

TAEKWONDO

Kampreglement

For klassene

Senior A*

Veteran A

Senior B

Junior A

Junior B

Ungdom A

Ungdom B

Barn

Tag team

pr 1. januar 2014

Kampreglement

pr 1. januar 2014

Innhold:	Side
§ 1 ORGANISERING AV KAMPKONKURRANSER	3
§ 2 LODDTREKNING, SEEDING OG POENG	4
§ 3 KONKURRANSEOMRÅDE.....	4
§ 4 KLASSER OG REGLER FOR KONTAKT	4
§ 5 VEKTKLASSER	6
§ 6 KAMPENES VARIGHET	6
§ 7 HELSEATTEST OG STARTBOK.....	7
§ 8 BESKYTTELSESUTSTYR.....	7
§ 9 LEGE OG HELSEPERSONELL.....	8
§ 10 DOMMERE OG DOMMERNES ARBEIDSOPPGAVER.....	8
§ 11 PROSEDYRE VED START, GJENNOMFØRING OG AVSLUTNING AV EN KAMP.	9
§ 12 TILLATTE TEKNIKKER OG BERØRINGSOMRÅDER.....	10
§ 13 POENG	11
§ 14 ANNULLERING AV POENG.....	12
§ 15 ULOVLIGE HANDLINGER.....	12
§ 16 ADVARSLER - KYONG-GO (0.5 MINUS).....	12
§ 17 MINUSPOENG - GAM-JEOM (1 MINUSPOENG)	13
§ 18 VIDEO DØMMING (VR) – DOMMER REVISJON (DR).....	13
§ 20 FULLKONTAKT	15
§ 21 KARANTENEBESTEMMELSER.....	15
§ 22 DISKVALIFIKASJON.....	16
§ 23 DOMMEREN STOPPER KAMPEN.....	16
§ 24 UTØVEREN TREKKER SEG	17
§ 25 VINNER.....	17
§ 26 AVGJØRELSER	17

§ 1 Organisering av kampkonkurranser

- 1.1 Konkurranser deles inn i individuell kamp, lagkamp og tag team. Individuell kamp deles videre inn i vektklasser. I lagkonkurranser skal hvert lag ha et ulikt antall deltagere. I Tag team konkurranser skal hvert lag bestå av fire utøvere, og maksimum fire innbyttere.
- 1.2 Før lagkonkurransen tar til, skal coachen på hvert lag levere skriftlig melding til stevneledelsen med navn på sine utvalgte deltagere. Når listen er levert inn, kan den ikke forandres.
- 1.3 I individuelle konkurranser kan det legges inn lagkamp ved at de deltagende lag på forhånd avtaler et poengsystem og regner ut rekkefølgen på lagene når den individuelle konkurransen er ferdig.
- 1.4 Individuelle konkurranser avvikles som standard som eliminasjonsturnering innen hver vektklasse, med eller uten bronsefinale. Hvis ikke annet er angitt i invitasjonen.
- 1.5 Dersom det er tre deltagere i en klasse og det ikke er hensiktsmessig å slå denne klassen sammen med en annen klasse, skal klassen settes opp som en serie.
 - 1.5.1 Vinner er den som har vunnet begge sine kamper, 2. plass til den som har vunnet en kamp og 3. plass til den som har tapt begge sine kamper.
 - 1.5.2 Dersom alle har vunnet en kamp hver, ser en på poengdifferansen i hver kamp. Den som har vunnet med størst poengdifferanse vinner.
 - 1.5.3 Er det likt mellom to utøvere ser en på innbyrdes oppgjør mellom de to. Dersom man må telle antall oppnådde poeng for å skille mellom utøveren, skal man ved "Sudden Death-tilfeller" legge poengscoren ved ordinær tid til grunn i tillegg til de scorede poengene i "Sudden Death".
 - 1.5.4 Hvis en utøver trekker seg fra en kamp i serien, skal denne tildeles 3. plassen, uansett resultat ihht punkt 1.5.1-1.5.3. Hvis utøveren må trekke seg pga medisinsk vurdering av stevnets helsepersonell foretas resultat rekkefølge etter punkt 1.5.1-1.5.3.
- 1.6 Barn 8-10 går alltid serie. I barneklassene rangeres det ikke etter resultater. Antall deltagere i hver gruppe bestemmes etter antall deltagere i hver klasse.
- 1.7 Tag team konkurranse er en blanding av tradisjonell lagkamp og tag team format.
 - 1.7.1 Kampen skal utføres i tre (3) runder med ett (1) minutt pause mellom rundene.
 - 1.7.2 Den første runden skal gjennomføres basert på tradisjonell lagkamp format hvor hver utøver konkurrerer mot hans/hennes motstykke av motstanderlaget i den rekkefølgen avgjort før kampen i et (1) minutt hver. Den første runden varer da totalt i fire (4) minutter.
 - 1.7.3 Den andre og tredje runden skal gjennomføres basert på tag team format i fire (4) minutter. Utøverne kan byttes inn uavhengig av rekkefølge, men hver utøver skal angripe minimum to (2) ganger før utskiftning. Det er ikke tillatt for motstanderlaget å bytte samtidig.
 - 1.7.4 Det laget som scorer mest poeng i akkumulering etter siste runde skal bli erklært som vinner. I de tilfeller det står uavgjort skal det gås en ekstra runde av tilsvarende lengde som de andre rundene etter en innlagt pause. Denne runden skal gås etter prinsippet om Sudden Death, dvs at det laget som scorer det første poenget skal bli erklært som vinnerlaget, eventuelt første minuspoeng/2x advarsler gir et taperlag.
 - 1.7.5 Det laget som først når femti (50) poeng totalt skal bli erklært som vinner når som helst i løpet av konkurransen.
 - 1.7.6 Det laget som når ti (10) «Gam-jeom» totalt skal bli erklært som taper når som helst i løpet av konkurransen.
 - 1.7.7 Når det ene laget leder over det andre laget med tretti (30) poeng eller mer, skal dette laget bli erklært som vinner når som helst i løpet av konkurransen.
 - 1.7.8 Hvert Tag team kan ta med seg maksimalt fire (4) innbyttere til stevnet. Bare en (1) innbytter kan stå klar for innbytte for hver Tag team kamp, og kan erstatte hvem som helst av de fire (4) utøverne i tilfelle skade. Bytte på grunn av skade kan bare skje etter godkjenning av stevnelege.

