

Norges Kampsportforbund Taekwondo WT

Mønsterreglement

pr 1. januar 2024

Mønsterreglement

Pr. 1. januar 2024

Innhold:	Side
§ 1 Formål og anvendelse	3
§ 2 Konkurransområdet	6
§ 3 Obligatoriske og valgfrie mønstre	8
§ 4 Organisering av konkurransen	11
§ 5 Handlingsforløp	12
§ 6 Poenggivning	13
§ 7 Poengberegning	13
§ 8 Ulovlige handlinger og diskvalifikasjon	15
§ 9 WT Para Taekwondo	16
Regler for bruk av uniform i konkurranser WT Taekwondo	19

§ 1 Formål og anvendelse

- 1.1 Det konkurreres i klassene individuell, par, synkron og freestyle.
- 1.2 Det konkurreres i Taegeuk og Poomsae slik det er definert i World Taekwondo. Ordet «mønster» benyttes som samlet betegnelse for Taegeuk og Poomsae. Dommerkomiteen kan gi nærmere bestemmelser for konkurranser i f.eks. e-stevner.
- 1.3 **Minimum beltegrad for deltakere i alle klasser i mønster er 7. cup.**
Gjelder ikke e-stevner der 9. cup er minimumskrav (dog skal man kunne minst 2 mønstre).
- 1.4 Det konkurreres i aldersinndelte klasser i henhold til bestemmelsene i Konkurransereglementet.
- 1.5 Det konkurreres i følgende klasser:

1.5.1 Individuelle konkurranser

	Cup lav 7.-5. cup		Cup høy 4.-1. cup		Poom/Dan	
	Regionale klasser		Nasjonale klasser (NC/NM)		Nasjonale klasser (NC/NM)	
	Kvinner	Menn	Kvinner	Menn	Kvinner	Menn
Barn	9-10 år	9-10 år				
Barn	11-12 år	11-12 år	11-12 år	11-12 år	11-12 år	11-12 år
Kadett	13-14 år	13-14 år	13-14 år	13-14 år	13-14 år	13-14 år
Junior	15-17 år	15-17 år	15-17 år	15-17 år	15-17 år	15-17 år
Under 30 (Senior I)	18-30 år	18-30 år	18-30 år	18-30 år	18-30 år	18-30 år
Under 40 (Senior II)	31-40 år	31-40 år	31-40 år	31-40 år	31-40 år	31-40 år
Under 50 (Senior III)	41-50 år	41-50 år	41-50 år	41-50 år	41-50 år	41-50 år
Under/Over 60 (Senior IV)	51 år ++	51 år ++	51 år ++	51 år ++	51 år ++	51 år ++

Forklaringer:

- Aldersinndelingen går på det året man fyller, og ikke dato man fyller i løpet av året.
- Blå kantlinje: Barn 11-12 år, har lov til å delta på NC-konkurranser. Dette gjelder ikke NM, ihht. Barneidrettsbestemmelsene til NIF.
- Rød kantlinje: Disse klassene defineres som elite-klasser ihht. NKF's bestemmelser for utdeling av kongepokalen (§ 8.8)

[\(https://kamsport.no/organisasjon/lover-regler/interne-lover/fellesbestemmelser/\)](https://kamsport.no/organisasjon/lover-regler/interne-lover/fellesbestemmelser/)

1.5.2 Team konkurranser

Par klasser	(kvinne + mann)
--------------------	------------------------

Kadett Cup	13-14 år
Kadett Poom/Dan	
Junior Cup	15-17 år
Junior Dan	
Under 30 år Cup	18-30 år
Under 30 år Dan	
Over 30 år Cup	31 år ++
Over 30 år Dan	

Synkron klasser	(3 av samme kjønn)
------------------------	---------------------------

Kadett Cup	13-14 år
Kadett Dan	
Junior Cup	15-17 år
Junior Dan	
Under 30 Cup	18-30 år
Under 30 Dan	
Over 30 Cup	31 år ++
Over 30 Dan	

Freestyle klasser

Individuelt		
	Under 17 år Jenter	13-17 år
	Under 17 år Gutter	13-17 år
	Over 17 år Jenter	18 år ++
	Over 17 år Gutter	18 år ++

Par (kvinne + mann)		
	Under 17 år Jenter	13-17 år
	Under 17 år Gutter	13-17 år
	Over 17 år Jenter	18 år ++
	Over 17 år Gutter	18 år ++

Åpne klasser under e-stevner

Par og synkron er åpne klasser under e-stevner, da dette skal være lavterskel-stevner, og dermed kan man blande utøvernes grad, alder og kjønn (dog minimum kadett).

