, mittauksella:

- Kummarrus tuomarille
- valmiusasento (ilmoitus mittauksesta)
- mittaus (mittauksen jälkeen kilpailija palaa paikalleen)
- valmiusasento
- suoritus
- valmiusasento (valmius asennossa odotetaan niin kauan kunnes tuomarit ovat arvioineet suorituksen)
- kummarrus

Hyväksytty suoritusjärjestys erikoistekniikoissa, ei mittausta:

- Kummarrus tuomarille
- valmiusasento (ilmoitus ei mittauksesta)
- suoritus
- valmiusasento (valmius asennossa odotetaan niin kauan kunnes tuomarit ovat arvioineet suorituksen)
- kummarrus



Mittaustekniikan jälkeen on luvallista tehdä valmiusasento, mutta se ei ole pakollista. Kun mittaus on suoritettu kilpailija palaa paikalleen, josta lähtee suorittamaan varsinaista suoritusta valmiusasennosta. Valmiusasentojen määrä suorituksessa: 2 (ilman mittausta), 3–4(mittauksella).

PISTEYTYS

Kilpailija saa jokaisesta **hyväksytystä suorituksesta** korkeuden tai pituuden senttimäärän mukaisen pistemäärän. Mikäli kaksi tai useampi kilpailija on tasapisteissä kaikkien suoritettujen tekniikoiden jälkeen, niin järjestetään uusintayritys/-yrityksiä arvotulla tekniikalla 5 cm korotuksilla ja arvotussa järjestyksessä, kunnes voittaja selviää.

Lapset (alle 14-vuotiaat) suorittavat tekniikan huoltajan pitämään potkuläpykkään. Muut suorittavat tekniikan levyyn. Maksimi aika ensimmäisestä valmiusasennosta siihen, että varsinainen suoritus lähtee liikkeelle, on 30 sekuntia.

1.dan - 6.dan

B-juniorit (14–15 v), A-juniorit (16–17 v), aikuiset (18–34 v), veteraanit (yli 35 v)

Miehet:

Twimyo nopi chagi 200 cm

Twimyo dollyo chagi 180 cm

Twimyo bandae dollyo chagi 180 cm

Twimyo dollimyo chagi 180 cm

Twimyo nomo chagi 150 cm x 70 cm

Naiset:

Twimyo nopi chagi 180 cm

Twimyo dollyo chagi 180 cm

Twimyo bandae dollyo chagi 180 cm

Twimyo dollimyo chagi 180 cm

Twimyo nomo chagi 130 cm x 70 cm



9.gup - 1.gup naiset ja miehet omissa ikäsarjoissaan

B-juniorit (14–15-vuotiaat, A-juniorit (16–17-vuotiaat, seniorit (18–34-vuotiaat, veteraanit (yli 35-vuotiaat

Miehet ja naiset:

twimyo nopi chagi 180 cm

twimyo dollyo chagi 180 cm

twimyo nomo chagi: 130cm x 70 cm

9.gup – 1. gup lapset, ikäsarjat tytöt ja pojat omissa ikäsarjoissaan

6–8 v

twimyo nopi chagi 130 cm

twimyo nomo chagi: 100cm x 30 cm

9–10 v

twimyo nopi chagi 140 cm

twimyo nomo chagi: 110cm x 40 cm

11–13 v

twimyo nopi chagi 160 cm

twimyo nomo chagi: 120cm x 50 cm



JOUKKUE-ERIKOISTEKNIIKAT

Karsintatekniikka käytössä. Joukkueessa on 3 miestä tai 3 naista. Jokainen kilpailija tekee vähintään yhden tekniikan. Muuten toimitaan kuten yksilösuorituksissa.

Karsintatekniikassa **ylsi joukkueen jäsen suorittaa joukkueen valitseman tekniikan** (joukkue päättää, kuka sen tekee ja minkä tekniikan hän suorittaa). **Joukkueen on suoritettava hyväksytysti karsintatekniikka** saadakseen oikeuden osallistua varsinaiseen kilpailuun. Jos joukkue epäonnistuu karsintatekniikassa, se ei voi jatkaa kilpailussa. Lisäksi sekajoukkue, jossa voi olla sekä mies että naiskilpailijoita. Sekajoukkue voi osallistua avoimeen sarjaan.