§ 2 Loddtrekning, seeding og poeng

- 2.1 Loddtrekningen foretas i B-klasser når påmeldingsfristen har gått ut, og i A-klasser etter at innveiingen er gjennomført. I A-klasser blir da eventuelle strykninger/diskvalifikasjoner tatt ut av listene.
- 2.2 Avhengig av konkurransesystem, skal klassene, seriene eller gruppene settes opp med så mange walkover" som nødvendig og der det er nødvendig for å kunne sette opp fullverdige semifinaler. De konkurrenter som har "walkover" i "første runde", skal gå de første kampene i andre runde.
- 2.3 Dersom en utøver ikke møter opp til selve konkurransen, vil vedkommende som opprinnelig var trukket ut som motstander til denne få "walkover".

§ 3 Konkurranssområde

- 3.1 Konkurranssområdet skal måler 8 x 8 meter, og være dekket av en matte som måler ca. 20 mm i tykkelse. Matten skal enten være i ett stykke eller bestå av flere mindre enheter dersom disse er utformet slik at de fester seg til hverandre. Utenfor kampområdet kan det være en sikkerhetssone som kan dekkes med matter. Dette området kalles sikkerhetsområdet.
- 3.2 Utøverne skal stå mot hverandre i midten av kampområdet med 2 m, mellom seg når kampløper starter kampen. Den venstre utøver skal være blå og den høyre rød, sett fra hoveddommer.
- 3.3 Poengdommerne skal sitte på stoler av lett materiale ca. 0,5 m utenfor sidelinjen. Poengdommer nr 2 sitter på motsatt side av ringens hoveddommer, mens poengdommer nr. 1 og 3 sitter i hjørnene hhv. til venstre og høyre for hoveddommer.
- 3.4 Coachene (kun en for hver utøver) skal sitte på stoler av lett materiale plassert på henholdsvis høyre og venstre side av ringen (sett fra hoveddommer) ca 1,0 meter utenfor sikkerhetsområdet. Coachen har ikke lov å forlate området på 1 x 1 meter.
- 3.5 Hoveddommer og tidtaker skal sitte midt imot kampløper ved bord plassert i trygg avstand fra sikkerhetsområdet.

§ 4 Klasser og regler for kontakt

- 4.1 Konkurranser i Norge deles inn i flere klasser, etter alder og ferdighet.
- 4.1.1 A-utøvere er utøvere med god erfaring, og som deltar på nasjonale A-stevner, NM og internasjonale stevner.
- 4.1.2 B-utøvere er utøvere med begynner erfaring, og som ikke har deltatt på internasjonale stevner, NM eller A-stevner i Norge. Disse kan delta på regionale stevner, eventuelt nasjonale B-stevner. Alle regionale stevner er B-stevner, hvis ikke annet er angitt i invitasjonen til stevnet.
- 4.1.3 Den enkelte utøver/klubb kan fritt, og når som helst, flytte en utøver fra å konkurrere i B-klasser til å konkurrere i A-klasser. Klubbene kan derimot ikke sette en utøver ned igjen til B-klasser, uten å søke om dette via dommerkomiteen – kamp, søknaden må være begrunnet med hvorfor utøveren skal måtte flyttes tilbake til en B-klassen.
- 4.1.4 Utøvere som har gått i A-klasser, NM eller internasjonale stevner og som blir påmeldt i B-klasser/B-stevner, skal strykes fra startlisten. Klubbene må likevel betale påmeldingsavgiften for disse utøverne selv om de blir strøket fra startlisten.
- 4.1.5 Tabell for treffnivå/styrket i både vest og til hode, for alle klasser:

Klasser	Treff i vesten (Kontaktnivå)	Treffstyrke vest (Poenggivende)	Treff i hode (Kontaktnivå)
Barn	Markering/lett berøringsregler mot vesten.	Lav	Ikke tillatt med spark mot eller nær hodet
Ungdom B	Fullkontakt mot vesten	Lav	Ikke tillatt med spark mot hodet

Taekwondo – Kampreglement

Junior B Senior B	Fullkontakt mot vesten	Lav	Lett berøring til hode
Ungdom A Junior A Senior A Veteran	Fullkontakt mot vesten	Høy	Lett berøring til hode
Senior* A	Fullkontakt mot vesten	Høy	Fullkontakt til hode

** spesielle regler se § 4.3*

Tabeller som viser treffstyrke for PSS innenfor de forskjellige klassene utarbeides og vedlikeholdes av dommerkomiteen - kamp.

- 4.2 For hard kontakt til hode i A, B klassene og Tag team, og i barneklassene også i vesten, skal utøveren som teknikken tildeles et minuspoeng for hard kontakt. "For hard kontakt" defineres ved en teknikk som treffer ryster utøveren i den grad at situasjonen kunne ha krevd en telling.
- 4.3 Fullkontakt mot hode er kun tillatt å arrangere i NM og Nasjonale A-stevner, for aldersgruppen mellom 18 og 34 år i klassen Senior* A.
- 4.4 Tag team arrangeres som et eget stevne med semi kontakt til hode og fullkontakt til vesten.

Taekwondo – Kampreglement

§ 5 Vektklasser

5.1 Ungdom, junior og senior deles inn i følgende vektklasser. Barn deles opp etter høyde

Menn / Sr.	Menn / Jr.	Kvinner / Sr.	Kvinner / Jr.
Inntil 54 kg	Inntil 45 kg	Inntil 46 kg	Inntil 42 kg
54 - 58 kg	45 - 48 kg	46 - 49 kg	42 - 44 kg
58 - 63 kg	48 - 51 kg	49 - 53 kg	44 - 46 kg
63 - 68 kg	51 - 55 kg	53 - 57 kg	46 - 49 kg
68 - 74 kg	55 - 59 kg	57 - 62 kg	49 - 52 kg
74 - 80 kg	59 - 63 kg	62 - 67 kg	52 - 55 kg
80 - 87 kg	63 - 68 kg	67 - 73 kg	55 - 59 kg
Over 87 kg	68 - 73 kg	Over 73 kg	59 - 63 kg
	73 - 78 kg		63 - 68 kg
	Over 78 kg		Over 68 kg

Ungdom		Barn		
Gutter	Jenter	Alder		
		8	9	10
Inntil 33 kg	Inntil 29 kg	- 120	- 120	- 120
33 - 37 kg	29 - 33 kg	120 - 130	120 - 130	120 - 130
37 - 41 kg	33 - 37 kg	130 - 140	130 - 140	130 - 140
41 - 45 kg	37 - 41 kg	140 - 150	140 - 150	140 - 150
45 - 49 kg	41 - 44 kg	150 - 160	150 - 160	150 - 160
49 - 53 kg	44 - 47 kg	160 -	160 -	160 -
53 - 57 kg	47 - 51 kg			
57 - 61 kg	51 - 55 kg			
61 - 65 kg	55 - 59 kg			
Over 65 kg	Over 59 kg			

5.2 OL klasser slik de er definert av WTF kan benyttes i enkelte tilfeller der dette er hensiktsmessig og innenfor rammene av norsk lov.