Barn går egne par/synkron klasser. Disse er Par Barn og Synkron Barn. Gjelder KUN e-stevner.

1.5.3 Team klasser:

Par:

- Cup og Poom/Dan hver for seg
- 2 utøvere av forskjellig kjønn
- Aldersklasser: kadett, junior og senior

Synkron:

- Cup og Poom/Dan hver for seg
- 3 utøvere av samme kjønn
- Aldersklasser: kadett, junior og senior

Freestyle:

- Inndeling i alder Under 17 år og Over 17 år.

Utøverne velger selv hvilken yeon-mu linje man vil følge, samt hvilken musikk og koreografi man vil legge til grunn for mønsteret.

Det er ikke tillatt med musikk som har lyrikk grunnet copyright, og eller annen musikk med religiøse, politiske eller diskriminerende budskap.

- 1.6 Dommerleder kan sammen med dommerkomiteen, slå sammen tilstøtende klasser hvis det er kun en utøver i en klasse. Der det er to eller flere utøvere i klassen, skal klassen opprettholdes. Dette gjelder IKKE Para-klassene.
- 1.7 Ved sammenslåing av to klasser, er det den laveste klassens trekninger av mønster som vil være gjeldende under konkurransen. I cup er mønstrene valgfrie, utenom det første mønsteret som er obligatorisk (se tabell 1 under § 3). Derfor vil ikke denne regel påvirke utøvere i cup klassene.
- 1.8 Ved sammenslåing av klasser skal man verken blande menn og kvinner, ei heller Cup og Dan. På e-stevner gjøres det unntak fra denne regelen, der vi tillater blanding av kjønn, grad og alder i par- og synkron-klassene.
- 1.9 Inndeling i A og B klasser i mønster:
- 1.9.1 Høy Cup 4.-1. cup og Poom/Dan-utøvere er A utøvere.**
- 1.9.1.1 Dette innebærer at de deltar på nasjonale stevner som NC og NM, og evt. på internasjonale stevner, [som Nordisk](#).
- 1.9.1.2 [På regionale stevner kan det settes opp egne A-klasser i Poomsae.](#)
- 1.9.1.3 Barn Høy Cup 11-12 år, har imidlertid ikke anledning til å delta på NM, kun på nasjonale stevner, som f.eks NC.

1.9.2 Barne-klasser og Cup-gradert fra 7.-5. cup er B utøvere.

- 1.9.2.1 Dette innebærer at man da deltar på de regionale stevnene, og da ikke konkurrerer i NC eller NM.
- 1.10 Feilpåmeldte utøvere skal disktes med mindre påmeldingen korrigeres ihht. konkurransereglementets bestemmelser.

§ 2 Konkurransområdet

- 2.1 Konkurransområdet skal være 10X10 meter (se fig. 1), der startposisjonen bør være markert med 50 cm stor firkant midt i området, alternativt at man snur 2 matter for å skape et startpunkt. Utøveren skal starte og avslutte mønsteret innenfor denne firkanten. Dette gjelder ikke e-stevner.
- 2.2 Dommerpanelet skal være plassert godt synlig både for utøvere og publikum 1 meter fra konkurransområdet.
- 2.3 Dommerne skal være plassert i god avstand fra hverandre.

