

### Säännöt

1. Kilpailuun voi osallistua kilpailupäivänä alle 15-vuotias kilpailija, jolla on taekwondossa vähintään 8 kup vyöarvo.
2. Kilpailusarjat ovat seuraavat:

| Ikä               | Taitotaso   |               |
|-------------------|-------------|---------------|
| 6 – 8 –vuotiaat   | 4 kup – dan | 8 kup – 5 kup |
| 9 – 11 –vuotiaat  | 4 kup – dan | 8 kup – 5 kup |
| 12 – 14 -vuotiaat | 4 kup – dan | 8 kup – 5 kup |

3. Kilpailusuoritus muodostuu kilpailijan esityksestä ja levyn (0,8 cm paksu) murskauksesta. Tekniikka, joilla levy murskataan antaa kilpailijalle pisteitä vaikeustason mukaisesti 1 – 5 pistettä ja tuomarit arvioivat kilpailijan esityksen asteikolla 1 – 5 pistettä. Yhdessä suorituksessa voi olla murskattavana useampi levy (esim. tuplahyppypotkut).
4. Kilpailusuoritus:  
Tuomari ilmoittaa kilpailijan nimen ja kilpailija astuu kilpailuareenalle. Kilpailija saa itse laittaa levyn oikealle kohdalle ja oikealle korkeudelle (levyn pitäjät ovat aikuisia ja voivat olla tarvittaessa polviseisonnassa). Kilpailija ilmoittaa kuuluvalla äänellä mitä tekniikkaa hän murskatessa käyttää. Kun kilpailija on valmis, hän kumartaa tuomareille ja ottaa valmiusasennon ( dwit kubi ja goduro maki) sekä antaa kuuluvan kihap-huudon. Keskittymisen jälkeen hän suorittaa murskauksen ja antaa murskauksen yhteydessä kuuluvan kihap-huudon. Murskauksen jälkeen kumarretaan tuomareille ja poistutaan kilpailuareenalta.
5. Kilpailijalla on kolme suoritusta, joista ensimmäinen on harjoituskierron. Kahden suorituksen pisteet lasketaan yhteen, eniten pisteitä saanut voittaa. Tasapisteissä tuloksena on jaettu sija kilpailussa.
6. Tuomareita on kolme, joista jokainen täyttää oman pistelappunsa kunkin suorituksen kohdalla.
7. Kaikki osallistujat palkitaan.

| Pisteet        | 1   | 2                      | 3                           | 4                                | 5                                      |
|----------------|---|------------------------|-----------------------------|----------------------------------|--|
| Käsitekniikat  | Suora lyönti nyrkki   | Kiertävä lyönti nyrkki | Suora lyönti sonnal, palgup | Kiertävä lyönti sonnal, palgup   | Erikoistekniikat                       |
| Jalkatekniikat | Suora potku   | kiertävä potku         | suora / kiertävä hyppypotku | selän kautta kiertävä hyppypotku | selän kautta kiertävä tupla-hyppypotku |
| Esitys         | <p>Tuomarit arvioivat asteikolla 1 – 5.</p> <p>Arviointiin vaikuttaa mm:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- tekniikan puhtaus</li> <li>- tekniikan voima</li> <li>- kihap</li> <li>- kumarrus</li> <li>- keskittyminen</li> </ul> |                        |                             |                                  |  |