Menn / Sr.	Kvinner / Sr.
Inntil 58 kg	Inntil 49 kg
58 - 68 kg	49 - 57 kg
68 - 80 kg	57 - 67 kg
Over 80 kg	Over 67 kg

5.3 Barneklassene deles inn etter den høyde/størrelse som gir flest grupper og kamper for utøverne som er påmeldt.

5.4 I ungdom-, junior- og seniorklasser der det er færre en 3 påmeldte utøvere, kan denne vektklassen slås sammen med en tilstøtende vektklasse dersom dette er mulig og innenfor rammen av konkurranseformen.

5.5 I senior* A klassen, skal det være maksimalt 10 kg forskjell mellom utøvere i kamp, når en eller flere utøvere flyttes opp fra klassen under til den tyngste vektklassen (over henholdsvis 87 kg for herrer og 78 kg for kvinner), i forbindelse med sammenslåing av klassene i henhold til reglene i § 5.4

§ 6 Kampenes varighet

6.1 Kampenes varighet pr stevnetype, max runder og max kamptid er som angitt i tabellen under:

Stevnetype	Runder max	Tid pr runde Max	Pause
Barn	2	1,5 min	30 eller 60 sek
Ungdom A og B Jr og Sr B-klasser Veteran	3	1,5 min	30 eller 60 sek
Jr og Sr A-klasser	3	2,0 min	30 eller 60 sek
Senior* A	3	2,0 min	60 sek
Tag team	3	4,0 min	60 sek

- 6.2 Kampenes varighet kan kortes ned dersom dette er hensiktsmessig for å gjennomføre stevnet innenfor forsvarlige rammer.
- 6.3 Utøverne har rett til minst 10 minutters pause mellom hver kamp. En utøver som blir annonsert til ny kamp før ti minutter er gått, må selv gjøre sekretariatet oppmerksom på dette.
- 6.4 I NM og Nasjonale A-stevner for klassen Senior* A, jf § 4, skal max kamptid være 3 runder á 2 minutter. Der pausen mellom hver runde alltid skal være 60 sek. Totalt antall kamper som en utøver kan gå på en dag skal være 4 stk. Dersom det er flere en 16 utøvere påmeldt i en klasse må de resterende kampene avvikles neste dag. Det skal være en pause på minimum 1 time mellom hver kamp en utøver går, stevneleder er ansvarlig for at denne regelen om pauselengde på 1 time følges.

§ 7 Helseattest og startbok

- 7.1 Alle utøvere som skal delta i klassen Senior* A må fremlegge en helseattest for kamplege. Helseattesten skal være utstedt av en lege, er under 1 – et – år gammel og innført i utøverens startbok. Helseattesten skal baseres på følgende

- a) en fullstendig klinisk undersøkelse
- b) en nevrologisk undersøkelse
- c) opplysninger om tidligere skader og sykdom av betydning for deltakelse i organisert kampaktivitet som tillater knockout.

Før en utøver som har fått karantene som følge av støt mot hodet igjen kan delta i organisert kampaktivitet, skal utøverens vurderes av spesialist i nevrologi eller nevrokirurgi for å avdekke om vedkommende er påført skade av betydning for videre deltagelse i organisert kampaktivitet som tillater knockout. Til grunn for vurderingen skal det foreligge en computertomografiundersøkelse (CT) av hodet. Spesialist i nevrologi eller nevrokirurgi kan i tillegg kreve at ytterligere undersøkelser utføres for å kartlegge utøverens helsetilstand. Undersøkelseresultatet skal føres inn i utøverens startbok.

Dersom det avdekkes symptomer og tegn på alvorlig skade på – eller sykdom i – nervesystemet eller fremkommer opplysninger i anamnesen (sykehistorien) om alvorlige skader og sykdommer. Plikter dommerleder å påse at utøveren nektes å delta i kamp.

- 7.2 Alle utøvere som skal delta i klassen Senior* må ha en startbok. Startboken skal inneholde resultatene av alle kampene utøveren har gått, eventuelle skader og karantene.
- 7.3 Startboken skal leveres av coachen til hoveddommer før kampstart. Hoveddommer skal føre inn resultatet av kamputfallet, eventuelle skader og karantene i utøvernes startbok.

§ 8 Beskyttelsesutstyr

- 8.1 Utøverne skal bære følgende WTF eller ETU godkjent beskyttelsesutstyr.
- 8.1.1 Hjelm. Hjelmen skal være hvit, rød eller blå. En rød hjelm kan kun bæres sammen med rød vest. Likeledes kan en blå hjelm kun bæres når man konkurrerer i blå vest. Hjelmen skal være hel og uten defekter. Ved Tag team konkurranser har Norges Kampsportforbund lov til å ha reklame på hjelmer.
- 8.1.2 Tannbeskytter, kun gjennomsiktig eller hvit er tillatt.
- 8.1.3 Kampvest i riktig størrelse i forhold til utøverens vekt og kroppsbygning. Vesten skal starte ved hoftekammen, og dekke hele veien opp til underkanten av armhulene. Vesten skal også dekke hele ryggen, med unntak av inntil 10 cm over ryggraden som går bort til knyting. Tabeller som viser veststørrelser innenfor de forskjellige klassene utarbeides og vedlikeholdes av dommerkomiteen - kamp. Ved Tag team konkurranser har Norges Kampsportforbund lov til å ha reklame på kampvester.