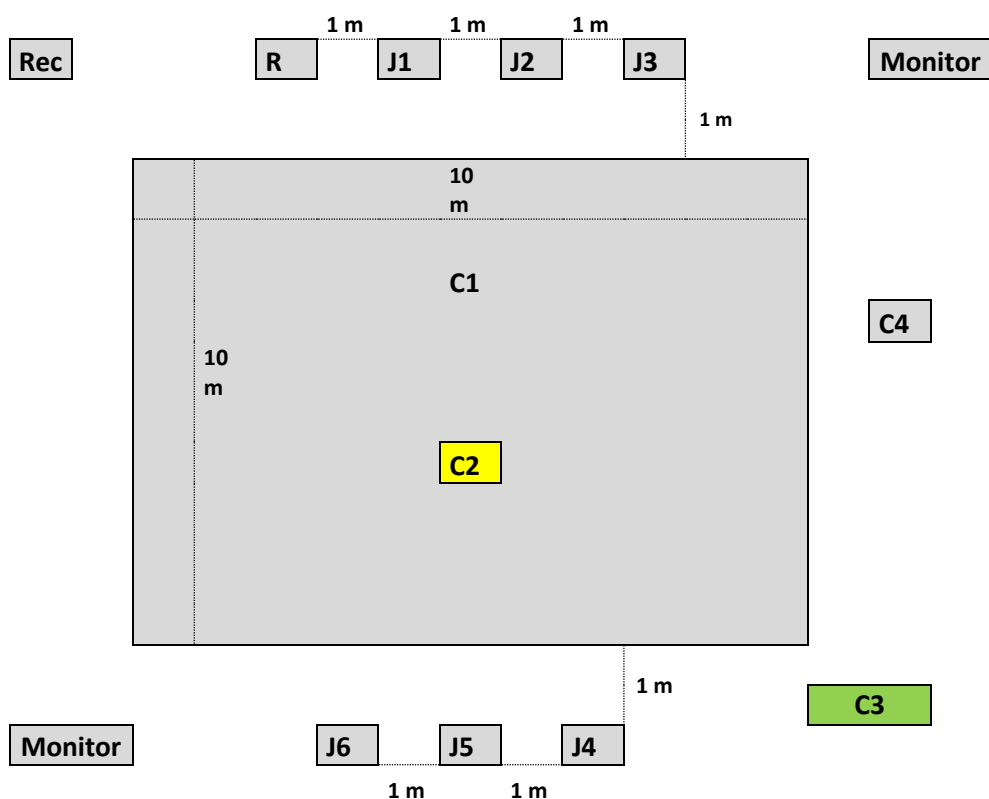
Ved 3 dommere, skal alle sitte på samme linje, og utøverne skal starte med ansiktet vendt mot dommerne.

Ved 5 dommere, kan man enten velge å ha 5 dommere på samme linja eller dele opp, slik at 3 dommere sitter på frontlinjen og 2 dommere sitter på baklinjen. Utøveren skal da starte med ansiktet mot den linjen med flest dommere.

Ved 7 dommere, skal 4 dommere sitte ved frontlinjen og 3 dommere på baklinjen. Utøveren skal da starte med ansiktet mot den linjen som det sitter flest dommere.

Det skal ikke sitte dommere på sidelinjene av konkurransområdet. Her skal det kun sitte en koordinator (hvis det blir benyttet), som da skal lede utøveren inn og ut av konkurransområdet. Hvis en koordinator ikke benyttes, skal enten hoveddommer eller den hoveddommeren velger ut, være koordinator for utøverne.

Fig. 1:



R: Hoveddommer

J1 – J6: Dommere

Rec: Opptaker hvis det skal benyttes under en konkurranse

Monitorer: Tv-skjerm der poengene for utøverne blir fremvist

C1: Konkurranseområdet

C2: Startposisjonen der utøveren starter og avslutter sitt mønster

C3: Området for utøver og coach. Her vil også utøveren gå inn og ut av konkurranseområdet

C4: Området for koordinatør hvis dette skal benyttes

§ 3 Obligatoriske og valgfrie mønstre

- 3.1 Det skal på forhånd trekkes mønstre til alle rundene i Poom/Dan-klassene (se tabell 2), med unntak av barneklassene. Trekningen offentliggjøres senest 1 dag før konkurransen.
- 3.2 I klassene for Cup-graderte, både Høy Cup og Lav Cup, samt Poom Barn, skal utøveren utføre sitt første mønster i konkurransen i henhold til nåværende grad og deretter velge fritt (se tabell 1).
- 3.3 I par/synkron-klassene for Dan, følger man trekningen i tabell 3.
- 3.4 I par/synkron-klassene for alle med Cup, er det laveste utøvers grad på laget, som bestemmer hvilket mønster som er obligatorisk og hvilke andre valgfrie mønstre man kan velge imellom (se tabell 1 under individuelt).

