

## CHILDREN'S GAMES

### Kilpailukutsu

CHILDREN'S GAMES on kaikille kamppailulajeille suunnattu kilpailumuoto, jonka tarkoituksena on luoda innostavia ja leikkisiä tapahtumia. Tavoitteena on tarjota lapsille mahdollisuus kehittää sosiaalisia taitojaan sekä urheilullisia kykyjään. Tapahtuman tavoitteena on opettaa lapsille kunnioitusta, urheiluhenkeä ja ystävyyttä.

Kilpailussa kilpaillaan yksilönä ikäluokittain sekä joukkueena.

Children's Games:ssa kilpaillaan erilaisissa taitoa vaativissa tehtävissä. Jokainen kilpailija kerää pisteitä eri tehtävistä. Kaikki kilpailijat suorittavat kaikki tehtäväpisteet yhdessä oman joukkueen kanssa, joukkueella tulee olla yksi nimetty täysi-ikäinen vastuuhenkilö joka johtaa joukkuetta pisteeltä toiselle.

Joukkueen koko on 4 henkilöä. Joukkue voi koostua eri ikäisistä kilpailijoista. Kilpailija voi olla vain yhdessä joukkueessa. Kilpailijat kilpailevat keräävät pisteitä sekä joukkueelle että itselleen. Yksilökilpailussa kilpailijat kilpailevat ikäluokittain

Ikäluokat 6–7-vuotiaat, 8–9-vuotiaat, 10–11-vuotiaat, 12–13-vuotiaat

Kilpailuun voi osallistua myös yksilökilpailijana ilman joukkuetta. Myös tällöin kilpailijalla tulee olla vastuuhenkilö mukana.

Joukkueen jäsenet keräävät pisteitä joukkueelle jokaisella tehtäväpisteellä. Kaikkien joukkueiden jäsenten pisteet lasketaan yhteen. Eniten pisteitä kerännyt joukkue voittaa joukkuekilpailun.

Yksilökilpailun voittaa eniten pisteitä kerännyt kilpailija. (joukkue viestin pisteitä ei lasketa yksilökilpailun pistemäärään)

Jokainen kilpailija palkitaan CHILDREN GAMES mitalilla.

Jokaisen ikäluokan 3 parasta kilpailijaa palkitaan pokaaleilla.

Joukkuekilpailun 3 parasta joukkuetta palkitaan pokaaleilla.

### KILPAILUPAIKKA

**Aika:** SU 29.9.2024 KLO 10:00-14:00

**Paikka:** JÄTKÄNSAAREN PERUSKOULU, LIIKUNTAHALLI

**Osoite:** HYVÄNTOIVONKATU 1, 00220 HELSINKI

**Pysäköinti:** Alueella on jonkin verran ilmaisia kadunvarsipaikkoja, sekä hallin edessä on maksullisia paikkoja. Lisäksi lähellä kilpailupaikkaa on maksullinen pysäköintihalli, **Satamaparkki**.

## ILMOITTAUTUMINEN

Ilmoittautuminen seuroittain sähköpostilla osoitteeseen: [secretary@itftaekwondo.fi](mailto:secretary@itftaekwondo.fi)

Viimeinen ilmoittautumispäivä on **24.9.2024 klo 23:59 mennessä.**

Ilmoittautumisen yhteydessä ilmoitetaan seuraavat tiedot:

- Joukkueen nimi
- Yksilön nimi (mikäli ei osallistu joukkuekilpailuun) ja syntymäaika pp.kk.vvvv
- Joukkueen kilpailijoiden nimet ja syntymäaika pp.kk.vvvv
- Joukkueen valmentajan/ohjaajan nimi

## MAKSU

Kilpailumaksu on 25 € per kilpailija, joka maksetaan seuroittain ITF Taekwon-Do liitto ry:n tilille:

SAAJA: ITF Taekwon-Do liitto ry

TILINUMERO: FI 58 5554 0920 0846 466

VIESTIKENTTÄÄN: CHILDREN GAMES, seuran nimi ja kilpailijoiden lukumäärä.

Maksun eräpäivä **25.9.2024**. Maksukuitti/screenshot maksusta mukaan kilpailupaikalle

## RUOKAILU

Kilpailupaikalla on buffetti, josta voi ostaa pientä purtavaa ja juotavaa.

## KILPAILUMUODOT

### 1. Nopeus

Kiertopotku kolmella eri korkeudella. Blazepod -valot on asennettu nyrkkeilysäkkiin kolmelle eri korkeudelle. Jokaisen kilpailijan on suoritettava mahdollisimman monta kiertopotkua 20 sekunnissa potkaisemalla syttyvää kohdetta (sininen valo). Jokainen kilpailija suorittaa tämän testin sekä vasemmalla, että oikealla jalalla. Pistemäärä lasketaan osumien perustella, molempien jalkojen yhteenlaskettu summa on pisteiden määrä (20 potkua oikealla ja 22 potkua vasemmalla = 42 pistettä. Kilpailijalla on yksi yritys.