Taekwondo – Kampreglement

- 8.1.4 Hansker. Hanskene skal være av hvitt semi-stivt bøyelig materiale og dekke hånden og fingrene ut til nest siste ledd på fingrene.
- 8.1.5 Leggbeskyttere som er av bøyelig materiale og som kun dekker området mellom kneet og ankelen. Leggbeskytterne kan være heldekkende rundt leggen. For barn gjelder egne regler.
- 8.1.6 Godkjente vristbeskyttere for angitt PSS systemet må brukes når det er det skal konkurreres med PSS. Ved andre stevner gjelder følgende:
- 8.1.6.1 Barn
- Barn **skal** bruke vristbeskyttelse. Vristbeskyttelsen skal dekke hele vristen frem til tærne.
 - Barn kan bruke leggbeskyttelse som går over i vristbeskyttelse så lenge hele vristen frem til tærne er beskyttet. Leggbeskytterne skal starte nedenfor kneet og kan være heldekkende rundt leggen.
 - Tærne skal ikke være dekket av vristbeskyttelsen.
- 8.1.6.2 Ungdom, Junior og Senior kan bruke PSS godkjente eller tilsvarende vristbeskyttere.
- 8.1.7 Underarmsbeskyttelse av bøyelig material som kan være heldekkende rundt armen, og dekke området mellom håndleddet og til albuen. Sær-Norsk regel: Beskyttelsen kan dekke til like overfor albueleddet.
- 8.1.8 Susp, som skal bæres under doboken
- 8.1.9 Kvinnelige utøvere kan bære brystbeskytter i tillegg til vest.

§ 9 Lege og helsepersonell

- 9.1 På alle kampstevner skal det være helsepersonell tilstede, med ambulanse eller avtale om ambulanse støtte ved skader. Det må minimum være en person pr konkurranseområde.
- 9.2 På stevner der det skal gås etter regler om fullkontakt, jf § 4.4, skal det også være en lege tilstede pr konkurranseområde hvor det konkurreres i klassen Senior A*. Kamplegen har rett til å stoppe kampen ved fare for skade. Kamplegen skal ha opplæring i kampreglementet.
- 9.3 Ansvarlig lege har ansvaret for å påse at utøveren før kampstart er konkurransedyktig. Til grunn for vurderingen skal det foreligge en legekonsultasjon av kamplege før kampaktivitet utøves, helseattest og startbok. Kamplegen skal informere dommerleder dersom deltakelse ikke er medisinsk forsvarlig.

§ 10 Dommere og dommers arbeidsoppgaver

- 10.1 Antall dommere pr kampområde skal være en hoveddommer, en kampleder og 3 eller 2 poengdommere. Hoveddommer kan i prekære tilfeller også være poengdommer.
- 10.2 Hoveddommer:
- 10.2.1 Hoveddommer skal overvåke og kontrollere kampleders tildeling av advarsler og minuspoeng.
- 10.2.2 Hoveddommer eller en assistent skal notere minuspoeng og advarsler på eget skjema, kontrollere at alle dommerskjemaene fra poengdommerne er korrekt utfylt, overføre tildelte poeng til eget skjema, trekke fra minuspoeng og deretter bekrefte hvilken utøver som er vinner.
- 10.2.3 Hoveddommer kan til enhver tid be kampleder og poengdommere begrunne sine avgjørelser.
- 10.2.4 Inntil kampen er avgjort og vinner er kåret, har hoveddommer rett til å omgjøre enhver kjennelse som åpenbart er ukorrekt.

- 10.2.5 Hoveddommer er ansvarlig for fordeling av dommere i hver kamp, og har rett til å skifte ut kampleder og poengdommere i en kamp. Dette må meldes skriftlig til dommerkomiteen - kamp via dommerleder.
- 10.2.6 Hoveddommer skal ved protest skrive ned nøyaktig tidspunkt for innlevering av så vel muntlig som skriftlig protest. Når den skriftlige protesten mottas, skal både stevneleder, dommerleder og protestkomité informeres. Stevneleder skal utsette videre kamper innen denne vektclassen inntil protestkomiteen har kommet med en avgjørelse.
- 10.2.7 Hoveddommer fatter beslutning om inndragelse av coachlisens der det er åpenbart at coachen ikke følger elementære spilleregler, ikke viser god sportsånd, ikke viser god "Taekwondo ånd", handler i strid mot de grunnleggende verdier som Taekwondo bygger på, eller at coachen viser påfallende manglende kunnskap hva Taekwondo-konkurranser og regler gjelder.
- 10.2.7 Hoveddommer er fremdeles ringens hoveddommer selv om hoveddommer tar på seg rollen som kampleder i enkelte kamper.
- 10.3 Kampleder:
- 10.3.1 Kampleder skal lede og kontrollere kampen, herunder starte og stoppe, tildele tilsnakk, advarsler og minuspoeng og annullere poeng. Avgjøre om en teknikk er for hard eller i fullkontaktstevner gi telling. Utrope vinner eller diskvalifisere utøvere.
- 10.3.2 Kampleder skal stoppe kampen dersom en utøver anses som så underlegen at fortsettelse av kampen kan medføre fare for skade.
- 10.4 Poengdommere:
- 10.4.1 Poengdommer skal umiddelbart markere et hvert gyldig poeng.
- 10.4.2 Dersom poengdommeren blir oppmerksom på forhold som kan hindre en forsvarlig avvikling av kampen, skal poengdommer tilkjenne dette ved å reise seg opp og på den måten gjøre kampleder oppmerksom på forholdet uten at det går ut over poengdommingen.
- § 11 Prosedyre ved start, gjennomføring og avslutning av en kamp.**
- 11.1 Før start av kamp:
- 11.1.1 Utøveren skal møte fullt påkledd med utstyr ved utstyrskontrollen for inspeksjon senest ved kampstart til kampen før på samme ring.
- 11.1.2 Etter kontroll skal utøveren umiddelbart gå direkte til den aktuelle ringen.
- 11.2 Ved start av kampen:
- 11.2.1 Coachen skal bære gyldig coach-kort godt synlig ved kampstart.
- 11.2.2 Kampleder kaller utøverne inn til sine respektive plasser. *CHONG* (blå) er til høyre for kampleder og *HONG* (rød) er til venstre.
- 11.2.3 Dersom utøver ikke møter til den aktuelle ring iført reglementert påkledning og utstyr senest 30 sekunder etter innkalling, skal utøveren diskvalifiseres.
- 11.2.4 Kampleder forsikrer seg om at utøverne er korrekt kledd, har korrekt utstyr på seg og at utstyret ikke er ødelagt eller på andre måter modifisert eller "fikset". Dersom utstyret er ødelagt, skal utøveren avvises og diskvalifiseres om utøveren ikke får korrekt uskadet utstyr innen 60

sekunder. Dersom utøveren har jukset med utstyret, skal kampleder idømme et minuspoeng og diskvalifisere utøveren.