Tabell 1 (Cup individuelt, par og synkron)

Individuelt		
Grad	1. obligatoriske mønstre i konkurransen	Mønstre utøveren kan velge som mønster nr.2 og øvrige mønstre videre i konkurransen
7. cup	Taegeuk I Jang	Taegeuk II Jang og Sam Jang
6. cup	Taegeuk Sam Jang	Taegeuk II Jang t.o.m. Sah Jang
5. cup	Taegeuk Sah Jang	Taegeuk II Jang t.o.m. Oh Jang
4. cup	Taegeuk Oh Jang	Taegeuk II Jang t.o.m. Yuk Jang
3. cup	Taegeuk Yuk Jang	Taegeuk I Jang t.o.m. Chil Jang
2. cup	Taegeuk Chil Jang	Taegeuk Sam Jang t.o.m. Pal Jang
1. cup	Taegeuk Pal Jang	Taegeuk Sah Jang t.o.m. Koryo
1. poom Barn	Koryo	Taegeuk Sah Jang t.o.m. Keumgang
2. poom Barn	Keumgang	Taegeuk Sah Jang t.o.m. Taebaek
3. poom Barn	Taebaek	Taegeuk Sah Jang t.o.m. Pyongwon

Par/Synkron		
Grad	1. obligatoriske mønstre i konkurransen	Mønstre utøveren kan velge som mønster nr.2 og øvrige mønstre videre i konkurransen
Par Kadett Cup		Se punkt 3.4
Par Junior Cup		
Par Under 30 Cup		
Par Over 30 Cup		

Synkron Kadett Cup		Se punkt 3.4
Synkron Junior Cup		
Synkron Under 30 Cup		
Synkron Over 30 Cup		

Par og Synkron for barn gjelder KUN på E-stevner.
Her kan man blande alder, kjønn og grad både i
Par og Synkron.

Tabell 2 (Dan individuelt)

Grad	Obligatoriske mønstre som trekkbare for hver klasse
Kadett Poom	Taegeuk Sah Jang t.o.m. Keumgang
Junior Dan	Taegeuk Sah Jang t.o.m. Taebaek
Dan Under 30 (Senior I)	Taegeuk Yuk Jang t.o.m. Shipjin
Dan Under 40 (Senior II)	Taegeuk Yuk Jang t.o.m. Shipjin
Dan Under 50 (Senior III)	Taegeuk Pal Jang t.o.m. Chonkwon
Dan Under og Over 60 (Senior IV)	Poomsae Koryo t.o.m. Hansu

Tabell 3 (Dan par og synkron)

Grad	Obligatoriske mønstre som trekkbare for hver klasse
Kadett Poom	Taegeuk Sah Jang t.o.m. Keumgang
Junior Dan	Taegeuk Sah Jang t.o.m. Taebaek
Dan Under 30	Taegeuk Yuk Jang t.o.m. Shipjin
Dan Over 30	Taegeuk Yuk Jang t.o.m. Chonkwon

