

Aikataulu liikesarjojen osalta:

8.30-9.00 joukkueenjohtajien kokous

9.00-12.00 kilpailut

12.00-12.45 lounastauko

12.45-13.50 kilpailut

14.00-14.30 tv-kuvaukset, joissa ensin kaksi ottelua, sitten kaksi liikesarjafinaalia

14.30-16.00 freestyle ja sen jälkeen loput liikesarjat

Aikataulu hyppypotkujen ja murskauksen osalta:

12.15-12.45 joukkueenjohtajien kokous

12.45-13.50 kolmoishyppypotkut ja pyörähtävät potkut

13.50-14.30 tauko tv-kuvausten ajan

14.30-16.00 korkeushyppyetupotkut ja voimamurskaukset

Aikataulu ottelun osalta:

11.00-12.00 punnitus

12.15-12.45 joukkueenjohtajien kokous

14.00-14.30 tv-kuvaukset, joissa ensin kaksi ottelua, sitten kaksi liikesarjafinaalia

Kaikki palkinnot jaetaan koko kilpailun päätteeksi, arviolta noin 16.00 alkaen. Mitaleita ei jaeta etukäteen, vaan kaikkien palkittavien toivotaan olevan paikalla palkintojenjaossa.

TV-kuvausten ajaksi kaikki muu toiminta keskeytetään ja keskitetään yleisö kilpailualueen taakse katsomoon. TV-kamerat ovat kilpailualueen takana katsomosta katsottuna, ja kuvausten ajaksi liikesarjojen suoritussuunta käännetään kameroita kohti.

Voimamurskauksen osallistujat saavat kukin yhden laudan, jotta voivat testata sen kovuutta. Kilpailijat voivat tulla noutamaan laudan toimitsijapöydältä 8.30 alkaen.

Freestylen osallistujia pyydetään toimittamaan musiikkinsa kilpailunjohtajalle sähköpostitse (tatu.iivanainen@taekwondo.fi) etukäteen.

Muistutuksena kilpailuasui:

Kilpailijan tulee käyttää oman vyöarvonsa mukaista vyötä.

Kilpailija voi oman valintansa mukaisesti käyttää dobokin housuja, shortseja tai trikoita.

Kilpailija voi oman valintansa mukaisesti käyttää t-paitaa, toppia, trikoopaitaa lyhyt- tai pitkähihaisena tai olla ilman paitaa (miehet). Ottelussa ei saa olla ilman paitaa. Dobokin yläosaa ei saa käyttää.

Liikesarjoissa, hyppypotkuissa ja murskauksessa kilpailija saa käyttää aurinkolaseja, huivia, hiuskiinnikkeitä tms. **Ottelussa** niiden käyttö on kiellettyä.

SM-viikon takia alueella on voimassa poikkeukselliset pysäköintijärjestelyt. Tarkemmat tiedot <https://sm-viikko.fi/espoo2026/>. Julkisilla liikennevälineillä paikalle saapuminen on suositeltavaa.