# TILLEGGSBESTEMMELSER FOR YNGRE UTØVERE (Kadetter 10 – 11 ÅR) sep.2015

Disse reglene kommer i tillegg til konkurransereglene for ITF Taekwon-Do i Norges Kampsportforbund som blir brukt som basis, men med følgende tilpasning for yngre utøvere.

## Artikkel 1 Formål

Formålet med disse reglene er å regulere regionale konkurranser for yngre utøvere i ITF Taekwon-Do. Konkurranser for de yngste skal være i tråd med barneidretts-bestemmelsene i Norges Idrettsforbund og ha spesiell fokus på mestring, idrettsglede og god etikette.

## Artikkel 2. Alder

Kadett Fra året man fyller 10 år t.o.m. året man fyller 11 år.

## Artikkel 3. Offisielle representanter

1. En (1) jurypresident skal sitte ved jurybordet og har følgende oppgaver:

a) Administrere klasseinndelingen og gruppere 4 utøvere i en pool.
b) Foreta opprop
c) Kontrollere at konkurransen er i henhold til reglene
d) Veilede ringdommeren gjennom hele konkurransen
e) Notere advarsler og minuspoeng i frisparring og annonsere eventuelle minuspoeng som skal gå til fratrekk til hjørnedommerne ved kampens slutt.
f) Passe tiden i frisparring

2. I firevendinger og mønster skal 3 dommere (alternativt 5 dommere) sitte på linje med en avstand på en (1) meter fra ringen og vise sin avgjørelse med flagg.

3. I frisparring skal en (1) Ringdommer lede kampen og skal ha følgende oppgaver:

a) Skape trygghet gjennom å veilede utøverne på en vennlig måte under kampen.
b) Være ”tett” på utøverne og være ekstra oppmerksom på å ”lese” situasjonen slik at man kan gripe inn før uønskede hendelser inntreffer.
c) Gi advarsler og minuspong i henhold til reglene. NB! Før det gis en advarsel for en forseelse skal utøveren først få tilsnakk.
d) Når kampen er slutt og når hjørnedommerne er klar til å vise sin avgjørelse skal han si ”dommere vis” og deretter tilkjennegi resultatet.

4. I frisparring skal 2 hjørnedommere (alternativ 4 hjørnedommere) sitte med en avstand på en (1) meter fra hjørne nr. 1 og 3. De skal skrive poeng eller bruke ”klikkers”

og ved kampens slutt skal de trekke fra eventuelle minuspoeng på Jurypresidents anvisning. På kommandoen "dommere vis" skal de vise resultatet ved å bruke flagg.

5. En eller to kampassistenter som oppholder seg sammen med utøverne ved siden av ringen og skal ha følgende oppgaver:

a) Være til stede for utøverne og skape en god og trygg atmosfære før og etter hver kamp.
b) Hjelpe utøverne med å ha på riktig utstyr og følge med annonseringen og sørge for at utøverne har blå eller rød vest og går til rett side av ringen.

6. I spesialteknikk (flyvende høyt front spark) skal det være 2 dommere som viser godkjent/ikke godkjent ved bruk av flagg.

7. Dommerne kan ha følgende valgfri bekleding:

a) Vanlig dommerantrekk i følge de alminnelige konkurransereglene
b) Do-bok med overtrekks jakke og dommersko.

8. Dommerne må ha gjennomført følgende kurs for å dømme:

a) Dommer i mønster og hjørnedommer i sparring må ha gjennomført nasjonalt dommerkurs og være minimum 15 år og inneha minimum rødt belte. I spesialteknikk må minst en av de to dommerne være minimum 18 år.
b) Ringdommer i sparring må ha gjennomført nasjonalt dommerkurs, være minimum 18 år og inneha minimum 1. Dan svart belte.
c) Jurypresident må ha gjennomført nasjonalt dommerkurs, være minimum 18 år og inneha minimum 2. Dan svart belte.

**Artikkel 4. Coacher og foreldre**

1. Alle må ha en coach når de konkurrerer. Det bør etterstrebes at det skal være en fast coach i hver ring.

2. Coachen må ha på treningsdrakt/t-shirt, treningsbukse og gymsko og skal sitte minst en meter fra ringen.

3. Coachen skal sitte på stolen når konkurransen pågår og skal **IKKE** forstyrre konkurransen med rop eller gestikulering.

4. Coachen må være støttende, skape trygghet og hjelpe utøveren med utstyr m.m. før kampen. Etter kampen må coachen gi mye ros og forsterke det som har vært positivt slik at utøveren føler mestring uansett resultat.

5. Foreldre skal oppholde seg på anvist publikumsplass og skal ikke befinne seg ved kampområdet. Foreldrene har ikke lov til å protestere mot dommeravgjørelser.

## Artikkel 5. Mesterskapssystem – premiering

1. Det benyttes poolsystem med 4 utøvere i hver pool. Hver utøver skal gå 3 kamper hver (alle mot alle). Se eget poolskjema.