Klasser på E-stevner

	Klasser
Barn	Barn F+M 9-10 år
	Barn F+M 11-12 år
Cup	Kadett Cup F
	Kadett Cup M
	Junior Cup F
	Junior Cup M
	Senior under 30 Cup F (Senior I)
	Senior under 30 Cup M (Senior I)
	Senior under 40 Cup F (Senior II)
	Senior under 40 Cup M (Senior II)
	Senior under 50 Cup F (Senior III)
	Senior under 50 Cup M (Senior III)
	Senior under/over 60 Cup F (Senior IV)
	Senior under/over 60 Cup M (Senior IV)
Dan	Kadett Dan F
	Kadett Dan M
	Junior Dan F
	Junior Dan M
	Senior Dan under 30 F (Senior I)
	Senior Dan under 30 M (Senior I)
	Senior Dan under 40 F (Senior II)
	Senior Dan under 40 M (Senior II)
	Senior Dan under 50 F (Senior III)
	Senior Dan under 50 M (Senior III)
	Senior Dan under/over 60 F (Senior IV)
	Senior Dan under/over 60 M (Senior IV)
Par	Par Barn (9-12 år)
	Par under 30
	Par over 30
Synkron	Synkron Barn (9-12 år)
	Synkron under 30 (13-30 år)
	Synkron over 30 (31 år ++)
Freestyle	Under 17 år
	Over 17 år

Cup-graderte og alle barneklassene:

Det første mønsteret utøveren starter med i konkurransen, skal være mønsteret utøveren hadde til siste gradering.

Deretter er det valgfritt hvilke poomsaer utøveren går, innenfor de mønstrene som gjelder ut ifra tabell 1.

Par/Synkron

Første mønster i konkurransen skal være lagets laveste graderte sitt mønster, som vedkommende hadde til sin nåværende grad.

Deretter er det valgfritt hvilke mønster laget går, ut ifra den laveste graderte utøver sitt intervall fra tabell 1 (hvis cup-gradert) og tabell 2 (hvis Dan-gradert).

Freestyle

Utøvere velger selv hvilken yeon-mu linje man vil følge, samt hvilken musikk og koreografi man vil legge til grunn for mønsteret.

§ 4 Organisering av konkurransen

4.1 Antall runder pr. klasse:

<u>Antall deltakere</u>	<u>Innledende</u>	<u>Semifinaler</u>	<u>Finaler</u>
Inntil 8	Utgår	Utgår	8
9 - 19	Utgår	9 - 19	8
20 - over	20 - over	50 %	8

4.1.1 Hver runde, uansett om det er innledende, semifinale eller finale, gjennomføres med to (2) mønstre.

4.1.2 Dersom det er oddetall i klassen med mer enn 20 deltakere, skal man til neste runde avrunde oppover til et helt tall (antall) utøvere. Eksempelvis vil 11 utøvere gå videre til neste runde dersom det var 21 utøvere i klassen ved innledende runde.

4.2 Konkurransen med eliminering

I en konkurranse med eliminering, skal hvem som konkurrerer mot hverandre bestemmes ved trekning blant de påmeldte. Trekning skal finne sted minst en (1) dag før konkurransen starter.

4.3 Rekkefølgen utøverne skal følge i konkurransens første runde avgjøres ved oppsett av konkurransen. Den innbyrdes rekkefølgen i de påfølgende rundene, bestemmes av utøvernes plassering i de foregående rundene.

Dvs. at den med best plassering fra forrige runde, skal da gå sist i neste runde og den med lavest plassering går da først.

4.4 Avklaring ved poenglikhet:

- a) Dersom poengsummen er mellom 2 eller flere utøvere/lag etter innledende eller semifinale runden, og deres felles plassering gjør at de er blant de som skal gå videre til neste runde, skal alle gå videre til neste runde.
- b) Dersom det i finalerunden, er 2 eller flere utøvere/lag som har samme poengsum, skal høyestepresentasjonspoeng gjelde. Hvis poengsummen fortsatt er lik, skal høyeste og laveste poeng (som har blitt strøket) inkluderes i beregningen.
- c) Dersom det etter punkt (b) fremdeles er uavgjort mellom utøvere/lagene, skal siste mønster gjennomføres på nytt.
- d) Dersom det da fremdeles er uavgjort, skal utøvere/lagene dele plassen.

4.5 I barnekonkurranser:

- a) I barnekonkurranser skal det gjennomføres 2 mønstre uansett antall i klassen.
- b) F.o.m. det året utøveren fyller 11 år, kan poeng vises og rangering benyttes.
- c) Utøvere t.o.m. det året de fyller 10 år kan bedømmes, men poeng skal ikke vises og rangering ikke benyttes. Rangeringslister blir ikke utarbeidet.