11.2.5 På kampleders kommando hilser utøverne mot hverandre,

11.2.5.1 Utøverne kommer inn i ringen og stiller seg mot hverandre.

11.2.5.2 Utøverne bukker på kampleders kommando "Cha-Ryeot" og "Kyeong-rye"

11.2.6 Kampleder kommanderer utøverne i klarstilling "Joon-bi"

11.2.7 Kampleder starter kampen ved å kommandere "Shi-jak"

11.3 Under kampen:

Kampleder kan avbryte kampen underveis med KAL-YEO og starte opp igjen med GYE-SOK. Kampleder skal stoppe tiden dersom kampen skal avbrytes for en lengre periode. Avbrudd skal følge prosedyren nedenfor:

11.3.1 Kampleder avbryter kampen med KAL-YEO.

11.3.2 Kampleder skal stoppe tiden med SHI-GAN

11.3.3 Kampleder iverksetter de nødvendige tiltak.

11.3.4 Kampleder kan ved skade gi en utøver 1 minutt til å gjøre seg klar til kamp igjen ved å kommandere *KYE-SHI*. Kampleder kan også stoppe tiden med *SHI-GAN* hvorpå det påbegynte minuttet stoppes.

11.3.5 Kampleder starter opp igjen med GYE-SOK.

11.4 Avslutning av runden/kampen:

11.4.1 Runden/kampen avsluttes når tiden er ute. Kampleder kommanderer da: *KEU-MAN*. Ved pause mellom rundene kommanderer kampleder: *SEOK*. Dersom det er siste runde skal utøveren tilbake til sine startposisjoner.

11.4.2 Ved avslutningen av kampen stiller utøverne seg i startposisjonen og hilser til hverandre på kampleders kommando: "Cha-ryeot" etterfulgt av "Kyeong-rye"

11.4.3 Kampleder utroper vinner ved å erklære henholdsvis *CHONG / HONG – SONG*.

11.4.4 Coachen henter coach-kortet hos hoveddommer, hvis ikke hoveddommer ønsker å gi kortet videre til dommerleder for en vurdering av inndragelse av kortet pga. dårlig oppførsel eller sabotasje fra coachens side under kampens gang.

§ 12 Tillatte teknikker og berøringsområder

12.1 Tillatte teknikker:

12.1.1 Håndteknikker: Angrep med tett knyttet neve.

12.1.2 Fotteknikker: Angrep ved å bruke alle deler av foten under ankelen.

12.2 Tillatte berøringsområder på kroppen:

12.2.1 Kroppen:

Det er tillatt å angripe med knyttneve- og fotteknikker mot de deler av kroppen fra armhulen til hoftebenet som er dekket av vesten, med unntak av direkte treff i ryggraden.

12.2.2 Hodet:

Dette området defineres som hele hodet og halsen. Kun fotteknikker mot "hodet" er tillatt.

§ 13 Poeng

13.1 Det skal tildeles poeng når en tillatt teknikk er innenfor de tillatte berøringsområdene og samtidig er:

- vellykket
- kontrollert
- fokusert

Et vellykket (velutført) angrep er et angrep som klart viser at tillatte deler av kroppen og hodet er truffet med enten fot- eller håndteknikk.

13.2 Poengverdier

13.2.1 Internasjonale regler, gjelder for Ungdom A, Junior A, Senior A, Veteran, Senior A* og Tag team

- Et - 1 - poeng for direkte angrep på vesten med fot eller tett knyttet neve.
- To - 2 - poeng for angrep på vesten som gjennomføres som et "Turning Kick" ("Rundspark").
- Tre - 3 - poeng for angrep mot hodet.
- Fire - 4 - poeng for angrep mot hodet som gjennomføres som et "Turning Kick" ("Rundspark").

13.2.2 Norsk regel I, gjelder for Junior B og Senior B

- Et - 1 - poeng for direkte angrep på vesten med fot eller tett knyttet neve.
- To - 2 - poeng for angrep på vesten som gjennomføres som et "Turning Kick" ("Rundspark").
- Et - 1 - poeng for angrep mot hodet.

13.2.3 Norsk regel II, gjelder for barn og ungdom B

- Et - 1 - poeng for direkte angrep på vesten med fot eller tett knyttet neve.
- To - 2 - poeng for angrep på vesten som gjennomføres som et "Turning Kick" ("Rundspark").

13.2.4 Definisjon på "Turning Kick" ("Rundspark")

Et "Turning Kick" er et spark som inneholder klare elementer av en helhetlig sammenhengende rotasjon og at rotasjonen fortrinnsvis er på anslagsvis 180 grader eller mer.

13.2.5 Definisjon av poenggivende spark til hodet

- a) Det skal være et direkte treff til hode, med tillatt teknikk.
- b) I forhold til kraft, er det tilstrekkelig med lett berøring ("touch") for at hodetreffet skal være poenggivende i de klasser som tillater treff til hodet.

13.3 Kampens sluttresultat er summen av poengene gitt gjennom samtlige runder.

13.3.1 For at et poeng skal være gyldig, må minst 3/4 ev 2/3 eller 2/2 poengdommere ha tildelt poenget. Tildelte poeng skal umiddelbart registreres.

13.3.2 Ved bruk av manuelt poengsystem skjer dette elektronisk og offentliggjøring skjer umiddelbart.

13.3.3 Ved bruk av papir noterer poengdommerne ned poengene fortløpende og overleverer poengskjemaet for hver runde til kampleder som gir de videre til hoveddommer.

Hoveddommer går så igjennom gjennom skjemaene og summerer antall poeng per runde. Offentliggjøring skjer etter hver runde.

§ 14 Annullering av poeng

- 14.1 Dersom en utøver gjennomfører et angrep ved å benytte en eller flere ulovlige handlinger før utøveren scorer et eller flere poeng, skal kampleder stoppe kampen, annullere poenget eller poengene og tildele straff etter gjeldende regler.
- 14.2 Feilaktig registrerte poeng av PSS skal annulleres.
- 14.3 Poeng tildelt etter at tiden er ute skal annulleres.