2. Det skal ikke benyttes resultatlister.

3. Alle som deltar skal få lik premiering (gullmedalje)

## Artikkel 6. Konkurranseområdet

Ringen/konkurranseområdet skal minimum dekke en gulvflate på 5 x 5 meter. Området skal dekkes med matter. Disse skal dekke minst 1 meter utenfor konkurranseområdet for å danne en sikkerhetssone. Unntak fra bruk av matter kan gjøres på klubbmesterskap så lenge gulvet er av typen fjærende sportsgulv.

## Artikkel 7. Sikkerhet og beskyttelsesutstyr

I tillegg til beskyttelsesutstyret som er beskrevet i konkurransereglene artikkel 7 skal det benyttes kampvest.

## Artikkel 8. Inndeling i konkurransen

Det kan konkurreres i følgende øvelser:

a) Firevending blokk/punch
b) Mønster
c) Frisparring
d) Spesialteknikk (flygende høyt frontspark)

## Artikkel 9. Mønster - firevendinger

1. Klasser

| | | | |
|---|---|---|---|
| Divisjon I | 9 gup hvitt belte | - Firevendinger | - Gutter/jenter |
| Divisjon 2 | 8. – 7. Gup Gult belte | - Mønster | - Gutter/jenter |
| Divisjon 3 | 6. – 5. Gup Grønt belte | - Mønster | - Gutter/jenter |
| Divisjon 4 | 4. – 3. Gup Blått belte | - Mønster | - Gutter/jenter |
| Divisjon 5 | 2. – 1. Gup Rødt belte | - Mønster | - Gutter/jenter |

2. Valg av firevendinger og mønster

Det gås en firevending eller et mønster pr. runde. Ved firevendinger velger jurypresidenten enten blokk eller punch. Ved mønster velger jurypresidenten ut et mønster blant de som tilhører den laveste graderte av de to utøverne.

3. Avgjørelser mønster

Avgjørelsen til den enkelte dommer kan være som følger:

a) Rød vinner
b) Blå vinner
c) Uavgjort

Nederste grense for å kåre vinner er 2 dommere for blå eller omvendt.
Dersom resultatet av kampen er uavgjort etter at alle tre dommerne har avgitt sitt resultat blir kampens resultat uavgjort. Ingen ekstra runder blir gått.

4. I mønster skal det være følgende dommere:

a) En (1) jurypresident
b) Tre (3) dommere

**Artikkel 10. Frisparring**

1.Klasser

a) En klasse for gutter og en klasse for jenter

| | |
|---|---|
| Divisjon 1 | 8. – 7. Gup gult belte |
| Divisjon 2 | 5. – 6. Gup grønt belte |
| Divisjon 3 | 4. – 3. Gup blått belte |
| Divisjon 4 | 2. – 1. Gup rødt belte |

Følgende høyder er veiledende:

| Gutter | Jenter |
|---|---|
| - 135 cm | - 135 cm |
| - 145 cm | - 145 cm |
| + 145 cm | + 145 cm |

Med for få deltagere i en divisjon kan to divisjoner slås sammen. Det samme gjelder for høyder.

2. Kamplengden er 1 x 1,5 minutter

3. Treffområde sparring er fremsiden av overkroppen fra armhulene ned til livet (vestens framside og sider). Det er ikke tillatt å slå eller sparke mot hodet. Teknikk mot hodet gir minuspoeng og kan føre til diskvalifikasjon.

4. Poeng gis etter følgende system:

a) Ett poeng gis for: Håndteknikk rettet mot middels mål.

b) To poeng gis for: Fotteknikker rettet mot middels mål.

c) Tre poeng gis for: Bakspark mot middels mål.

5. For å oppnå poeng må det være en kontrollert teknisk korrekt utført teknikk med lett kontakt mot målområdet.

6. De øvrig reglene for sparring (advarsel, minuspoeng osv.) gjelder med følgende presiseringer:

a) Spark eller slag mot hodet uten berøring gir en advarsel.
b) Spark eller slag mot hode med berøring gir minuspoeng.
c) Spark eller slag mot hode med hard kontakt gir diskvalifikasjon.

7. Avgjørelser sparring

Avgjørelsen til den enkelte dommer kan være som følger:

a) Rød vinner
b) Blå vinner
c) Uavgjort

Nederste grense for å kåre en vinner er 1 dommer for blå og en uavgjort og omvendt. Dersom resultatet av kampen er uavgjort etter at begge dommerne har avgitt sitt resultat blir kampens resultat uavgjort. Ingen ekstra runder blir gått.

8. I sparring skal det være følgende dommere:

a) En (1) jurypresident
c) En (1) ringdommer
b) To (2) hjørnedommere

Artikkel 11. Spesialteknikk

1. En klasse for gutter og en klasse for jenter som skal utføre Flyvende høyt spark.

2. Det benyttes target som holdes av en dommer.

3. Klassene deles inn etter utøvernes høyde og grad. Som utgangspunkt bruks samme gradsinndeling og høyde som ved frisparring jf. artikkel 10. pkt. 1.

4. Alle utøverne får 3 forsøk på hver høyde.

5. Avgjørelse i Spesialteknikk

Dersom en av de to dommerne viser gyldig hopp er det godkjent. Den som hopper høyest vinner. Ved uavgjort mellom to eller flere utøvere vinner den som klarer høyden på færrest forsøk. Dersom de står likt og ingen klarer neste høyde blir resultatet uavgjort.