4.6 Det er obligatorisk at utøvere og lag stiller med egen coach. Det er ikke et krav at coachen må være fra samme klubb. Coachen må inneha coachlisens.

§ 5 Handlingsforløp

5.1 Hoveddommer eller en koordinator kommanderer utøveren/laget inn på konkurranse-området. Utøveren stiller seg opp på det avmerkede området og hilser til dommerpanelet. Ved synkron- konkurranser skal det avmerkede området være sentrert i forhold til utøverne. Alle utøverne på laget skal ha ansiktet mot hoveddommeren.

5.2 Utøveren (eller en på laget ved team-konkurranse) annonserer hvilket mønster som skal gås før mønsteret påbegynnes. I individuelle konkurranser med Dan-klasser, er det allerede trukket ut poomsaer som skal gås, og dermed skal man ikke annonsere sine poomsaer. Dette gjelder KUN A-utøvere. B-utøvere og Kadett-klassene i Dan/Poom, skal annonsere sine poomsaer.

Mønsteret starter når utøveren begynner å gå i Junbi (klarstilling), IKKE når man

begynner å gå selve mønsteret.

- 5.3 I individuelle klasser, par og team skal det ikke gå mer enn 90 sekunder fra mønsteret påbegynnes til det er avsluttet.

I Freestyle og åpen klasse skal det ikke gå mer enn 120 sekunder fra mønsteret påbegynnes til det er avsluttet.

- 5.4 Utøveren skal ha minimum 30 sekunder pause mellom første og andre mønster.
- 5.5 Etter avsluttet mønster blir utøveren/laget stående til hoveddommer/koordinator kommanderer de ut fra matteområdet.
- 5.6 Dersom en utøver ikke er på anvist plass på matten innen 60 sekunder etter annonsering, evt. etter foregående utøver, skal utøveren/laget diskvalifiseres.

§ 6 Poenggivning

- 6.1 Mønstrene skal bedømmes av et dommerpanel bestående av minimum 3 og maksimum 7 dommere. Dommerpanelet skal bestå av 3, 5 eller 7 dommere.

6.2 Man bedømmer poeng på en skala fra 1,5 - 10,0. Det benyttes hele poeng samt en desimal.

- 6.3 Når det er flere enn 3 dommere, strykes høyeste og laveste poengsum og de resterende summeres.

§ 7 Poengberegning

- 7.1 Beste poengsum er 10,0 fordelt på basis utførelse og presentasjon.

Basis utførelse defineres som:

- Presisjon i utførelse av grunnleggende teknikker
- Presisjon i utførelse av enkeltstående elementer i poomsaen
- Balanse

Presentasjon defineres som:

- Hurtighet og kraft (totalt 2,0 poeng)
- Rytme og tempo (totalt 2,0 poeng)
- Uttrykkelse av energi og den indre Ki. (totalt 2,0 poeng)

7.2 Man starter med utgangspunkt i 4,0 poeng for basis utførelse.

- 7.2.1 Det skal trekkes 0,1 poeng for hendelser der utøveren utfører basis bevegelsene i det aktuelle mønsteret som ikke er nøyaktig.

- 7.2.2 Det skal trekkes 0,3 poeng for hendelser der utøveren utfører feil i basis bevegelsene som er større en angitt over.

7.3 Man starter med utgangspunkt i 6,0 poeng for presentasjon.

7.3.1 Det skal trekkes 0,1 poeng for hendelse der utøveren uttrykker små feil i balanse, fart, kraft, rytme og energifokus iht. mønsterets oppbygning.

7.3.2 Det skal trekkes 0,3 poeng for hendelse der utøveren uttrykker feil i balanse, fart, kraft, rytme og energifokus som er større enn angitt over.

7.4 Hoveddommer skal avbryte utøveren hvis vedkommende utfører et annet mønster enn det som er trukket eller annonsert av utøveren ved valgfrie mønster.