§ 15 Ulovlige handlinger

- 15.1 Ved tildeling av advarsel og minuspoeng skal kampleder bestandig stoppe tiden med "SHI-GAN" ihht. prinsippet om effektiv tid.
- 15.2 Advarsel, *KYONG-GO* gis hvor som helst i ringen. To *KYONG-GO* regnes som et (1) helt poeng som tildeles den andre utøveren.
- 15.3 Minuspoeng *GAM-JEOM* gis hvor som helst i ringen. En *GAM-JEOM* regnes som et (1) helt poeng som tildeles den andre utøveren.
- 15.4 Dersom det begås flere ulovlige handlinger eller teknikker samtidig, skal kampleder gi straff for den alvorligste av disse.
- 15.5 Det er kampleder som har myndighet til å skille mellom straffereaksjonene. Kampleders avgjørelse (kampleders skjønn) kan ikke bestrides med mindre ringen er utstyrt med Video Dømming/Dommer revisjon, eller at ringens hoveddommer eller stevnets dommerleder mener at det er begått en grov feil. I så fall har ringens hoveddommer eller stevnets dommerleder rett til både å be om en begrunnelse og overprøve kampleder ihht. gjeldene regler.
- 15.6 Dersom det begås en forseelse utenom runden, skal kampleder umiddelbart idømme utøveren (eller dennes coach) enten advarsel eller minuspoeng.
- 15.7 Dersom en utøver pådrar seg 4 minuspoeng, der 2 advarsler gir 1 minuspoeng, skal kampleder stoppe kampen og kåre den andre utøveren som vinner.
- 15.8 I B-klasser kan kampleder gi tilsnakk for ikke-repeterende hendelser.

§ 16 Advarsler - *KYONG-GO* (0.5 minus)

- 16.1 Krysse sidelinjen.
- 16.2 Unndra seg kamp eller uthaling av tiden.
- 16.3 Falle.
- 16.4 Gripe fatt i-, holding- eller dytting av motstanderen.
- 16.5 Angripe motstanderen under beltestedet.
- 16.6 Skalle eller angripe med kne
- 16.7 Angrep med hånd mot hode.
- 16.8 Uønskede bemerkninger eller annen dårlig oppførsel fra coach eller utøver.
- 16.9 Blokkering av et lovlig angrep med kneet.
- 16.10 Spark i umiddelbar nærhet til hode eller i hodehøyde, i Barn og Ungdom B klassene (Norsk regel).

§ 17 Minuspoeng - GAM-JEOM (1 minuspoeng)

- 17.1 Angrep mot en motstander etter at kampleder har stoppet kampen med "Kal-yeo".
- 17.2 Angrep mot en motstander som har falt.
- 17.3 Felle motstanderen ved å gripe fatt i motstanderens fot i luften med armen, eller ved å dytte motstanderen overende med hånden.
- 17.4 Bevisst angrep med hånd mot hode.
- 17.5 Bevisst angripe motstanderen under beltestedet.
- 17.6 Handlinger fra utøver eller coach, som forstyrrer kampens gang.
- 17.7 Dårlig oppførsel eller bemerkninger fra utøver eller coach.
- 17.8 Bevisst unndra seg kamp.
- 17.9 Sabotasje eller manipulering av utstyr som brukes til scoring, enten det er til egen fordel eller ikke.
- 17.10 For hard kontakt iht § 4 (Norsk regel) – Gjelder ikke i for Senior* A Klassen. Eller ved kontakt i vesten for ungdom A, junior A, senior A, veteran og Tag team.
- 17.11 Godt eller direkte treff til hodet i Barn og Ungdom B Klassene (Norsk regel).

§ 18 Video Dømming (VR) – Dommer revisjon (DR)

- 18.1 I alle ungdom, junior, senior og veteranklasser skal det være muligheter for coachene til å få en eller flere Video Dømming (VR) eller Dommer Revisjon (DR) av situasjoner som oppstår i kampen.
- 18.2 Coachene mottar hvert sitt protestkort i henholdsvis rød og blå farge, dersom de ikke tidligere under stevnet har mistet muligheten til å be om VR/DR på vegne av sin utøveren.
- 18.3 I tilfelle coachen har en innvending mot en avgjørelse, gjort av kampleder i løpet av konkurransen, poeng scoret til hode eller manglende 2 poeng kan coachen anmode om øyeblikkelig VR/DR
- 18.4 Anmodningen gjøres til kampleder ved at coachen reiser seg opp, hever protestkortet over hodet og sier høyt og tydelig "Video Dømming"/"Dommer revisjon"
- 18.5 Prosedyre ved for kampleder:
 - 18.5.1 Når coachen anmoder om Video Dømming/ Dommer revisjon, og kan fremvise gyldig protestkort, skal kampleder øyeblikkelig stoppe kampen med "Kal-Yeo", stoppe tiden med "Shi-Gan" og kommandere utøverne tilbake til startposisjonen på matten.
 - 18.5.2 Etter at kampen er stoppet, skal kampleder gå til coachen og be om å få høre årsaken til at man ønsker VR.
 - 18.5.3 Coachen skal i konkrete og konsise ordelag presist fortelle hva man protesterer på.
 - 18.5.4 Coach kan anmode VR på følgende:
 - 18.5.4.1. Alle advarsler/ minuspoeng gitt til egen utøver
 - 18.5.4.2. Noen advarsler/ minuspoeng gitt til motstående utøver. Ikke for fall, unndragelse av kamp, utøver eller coach sin oppførsel.
 - 18.5.4.3. Alle hodepoeng for egen utøver og motstanders utøver (ikke poeng skåret med PSS eller slag)
 - 18.5.5 Coachen kan protestere på kun en handling som har skjedd innen fem (5) sekunder fra hendelsen inntreffer til coachen reiser seg.
 - 18.5.5 Dersom coachens protest er funnet gyldig av kampleder, skal kampleder ta imot protestkortet. Annonserer protesten fra midten av ringen, og deretter gå til dommerbordet for å videreformidle coachens protest.
- 18.6 Prosedyre ved Video Dømming (VR):

