

# Liga Wielkopolska w Taekwondo Olimpijskim Dzieci, Młodzieży oraz Masters

## I Kolejka O Puchar Burmistrza Miasta i Gminy Stęszew

Zapraszamy do uczestnictwa w naszej Lidze. W roku 2016 odbędą się 4 turnieje. Startujący Zawodnicy przypisani zostaną do poszczególnych kategorii wiekowych z podziałem na dziewczynki i chłopców. Rywalizować będą o 1,2,3 miejsce (po zsumowaniu pkt z czterech turniejów), Puchar, roczny tytuł Mistrza Ligi oraz nagrody rzeczowe (sprzęt treningowy osobisty).

Kluby natomiast rywalizują między sobą o puchar Przechodni Mistrzów Ligi oraz Nagrodę finansową na zakup sprzętu sportowego w sklepie Fighting Empire:

- za zajęcie 1 miejsca Klub otrzymuje 1000 zł,
- za zajęcie 2 miejsca Klub otrzymuje 700 zł,
- za zajęcie 3 miejsca Klub otrzymuje 500 zł.

- \* Pierwsza kolejka ligowa w Stęszewie 05.03.2016;
- \* Druga Kolejka ligowa odbędzie się w Rydzynie w czerwcu;
- \* Trzecia Kolejka Ligowa odbędzie się w Lesznie Hala Trapez we Wrześniu;
- \* Czwarta Kolejka odbędzie się w Grudniu w Tarnowie Podgórny FINAŁ LIGII

Klub Dragon Świąteczowa nie bierze udziału w klasyfikacji klubowej.

**DATA I MIEJSCE:** 5.03.2016 Gimnazjum Stęszew

**Organizator:** Uczniowski Klub Sportowy DRAGON Długie Stare; KS Sfinks Rydzyna, UKS Atlas Tarnowo Podgórne

**Kontakt:** Tomasz Gorwa 669 180 861

**Zgłoszenia:** 29.02.2016 przez system rejestracji więcej info wkrótce.

**Konkurencje:**

I WALKA – na systemie DAEDO

1. Młodzik (2006-2005) – tylko na wysokość brzucha
2. Kadet (2002-2004)
3. Junior (1999-2001)
4. Senior/Masters (od 1998)

Punktacja konkurencji walki:

- 1m-6pkt;
- 2m-4 pkt;
- 3m-2 pkt;
- 5-8m – 3pkt;

W konkurencji walki sportowej dla juniora i seniora oraz mastersa jeśli zawodnicy po 4 turniejach mają taką

samą liczbę punktów między sobą rozstrzygają to przez konkurencje rozbić stosu bloczków.

## II SPRAWNOŚCIÓWKA: Dla dzieci roczniki od 2007 do 2012 oraz młodzik ,kadet

1. Zawieszona noga (dla dzieci na wysokość brzucha) dollyo chagi przez 15s prawa noga i 15s lewa noga (Młodzik ,Kadet na wysokość podbródka).

W razie remisu wygrywa niższy stopień. Jeśli stopnie są równe wygrywa młodszy zawodnik.

Po dotknięciu nogą kopiającą lub podparciu ręką o matę zadanie kończy się.

2. Tor Sprawnościowy; odcinek 12m - w połowie stojak do nopi ap chagi zawodnik zaczyna od 3 padnij powstań i biegnie na drugą stronę odcinka kopiając w połowie z wyskoku w stojak z packa na wysokość swojej głowy (co rundę podnosimy packę o 5 cm), na drugim końcu zawodnik wskakuje na podest o wysokości jego kolan – wykonuje tam 5 wskoków, w drodze powrotnej zawodnik kopie z wyskoku w packę o tej samej wysokości. Ćwiczenie trwa 1minute i można je konturować tylko wtedy gdy zaliczymy celne kopnięcie w packę. Liczymy ilość wszystkich powtórzeń każdego ćwiczenia (padnij powstań, kopnięcie i wskoki suma po 1 min).

W razie remisu wygrywa niższy stopień. W razie równych stopni wygrywa młodszy zawodnik.

Punktacja konkurencji sprawnościowej

- 1m-6 pkt;
- 2m-4 pkt;
- 3m-3 pkt;
- 4m -2 pkt;
- 5m -1 pkt

Jeśli po czterech turniejach zawodnicy mają taką samą liczbę punktów to w rundzie finałowej rozegrają trzecią konkurencję poomse.

Na stronie Ligi będzie można na bieżąco sprawdzić jak dany zawodnik i klub wygląda w rankingu.

Klasyfikacja klubowa i zawodnika to suma punktów z technik sprawnościowych i walki sportowej.

**Warunki uczestnictwa:** w konkurencji walki sportowej obowiązkowa książeczka zdrowia sportowca

**Opłata startowa:** 40zł za zawodnika

### **Program zawodów:**

8:00-9:00 rejestracja i waga

10:00 rozpoczęcie zawodów

13:00 otwarcie zawodów

18:00-19:00 zakończenie zawodów

**Nagrody:** reprezentacyjne medale oraz dyplom

Kluby mają obowiązek ubezpieczyć zawodników. Organizator zawodów nie ponosi odpowiedzialności za nieszczęśliwe wypadki i konsekwencje wynikające z braku powyższego ubezpieczenia.