### 2. Ketteryys

Sivupotku, sivulta sivulle (Blazepod -valo). Kilpailijoiden on käytettävä sivupotkua osumaan sinisiin valoihin, kun ne syttyvät, ja sitten nopeasti palattava ja koskettava kotipesää (punainen valo). Kun kotipesää on koskettu, sininen valo syttyy uudelleen automaattisesti ja satunnaisesti (vasemmalle tai oikealle). Jokaisella kilpailijalla on 30 sekuntia aikaa suorittaa mahdollisimman monta potkua. Jos Blazepod -valoa potkaistaan väärin ja se putoaa pidikkeestä, kilpailijan vuoro päättyy siihen. Pistemäärä on suoritettujen potkujen määrä 20 potkua = 20 pistettä. Kilpailijalla on yksi yritys.

### 3. Lyöntivoima

Hernepussin lyöminen, kilpailijan on lyötävä hernepussin niin, että se lentää mahdollisimman pitkälle. Lyönnissä käden tulee olla nyrkissä. Huoltaja pitää hernepussia kilpailijalle.

Etäisyys mitataan hernepussin laskeutumispaikan ja lähtöpaikan välillä. Hernepussin tulee pysyä mitta-alueen sisäpuolella. Jokainen kilpailija suorittaa tämän testin oikealla ja vasemmalla kädellä. = lyöntien yhteispituus merkitään pisteinä oikea käsi 2,2 metriä + vasen käsi 1,9 m = 4,1 pistettä. Kilpailijalla on yksi yritys.

### 4. Liikkuvuus

Potkaiseminen mahdollisimman korkealle. Jokainen kilpailija päättää, kumpaa potkutekniikkaa käyttää tässä testissä, joko kierto- tai sivupotku. Potku suoritetaan molemmilla jaloilla. Hyppypotkut ovat sallittuja.

Pisteytys:

- Pisteet
- Rintakehän korkeus 1 pistettä
- Kaulan korkeus 2 pistettä
- Leuan korkeus 3 pistettä
- Otsan korkeus 4 pistettä
- Pään yläpuolella 5 pistettä

Pisteet annetaan molempien jalkojen yhteen laskettuna summana (vasen jalka 3 pistettä, oikea jalka 4 pistettä = 7 pistettä). Kilpailijalla on yksi yritys

### 5. Koordinaatio / tarkkuus

Pallon lyöminen kolmeen kohteeseen (renkaat). Kilpailijan on lyötävä rinnan korkeudelle asetettua palloa niin, että se lentää kohteeseen. Kohteita on kolme, renkaat asetettuina kolmelle eri korkeudelle.

- Korkein rengas 3 pistettä,
- keski rengas 2 pistettä
- matala rengas 1 piste.

Lyönnit suoritetaan 2 kertaa oikealla ja 2 kertaa vasemmalla kädellä. Kaikkien neljän lyönnin pistemäärät lisätään kilpailijan kokonaispisteisiin.

### 6. Joukkueviesti (vain joukkueille)

- Nopeusviesti

- Jokaisen kilpailijan tulee suorittaa seuraavat tehtävät juosten määrätyn reitin läpi:

1. Hyppy neljän esteen yli
2. Suorittaa potkuläpykkään 5 kiertopotkua sekä oikealla että vasemmalla jalalla (joukkueen huoltaja pitää potkuläpykkää)
3. Pujottelurata



## LET'S PLAY MARTIAL ARTS

Suoritettuaan radan kilpailija lähettää seuraavan joukkueen jäsen matkaan koskettamalla kilpailijaa käteen (läpsyllä).

Pisteytys:

- Nopein joukkue saa 10 pistettä
- 2 nopein 8 pistettä
- 3 nopein 6 pistettä
- 4 nopein 4 pistettä
- muut 3 pistettä

Mikäli jokin tehtävä suoritetaan virheellisesti ( potkuja liian vähän, hyppy jää välistä tai pujottelu rata suoritetaan virheellisesti, lisätään loppu aikaan 2 sek. per virhe.

Toivotamme kaikki mukaan nauttimaan kilpailemisesta, yhdessä olost ja kamppailulajien yhteisöllisyydestä.

ITF TAEKWON-DO LIITTO RY

Lisätiedot

Rose Pakarinen

[president@itftaekwondo.fi](mailto:president@itftaekwondo.fi)

040-7600481