- 18.6.1 Etter å ha avlevert protesten ved dommerbordet skal kampleder gå tilbake til midten av kampområdet, og avventer videodommers avgjørelse.
- 18.5.2 Videodommer skal innen 1 minutt vurdere hendelsen på video og avgjøre om protesten skal tas til følge eller ikke. Videodommer tilkjenner sin avgjørelse til kampleder ved tegn. Dersom Videodommer er i tvil, kan denne tilkalle dommerleder for vurdering av situasjonen. Dersom situasjonen ikke klart fremtrer på opptaket, eller at man er i tvil, skal protesten avvises.
- 18.6 Prosedyre ved Dommer Revisjon (DR):
- 18.6.1 Kampleder og hoveddommer behandler protesten fra coachen først. Er disse to enige i resultatet av behandlingen, avgjør kampleder og hoveddommer saken.
- 18.5.2 Blir ikke kampleder og hoveddommer enige om hvordan protesten skal avgjøres. Så skal kampleder gå tilbake på ringe og kalle inn poengdommerne til en avgjørelse. Er det 3 poengdommere så skal disse avgjøre protesten med simpelt flertall. Er det kun 2 poengdommere i kampen, så skal også kampleders stemme være med i avstemmingen.
- 18.7. Dersom protesten tas til følge, skal kampleder først gi protestkortet tilbake til coachen og så ta nødvendige grep, som følger av protestens natur.
- 18.8 Dersom protesten underkjennes, skal kampleder ta vare på protestkortet og umiddelbart starte kampen igjen.
- 18.9 Hver coach har en - 1 - protestmulighet pr utøver. Dersom protesten fører frem, beholder coachen muligheten til å be om VR/DR på vegne av utøveren i kommende kamper under stevnet. Dommerleder har myndighet ved stevnets begynnelse å sette antall protestmuligheter pr utøver til 1, 2 eller 3 ganger.
- 18.10 Dersom coachen taper protesten, ikke er i stand til å formulere konkret, konsist og presist hva man ønsker vurdert på VR/DR eller ber om VR/DR på noe man ikke kan be om VR/DR på, mister coachen retten til å be om VR/DR på vegne av sin utøver for resten av kampen.
- 18.11 Avgjørelse tatt på bakgrunn av VR/DR er endelig og kan ikke påklages til verken dommerleder eller protestkomite.
- 18.12 Unntak fra 18.11 gis dersom det er åpenbart at en VR/DR -avgjørelse gis til feil utøver, eller systemet ikke virker og dommerteamet ikke tar de nødvendige grep for å rette opp i dette.

§ 19 Skade

- 19.1 Dersom det oppstår en skade skal kamplederen stoppe kampen og la utøveren få hjelp innenfor ett minutt. Dersom den skadete utøveren ikke kan fortsette innen ett minutt, skal kampen avbrytes og vinner kåres ihht. gjeldende regler.
- 19.2 Vurdering av ansvar for skaden
- 19.2.1 Dersom den skadede utøver kan fortsette kampen, skal den som utførte angrepet, såfremt kampleder vurderer angrepet som en GAM-JEOM forseelse, bli tildelt ett minuspoeng.
- 19.2.2 Dersom den skadede ikke kan fortsette kampen, skal den som utførte angrepet, såfremt kampleder vurderer angrepet som en GAM-JEOM forseelse, bli diskvalifisert.
- 19.2.3 Dersom den skadede ikke kan fortsette kampen, og det viser seg umulig å avgjøre hvem som forårsaket skaden, skal vinneren pekes ut på bakgrunn av oppnådde poeng før skaden inntraff. Hvis avbrytelsen finner sted innen avslutningen av første runde skal kampen erklæres ugyldig og sekretariatet skal fastsette tidspunktet for omkamp. Hvis en utøver på det

fastsatte tidspunkt for omkampen ikke er i stand til å konkurrere skal denne utøver betraktes som utgått.

- 19.2.4 Dersom utøveren selv forårsaket sin skade (ved fall eller lignende), skal kamplederen erklære den andre som vinner.
 - 19.2.5 Dersom begge utøverne forårsaket en GAM-JEOM skal begge utøverne erklæres som taper.
 - 19.2.6 Dersom den skadede ble skadet ved et lovlig angrep erklæres den andre som vinner.
- 19.3 Dersom en skade oppstår som følge av for hard kontakt mot hodet, skal kampleder idømme et minuspoeng ihht. gjeldende regler. Den som blir skadet erklæres som vinner av kampen og ilegges samtidig karantene ihht. gjeldende regler. Karantene skal skrives inn i forbundets medlemssystem. Den som utførte angrepet blir diskvalifisert fra resten av konkurransen ihht. gjeldende regler

§ 20 Fullkontakt

20.1 Definisjoner:

- 20.1.1 Med fullkontakt mens at en utøver kan få poeng eller vinne ved at motstanderen blir knocket.
- 20.1.2 Med knock mens når en utøver er rystet, som følge av et lovlig angrep.
- 20.1.3 Med knockout mens når en utøver er rystet og ikke viser tegn på, eller er ute av stand til å gjennomføre kampen eller kampleder vurderer at kampen ikke kan fortsette som en følge av et kraftig lovlig angrep

20.2 Dersom en utøver knockes skal kampleder gjøre følgende:

- 20.2.1 Avbryte kampen med KAL-YEO og starte telling høyt med håndbevegelse fra en, *HANA* mot ti *YEOL*, med et sekunds intervall.
- 20.2.2 Dersom den knockede utøveren under kampleders telling viser ønsker til å fortsette kampen, ved å gå i kampstilling, skal kamplederen fortsette tellingen til åtte, *YEODUL* og starte opp kampen igjen med kommandoen *KYE-SOK*.
- 20.2.3 Dersom en knocket utøver ikke er i stand til å ytre ønske om å fortsette kampen på telling åtte, *YEODUL*, skal kampleder fortsette tellingen til ti, *YEOL*, og erklære knockout. Kampleder kårer så den andre utøveren som vinner.
- 20.2.4 Kampleder kan når som helst erklære knockout. Både før telling begynner, men også under tellingens gang dersom kampleder mener at kampen må stoppes.
- 20.2.5 Telling skal fortsette, enten runden eller kamptiden er utløpt.

20.3 I tilfeller der begge utøvere knockes skal kampleder fortsette tellingen til den siste av de to er kommet tilstrekkelig til seg selv. I tilfeller der ingen av utøverne har kommet til seg selv ved ti, *YEOL*, skal vinneren finnes ved å summere poengene.

§ 21 Karantenebestemmelser

- 21.1 Hvis det i en kamp utføres en ureglementert teknikk, som svarer til GAM-JEOM, som forårsaker at en utøver ikke kan fortsette, skal den skadede utøveren sjekkes av helsepersonellet/legen på stevnet. Dersom helsepersonellet/legen mener at utøveren ikke kan fortsette konkurransen skal denne utøveren nektes å gå flere kamper i stevnet, også om stevnet går over flere dager.