Utøveren skal etter dette trekkes 0,6 poeng av den totale poengsummen.

MEN, om utøveren allerede har begynt mønsteret riktig og begynner å blande andre mønstre inn i opprinnelig mønster, skal ikke hoveddommer stoppe utøveren. Da skal alle dommerne trekke etter reglement, helt til utøveren er ferdig.

7.5 Omstart kan kun gjøres én gang. Ved andre gangs omstart skal ringens hoveddommer avbryte utøveren. Utøveren blir ikke diskvalifisert, men utøverens totale poengsum for runden ved andre gangs omstart skal være 1,5 poeng.

7.6 Ved teamkonkurranser beregner man poeng tilsvarende som for individuelle konkurranser. I tillegg skal man legge vekt på at mønsteret utføres synkront. Synkronitet vurderes ut ifra presentasjonsdelen av poengberegningen.

7.7 I Freestyle følger poengberegningen følgende mal:
6,0 poeng for tekniske ferdigheter
definert som:

- Vanskelighetsgrad i sparketeknikker i følgende rangeringsordning:
 - Hoppende sidespark
 - Flere spark i et hopp
 - Gradienten i roterende teknikker (synkende til stigende: 180 grader, 360 grader, 540 grader, 720 grader etc.)
 - Påfølgende/vedvarende kamp- eller kamplignende spark
 - Akrobatiske sparketeknikker
- Grunnleggende teknikker og bevegelser

4,0 poeng for presentasjon definert som:

- Kreativitet
- Harmoni
- Uttrykkelse av energi og den indre Ki
- Musikk og koreografi

Ytterligere bestemmelser kan gis i tolkningene.

7.8 **Særtrekk i poeng ved e-stevner:**

7.8.1 Manglende Match Code: 0,6 poeng

7.8.2 Manglende annonsering av poomsaen: 0,3 poeng (Dette gjelder også i Dan-klassene)

- 7.8.3 Deler av kroppen utenfor bildet: 0,3 poeng pr. bevegelse som er utenfor bildet
 - 7.8.4 Dobok som dekker håndledd og ankler: 0,3 pr. bevegelse der vurdering av håndledd og/eller ankler er essensielt
 - 7.8.5 Teknikker som er uklare eller utydelig eller som på annen måte ikke lar seg tolke pga. dårlig videokvalitet: 0,3 poeng pr. teknikk dette gjelder
 - 7.8.6 **BEMERK:** gås feil mønster kontra det som er publisert i endelig trekningsliste, vil utøver få 1,5 poeng total, som det er gjeldende ved vanlige, fysiske stevner
- 7.9 Det trekkes ikke poeng om videoene er lastet opp i feil rekkefølge, i samme runden. Det gis totalt 1,5 poeng om f.eks. finale-mønstrene er lastet opp i den innledende runden.

§ 8 Ulovlige handlinger og diskvalifikasjon

- 8.1 Ringens hoveddommer er ansvarlig for å tildele straff for ulovlige handlinger
 - 8.1.1 Straff er definert som «Kyeong-go» og diskvalifikasjon
 - 8.1.2 Straff kan tildeles til utøveren/utøverne på matten og dennes/deres coach(er) eller utøvere / coacher i samme klasse som avvikles
- 8.2 Følgende ulovlige handlinger kan utløse straff:
 - 8.2.1 Utøveren eller laget stiller ikke i reglementert dobok som beskrevet i konkurransereglementet senest 1 minutt etter opprop
 - 8.2.2 Uønskede bemerkninger eller annen dårlig oppførsel fra coach(er) eller utøver(e), herunder protester mot dommernes avgjørelser under konkurransen
 - 8.2.3 Utøveren eller coachen viser manglende forståelse for normal Taekwondo-etikette og disiplin og unnlater å innrette seg etter hoveddommers instruksjoner og evt. tegn til å fortsette konkurransen
 - 8.2.4 Utøveren eller coachen avbryter eller forstyrrer dommerne eller andre funksjonærer i deres arbeid
- 8.3 Den utøver som opparbeider seg to «Kyeong-go» i løpet av konkurransen som helhet, skal diskvalifiseres fra stevnet og alle oppnådde resultater skal strykes

§ 9 WT Para Taekwondo

Para utøvere skal følge samme reglement etter internasjonal standard, men har noen punkter som skal tillegges i reglementet.