Mikäli joukkueet ovat tasapisteissä kaikkien suoritettujen tekniikoiden jälkeen, niin järjestetään uusintayritys/-yrityksiä arvotulla tekniikalla 5 cm korotuksilla ja arvotussa järjestyksessä, kunnes voittaja selviää. Sama henkilö ei saa tehdä kahta suoritusta samalla kierroksella. Yksi kierros tarkoittaa sitä, että joukkueen jokainen jäsen on tehnyt suorituksen.

1.dan - 6.dan (yli 14-vuotiaat) naiset ja miehet omissa sarjoissa

Twimyo nopi chagi 200cm

Twimyo dollyo chagi 180 cm

Twimyo bandae dollyo chagi 180 cm

Twimyo dollimyo chagi 180 cm

Twimyo nomo chagi 150cm x 70cm

9.gup - 1.gup (yli 14-vuotiaat) naiset ja miehet omissa sarjoissa

twimyo nopi chagi 180 cm

twimyo dollyo chagi 180 cm

twimyo nomo chagi: 130cm x 70 cm

Avoin sarja 9 gup-6 dan (yli 14-vuotiaat), sekajoukkueet

Twimyo nopi chagi 180 cm

Twimyo dollyo chagi 180 cm

Twimyo bandae dollyo chagi 170 cm

Twimyo dollimyo chagi 170 cm

Twimyo nomo chagi 130 cm x 70 cm

VOIMAMURSKAUKSET

Voimamurskaukset kilpaillaan ikä-, ja vyöarvosarjoissa, miehet ja naiset omissa sarjoissaan. Järjestäjä varaa oikeuden yhdistellä sarjoja. Jos seniori- ja veteraani- sarjoja yhdistetään, niin sarjassa kilpaillaan seniorisarjan tekniikoilla.

Kilpailija valitsee haluamansa lautamäärän ennen jokaista suoritusta. Ensimmäinen tekniikka suoritetaan arvotussa järjestyksessä. Seuraavat tekniikat suoritetaan pistejärjestyksessä niin, että pistejohdossa oleva kilpailija aloittaa.

Maksimi aika ensimmäisestä valmiusasennosta siihen, että varsinainen suoritus lähtee liikkeelle, on 30 sekuntia. Tasapisteissä arvotaan suoritettava tekniikka.

1.dan - 6.dan; seniorit (18–34 v)

Miehet:

ap joomuk jirugi

sonkal taerigi

Yop chagi

Dollyo chagi

Bandae dollyo chagi

Naiset:

ap palkup taerigi

sonkal taerigi

Yop chagi

Dollyo chagi

Dolmyo chagi

1.dan - 6.dan; veteraanit (yli 35 v)

Miehet ja naiset:

sonkal taerigi

yop chagi



Dolmyo chagi

6.gup - 1.gup; seniorit (18-34

Miehet:

ap joomuk jirugi

sonkal taerigi

Yop chagi

Dollyo chagi

Naiset:

Ap palkup taerigi

Sonkal taerigi

Yop chagi

dollyo chagi

6.gup - 1.gup; veteraanit (yli 35-vuotiaat)

Miehet ja naiset:

sonkal taerigi

yop chagi

dolmyo chagi



JOUKKUE-VOIMAMURSKAUKSET

Joukkuevoimamurskaukset kilpaillaan kahdessa vyöarvosarjassa, 3 hengen joukkueissa, miehet ja naiset omissa sarjoissaan. Lisäksi sekajoukkue, jossa voi olla sekä mies- että naiskilpailijoita. Sekajoukkue voi osallistua avoimeen sarjaan. Järjestäjä varaa oikeuden yhdistellä sarjoja.

Jokainen joukkueen jäsenistä suorittaa yhden tekniikan. Muuten kilpailukäytäntö on sama, kun yksilökilpailussa.