Taekwondo – Kampreglement

- 21.2 Hvis en kontakt mot hodet medfører knockout skal den rammede personen ilegges en karantene på 4 uker fra skadedato.
- 21.3 Ved andre gangs karantene i løpet av 12 måneder skal det ilegges en 4 måneder karantene fra skadedato.
- 21.4 Ved tredje gangs karantene i løpet av 12 måneder skal det ilegges 12 måneder karantene fra skadedato.
- 21.5 Den tilstedeværende kamplegen kan ut fra medisinske begrunnelser fastsette lengre karantenetid enn det som er bestemt i denne paragraf.
- 21.6 Før kamptillatelse gis etter karantenepriodens utløp, må utøveren være kjent konkurransedyktig av en lege.
- 21.7 Alle detaljer angående stevnedato, karantene tid og godkjenning skal noteres i utøverens startbok.

§ 22 Diskvalifikasjon

- 22.1 Utøvere som ikke klarer innveilingen/registrering diskas.
- 22.2 A-utøvere som er blitt påmeldt i et B-klasse/B-stevner, ref § 4.1.4
- 22.3 Kampleder skal diskas en utøver for følgende forseelser:
 - 22.3.1 Ikke møter korrekt påkledd til kampstart senest 1 minutt etter at kampleder har kalt inn utøvere.
 - 22.3.2 Utøvere som skader en motstander slik at han ikke kan fortsette og som pådrar seg et minuspoeng for forseelsen, herunder for hard kontakt til hodet i alle klasser utenom Senior A*.
 - 22.3.3 Utøvere som blir knokket mot hodet etter en forseelse nevnt i §19.2.2, ilegges karantene resten av stevnet. Stevnelegen avgjør ytterligere karantene iht. §18. Legens avgjørelse og lengden på karantene noteres i forbundets medlemssystem.
 - 22.3.4 Ikke godkjent modifisering av utstyr eller bekledning brukt ifm. PSS.
 - 22.3.5 Gode eller direkte treff til hodet ved barne- og ungdomskonkurranser.
- 22.4 Kampleder har mulighet til å diskvalifisere en utøver, dersom utøver eller utøvers coach:
 - 22.4.1 Tross enten tilsnakk, advarsel eller minuspoeng fortsatt nekter og følge kampleders kommando.
 - 22.4.2 Tross enten tilsnakk, advarsel eller minuspoeng fortsatt nekter å følge elementære og grunnleggende konkurranseregler.
 - 22.4.3 Viser klare tegn på å ville skade sin motstander eller ville begå en åpenlys og helt klar forseelse.

§ 23 Dommeren stopper kampen

- 23.1 Kamplederen kan selv vurdere om nivåforskjellen mellom utøvere er for stor og stoppe kampen. Kampleder kårer da den overlegne som vinner umiddelbart.

23.2 Hoveddommer kan vurdere om nivåforskjellen mellom utøverne er for stor, og instruere kampdommer til å stoppe kampen og kåre vinner.

§ 24 Utøveren trekker seg

24.1 En utøver kan når som helst trekke seg fra konkurransen.

24.2 En coach kan så lenge kampen pågår trekke sin utøver fra konkurransen ved å kaste inn et håndkle i ringen.

24.3 Kampleder kan se vekk fra en avgjørelse om å trekke en utøver dersom det er eller bør være åpenbart at avgjørelsen er tatt som en følge av et brudd på en eller flere av §§ 16 og 17.

§ 25 Vinner

25.1 Vinner er den utøver som etter siste runde har fått flest poeng inkludert fratrukk av hele minuspoeng.

25.2 Vinner er den utøver som når 2. runde avsluttes eller når som helst under 3. runde leder over den andre utøveren med 12 poeng eller mer. Dette gjelder ikke i barnekonkurranser.

25.3 I de tilfellene det står uavgjort etter § 25.1, og det ikke er en Barne-klasse gjelder følgende:

Det skal gås en ekstra runde av tilsvarende lengde som de andre rundene etter en innlagt pause. Denne runden skal gås etter prinsippet om Sudden Death, dvs at første poenget i runden er vinner, eventuelt første minuspoeng/2x advarsler gir en taper. Det er ikke tillatt med fullkontakt til hodet i denne runden, selv ikke i klassen Senior A*. Max antall ganger en utøver i Senior A* kan gå Sudden Death er 2 ganger pr dag.

25.4 Dersom det ikke er kåret en vinner ved full tid skal poengdommerne og kampdommer avgjøre vinneren basert på overlegenhet

25.4.1 Har det vært en Sudden Death runde skal kun denne tas inn i vurderingen, hvis ikke gjelder samtlige runder.

25.4.2 Kampleder kommanderer WOOSE KIROK, hvorpå poengdommerne og kampdommer hver for seg og uten på noe vis å kommunisere med hverandre fyller ut det tildelte overlegenhetsskjema. Følgende kriterier gjelder i rekkefølge:

1. Utøvende kampstrategi
2. Flere antall teknikker utøvet
3. Mer avanserte teknikker utført (vanskelige og komplekse)
4. Bedre kampoppførsel/innstilling

25.4.3 Dommerne skal kun angi vinner ved å markere CHONG eller HONG. Skjemaet gis så til kampleder som summerer sin egen og poengdommernes avgjørelse på sitt eget skjema. Ved stemmelikhet teller kampleders stemme dobbelt.

25.4.4 Kampleder utroper vinner og leverer inn sitt eget og poengdommernes overlegenhetsskjema til hoveddommer.

§ 26 Avgjørelser

26.1 Følgende avgjørelser finnes:

26.1.1 Vinner ved knockout (KO)

Taekwondo – Kampreglement

- 26.1.2 Vinner ved at dommeren stopper kampen (RSC)
- 26.1.3 Vinner på poeng (PTF)
- 26.1.4 Vinner ved poenggap (PTG)
- 26.1.5 Vinner ved Sudden Death (SDP)
- 26.1.6 Vinner ved overlegenhet (SUP)
- 26.1.7 Vinner ved at motstander trekker seg/skade (WDR)
- 26.1.8 Vinner på diskvalifikasjon (DSQ)
- 26.1.9 Vinner på kampladers straffeangivelse (PUN)