I dette regelverket har vi forenklet tilleggene fra det internasjonale regelverket.

Fullt regelverk: [World Para Taekwondo Poomsae Competition Rules as of August 24 2023.pdf \(worldtaekwondo.org\)](https://www.worldtaekwondo.org/~/media/World-Taekwondo/Document/Para-Taekwondo-Poomsae-Competition-Rules-as-of-August-24-2023.pdf)

Konkurransområdet

- a) Avhengig av type utfordring, så skal en rampe være tilgjengelig for å kunne entre konkurransområdet og arenaen.
- b) For døve utøvere, skal blinkende lys rundt konkurransområdet benyttes.
- c) For synshemmede utøvere, skal man benytte sterke farger på matte-området.
- d) Utøvere og deres støtteapparat skal kunne ha tilgang på konkurransområdet.

Inndeling av klasser

Funksjonsnedsettelse	Gruppe	Sportsklasse
Synshemming	P10	P11
		P12
Mental hemming	P20	P21 (II1)
		P22 (II2)
Nevrologisk hemming	P30	P31
		P32
		P33
		P34
Fysisk hemming	P40	P41
		P42
		P43
		P44
		P45
Hjelpemidler	P50	P51
		P52
		P53
Døvhets	P60	P60
Kortvokste	P70	P72 (Menn)
		P72 (Kvinner)

3. Varighet under konkurransen

Utøverne skal kunne benytte 1 min pause mellom hver poomsae, i hver runde.

I individuelt, par og synkron, gis det opptil 120 sekunder til å utføre hver poomsae.

4. Obligatorisk Poomsae

Ved trekking av poomsae, skal Dan-klassene ha poomsae fra Taegeuk Sah Jang (4), og ikke ha poomsae høyere enn Shipjin (13)

Cup-klassene skal benytte poomsae fra Taegeuk I Jang (1) og opp til Taegeuk Pal Jang (8)

VIKTIG: Poomsae Keumgang (10), skal ekskluderes fra klassene i P30.

5. Bedømmelse i poeng.

5.1 Minimum poengscore i teknisk: 1,0 poeng

5.2 Minimum poengscore i presentasjon: 1,5 poeng

5.3 Forskjell fra start og slutt punkt skal ikke trekkes, unntatt for klassen P60, der vil man trekkes -0,3 poeng.

Regler for bruk av uniform i konkurranser WT Taekwondo

I henhold til det internasjonale regelverket, er det egne krav for hvordan bekledningen i en poomsae konkurranse skal være.

Noen regler utenom det som kommer av de visuelle reglene nedenfor:

1. Det er ikke lov til å bruke dobok som synlig viser at utøveren tilhører eller tilknyttet landslaget. Dvs. at nasjonalflagg og andre merker/tekst som viser dette, skal dekkes til eller at utøveren benytter en nøytral dobok.
2. Størrelsen på dobok skal være av et slikt format, at dommere skal kunne se ankler og håndledd til utøveren under konkurransen.
3. Poom graderte har to-farget krave på dobok. Hvis kraven er utformet slik at rød farge er øverst og sort farge er underst, så skal beltet knyttes rundt livet tilsvarende motsatt med rød farge nederst og sort farge øverst.
4. Klokke, smykker, ringer, øredobber og andre liknende gjenstander skal ikke bæres under konkurransen. Gifteringer/forlovelsesringer må dekkes til med tape hvis man ikke ønsker å ta disse av.
Unntak er om utøveren har en helsetilstand som tilsier at vedkommende har behov for at det må være apparater på kroppen. Dette må utøveren, coach eller klubbleder informere dommerleder om, slik at utøveren ikke skal bli fratrukket poeng i konkurransen.
5. Barn og cup-graderte utøvere, benytter vanlig hvit v-hals dobok og fargebeltet tilhørende sin nåværende grad

