

Wielkopolska Liga Taekwondo

FINAŁ!!!

„SPARTAN ROKIETNICA CUP”



Zapraszamy do uczestnictwa w Wielkopolskiej Lidze Taekwondo. Tak jak w poprzednich kolejkach ligi zawodnicy będą mogli uczestniczyć w konkurencjach sprawnościowych oraz walkach sportowych. Uczestnicy zostaną podzieleni na grupy względem wieku oraz płci, w walkach sportowych będą podzieleni również pod względem wagi. Podczas dwóch poprzednich kolejek (we Włoszakowicach oraz Tarnowie Podgórnym) zawodnicy zdobywali punkty za określone miejsca, na koniec naszego turnieju punkty zostaną zsumowane a dla najlepszych zawodników oraz najlepszego klubu przewidziane są nagrody.

DATA: 23 LISTOPADA 2019 (SOBOTA)

MIEJSCE: Rokitnicki Ośrodek Sportu
ul. Szamotulska 29, 62-090 Rokitnica

ORGANIZATOR: Gorwa Team oraz
MUKS Spartan Rokietnica

GOSPODARZ: MUKS SPARTAN ROKIETNICA oraz
Rokietnicki Ośrodek Sportu

KONTAKT: Tomek Gorwa: 669 180 861
Piotr Trybuś: 796 135 884

SĘDZIA GŁÓWNY: Michał Poniewierski: ponio@o2.pl

UCZESTNICZY: Dzieci oraz młodzież do rocznika 2002

KONKURENCJE:

1. Konkurencje sprawnościowe:

- I. Kopnięcia na czas (dla wszystkich na wysokość brzucha)
 - a) stoper start
 - b) 10 kopnięć dollyo chagi prawą nogą
 - c) 10 kopnięć dollyo chagi lewą nogą
 - d) 5 x padnij powstań
 - e) stoper stop
- II. Tor sprawnościowy na odcinku 10m (za każde wykonane ćwiczenie zawodnik zdobywa 1 pkt, przy wykonaniu jednego toru zawodnik może zdobyć 5 pkt). Zadaniem jest wykonać jak najwięcej razy tor aby zdobyć jak najwięcej punktów. Zadanie wykonuje się przez 1 minutę.
 - a) Stoper start
 - b) Zawodnik wykonuje 2 razy padnij powstań (2 pkt)
 - c) Zawodnik wykonuje przewrót w przód (1 pkt)
 - d) Następnie biegnąc dalej wykonuje kopnięcie timio ap chagi / ap chagi (zawsze na wysokość swojej głowy) (1 pkt)
 - e) Na 10 metrze obiega słupek (1 pkt) i wraca biegiem na start
 - f) Po powrocie na start wykonuje ponownie tor (wielokrotnie), tak długo aż do gwizdka sędziego oznaczającego koniec czasu.

Punktacja konkurencji sprawnościowej

- 1m-6 pkt;

- 2m-4 pkt;

- 3m-3 pkt;
- 4m-2 pkt.

2. Walki sportowe:

Walki będą wykonywane w systemie DaeDo w następujących kategoriach:

1. **Dzieci** (roczniki 2010-2011) mini kyorugi bez kontaktu na głowę (kask z plexi)
2. **Młodzik** (2008-2009) – z kontaktem na głowę (kask plexi – bez czujników)
3. **Kadet** (2005-2007) – z kontaktem na głowę, pełne DaeDo, kaski elektroniczne
4. **Junior** (2002-2004) – z kontaktem na głowę, pełne DaeDo, kaski elektroniczne

(zawodnicy bądź kluby muszą posiadać swoje stópki elektroniczne)

Punktacja konkurencji walk:

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

Warunkiem uczestnictwa w walkach sportowych jest posiadanie przez zawodnika ważnej książeczki zdrowia sportowca!

ZGŁOSZENIA:

Zgłoszenia na zawody dokonują kluby przez system rejestracji www.mipon.pl/gorwa-team/. Jeśli klub jeszcze nie uczestniczył w Wielkopolskiej Lidze Taekwondo musi się zarejestrować w systemie. Aby tego dokonać należy skontaktować się z panem Michałem Poniewierskim, wysłać do niego wiadomość na adres e-mail: ponio@o2.pl z danymi klubu: adres, nip oraz dane kontaktowe osoby rejestrującej. W odpowiedzi otrzymacie Państwo login oraz hasło się do systemu.

ZGŁOSZENIA PRZYJMUJEMY DO 21 LISTOPADA 2019
Po tym terminie możliwość rejestracji będzie wyłączona.

PROGRAM ZAWODÓW:

8:30-9:30 Rejestracja oraz waga zawodników

10:00 rozpoczęcie konkurencji sprawnościowych

12:00 ceremonia wręczenia nagród z konkurencji sprawnościowych

12:30 oficjalne otwarcie zawodów

13:00 rozpoczęcie walk sportowych

19:00 zakończenie zawodów

OPŁATA STARTOWA: 50 zł za zawodnika

Opłata startowa płatna w gotówce w dzień zawodów w biurze zawodów! Prosimy kierowników klubów/trenerów o zebranie od zawodników opłat startowych i wpłacenie za całą zgłoszoną grupę.

NAGRODY: medale oraz dyplomy, dla najlepszych zawodników ligi oraz najlepszych klubów ligi puchary

Kluby mają obowiązek ubezpieczenia zawodników. Organizatorzy nie ponoszą odpowiedzialności za nieszczęśliwe wypadki oraz konsekwencje wynikające z braku powyższego ubezpieczenia!