1.dan - 6.dan (yli 17-vuotiaat)

sonkal taerigi

yop chagi

dolmyo chagi

6.gup - 1.gup (yli 17-vuotiaat)

sonkal taerigi

yop chagi

dolmyo chagi

Avoin sarja 6. gup – 6. dan (yli 17-vuotiaat), sekajoukkueet

Ap palkup taerigi

Sonkal taerigi

Yop chagi

dollyo chagi



ITSEPUOLUSTUSRUTIINI

Mikäli enemmän kuin 8 joukkuetta osallistuu, jaetaan ne 4 ryhmään. Karsinnat ja finaali otellaan. Mikäli joukkueita osallistuu vähemmän kuin 8, voittajat valitaan karsinnoissa.

Itsepuolustusrutiinissa kilpaillaan vyöarvosarjoissa, miehet ja naiset omissa sarjoissaan. Järjestäjä varaa oikeuden yhdistellä sarjoja.

Miesten sarjassa esityksessä on yksi mies 3 miestä vastaan. Naisten sarjassa esityksessä on yksi nainen kahta henkilöä (miestä tai naista) vastaan.

“Sankarin” tulee olla kilpailija, joka on suorittanut asianmukainen vyöarvon. Avustavat henkilöt voivat olla keitä tahansa kilpailijoita. Esityksen “sankarilla” pitää olla dobok. “Hyökkääjät” saavat käyttää muita rooliensa mukaisia vaatteita, mutta ei kuitenkaan minkään muun kamppailulajin virallisia asuja.

KESTO

Junioreiden ja aikuisten kilpailuissa miesten sarjan kesto on 40–60 sekuntia.

Junioreiden ja aikuisten kilpailuissa naisten sarjan kesto on 30–50 sekuntia.

Veteraanien kilpailussa sekä miesten että naisten sarjan kesto on 30–50 sekuntia.

ESITYS

“Sankari” kumartaa tuomariston puheenjohtajalle ja ottaa valmiusasennon (Palmok Daebi Makgi). Kun “sankari” lopettaa viimeisen suorituksensa ja ottaa valmiusasennon niin aika päättyy. “Sankarin” merkistä kaikki osallistujat kumartavat tuomaristolle rivissä ja poistuvat kehästä.

Jos esitys on liian pitkä, tuomaristo ilmoittaa ajan ylityksestä/alituksesta ja hylkää suorituksen.

Itsepuolustusrutiinissa esitettävät pakolliset tekniikat:

vähintään 1 jalkaliike hypyllä yhdellä potkulla.

vähintään 1 jalkaliike hypyllä kaksois- tai kolmoispotkulla.

vähintään 1 kaksisuuntainen potku hypyllä.

vähintään 2 väistötekniikkaa.

vähintään 1 pidosta tai otteesta vapautumiseen käytettävä tekniikka.

vähintään 1 puolustustekniikka asetta vastaan (veitsi, leluase, tuoli, tvs.).

vähintään 1 kaksoistorjuntatekniikka kaksoishyökkäystä vastaan.



1. dan – 6. dan junioreiden ja aikuisten kilpailuissa kilpailijat suorittavat kaikki yllä mainitut pakolliset tekniikat.

1. dan – 6. dan veteraanien kilpailussa kilpailijat suorittavat vähintään 4 yllä mainituista pakollisista tekniikoista.

5 gup – 1 gup kilpailussa kilpailijat suorittavat vähintään 4 yllä mainituista pakollisista tekniikoista.

9 gup – 6 gup kilpailussa kilpailijat suorittavat vähintään 3 yllä mainituista pakollisista tekniikoista

Joukkueen (9–1. gup) huoltajan on ennen kilpailusarjan alkua ilmoitettava kirjallisesti päätuomarille mitkä edellä mainitusta pakollisista tekniikoista joukkue tulee suorittamaan.



LISÄTIETOJA

Järjestäjät

Ian Berkinfand

Puh. 040 937 3101

Email: poweritffinland@gmail.com

Olga Berkinfand

Puh. 0408507675

Juuso Leppänen

Puh. 0449703384

Email: legion.tkd.ry@gmail.com

Tervetuloa kilpailuihin!

