



NM & TOYEN CUP

TAEKWONDO WT

11-12.APRIL 2026

JORDAL IDRETTSHALL, OSLO



KAMP
SPORT



Norges Kampsportforbund ved seksjon for Taekwondo WT har sammen med Tøyen Taekwondo Klubb gleden av å ønske alle Taekwondo venner hjertelig velkommen til Norgesmesterskap og Tøyen Cup. Det er 41 år siden første NM ble avholdt, og det skal kåres norgesmestere, deles ut kongepokal og andre priser. Mesterskapet er åpent for alle som trener World Taekwondo, og er medlem i Norges Kampsportforbund.

Vi ser frem til dette med både spenning og entusiasme, og gleder oss til en aktiv helg i april.

VELKOMMEN TIL ÅRETS NORGESMESTERSKAP OG TØYEN CUP I TAEKWONDO WT ARRANGERES I JORDAL IDRETTSPARK I OSLO!

Arrangørklubb

Tøyen Taekwondo Klubb *Org nr 974 262 487*

Stevneleder: Ingvild Lyng

Tlf: +47 915 73 221

E-post: post@toyentkd.no

Stiftet 09.11.1983 – 43 år i 2026

Norges Kampsportforbund

Seksjon for Taekwondo WT

Teknisk delegat (TD): Knut Olav Brecke

Tlf: +47 932 53 365

E-post: knutolav@svartbelte.org

Stiftet 15.12.1973 – 53 år i 2026

Arena

Jordal Flerbrukshall

Adresse: Jordalgata 12a, 0657 Oslo

Tilkomst:

Buss 20 til Galgeberg

T-bane til Ensjø

Parkering

Begrenset med betalingsparkeringsplasser utenfor hallen, og generelt for hele Oslo Kommune.

Vi anbefaler kollektiv reise så langt det lar seg gjøre, eventuelt samkjøringer i klubb.

Inngang

Inntekter fra publikum går til arrangørklubb for det frivillige dugnadsarbeidet som kreves gjennom helgen

Inngangsbillett koster kr 100,- pr pers. NM og Tøyen Cup har samme pris på inngang. Barn under 10 år gratis.

Betaling med VIPPS, #581828.

Kiosk

Dugnadskiosk med en enkel og god meny, inkludert småretter, drikke og frukt. Sikrer oppfyll av mye energi gjennom dagen. Betaling med VIPPS eller kort. OBS: ikke kontanter.

Salg av PSS sokker

Hvis uhellet er ute og man har glemt PSS sokker, så blir det salg av dette fra HA-Kampsport i kiosken.

Pass ellers på at dette ligger i baggen sammen med øvrig sikkerhetsutstyr og dobok før avreise, eller at det forhåndsbestilles før stevnestart.

Timeplan (estimert) NM

Torsdag 09. april Innveiling til begge dager
Steder for innveiling kommer i egen info senere

kl 19:00 -20:00

Lørdag 11. april:	Legesjekk	kl 09:00 – 10:00
	Stevnestart med innmarsj	kl 10:00 – 10:30
	Innledende kamper og mønster	kl 10:30 – 13:00
	Lunsj	kl 13:00 – 13:30
	Kvartfinaler/semifinaler	kl 13:30 – 14:30
	Finaler og ev. Superfinaler	kl 14:30 – 18:00

Endringer og justeringer i timeplanen legges ut fortløpende på stevnets SportData-side og på facebook eventet (finn lenken på SportData).

Timeplan (estimert) Tøyen Cup (ØC2)

Søndag 12. april:	Stevnestart	kl 09:00
	Lunsj	kl 12:30
	Semifinaler og finaler påbegynnes	kl 13:30
	Estimert ferdig	kl 18:00
	OBS! Premiering skjer puljevis utover dagen	

Endringer og justeringer i timeplanen legges ut fortløpende på stevnets SportData-side

Konkurranser NM Lørdag

Kyorigi: Kadett A, Junior A og Senior A
Poomsae: Kadett, Junior og Senior NM klasser

Superfinaler lørdag

Om tiden og antall utøvere tillater det, settes det opp superfinaler fra ca kl 16:00 på lørdag. Utvalgte klasser velges etter at trekningen er gjennomført. Superfinaler går på senterringen og vil få litt ekstra oppmerksomhet.

Konkurransklasser Tøyen Cup (ØC2) søndag

Kyorigi: Barn A og B, Kadett B, Junior B og Senior B
Poomsae: Barn, Kadett, Junior og Senior etter regionscup nivå (lav cup)

Konkurranseregler

Lenke til gjeldende regelverk 2026

<https://kampsport.no/organisasjon/lover-regler/konkurranseregler/taekwondo-wt/>

Krav til konkurranselicens

OBS! Fra januar 2025 er det innført krav om at alle utøvere utenom barn må ha gyldig konkurranselicens for å kunne delta på stevner i WT/NKF regi. Denne lisensen (NOK 300 per utøver/pr år) tilkjøpes via MinIdrett, ved å logge inn på egen profil, søk opp lisens og tilkjøp. VIKTIG er at man er påmeldt en gren, for at dette kommer opp. Alle klubber må selv sjekke at utøverne har denne lisensen innen stevnedagen (for eksempel ta en intern sjekk ved påmeldingsfristen)! Lisens fremvises (kvittering på mobil) ved innveiling

eller på stevnedagen ved sekretariatet før man får gå. Har man ikke konkurranselisens klar, kan den kjøpes på dagen. Ingen konkurranselisens → disk.

Stevneutstyr og personlig sikkerhetsutstyr

Det gjøres oppmerksom på at det brukes PSS (elektronisk) vest og hjelm i kamp. Utøvere velger selv hvilken generasjon med PSS sokker de vil bruke. Antall magneter skiller GEN3 fra Gen2 og GEN1. I barneklassen (ikke lov med hodespark) bør man ha egen rød/blå hjelm med, da seksjonen bare har str. S hjelmer. Alle må ha tannbeskytter. Barn vil også bruke PSS vest, slik at de trenger også PSS sokker.

Kongepokal og priser

Det vil deles ut kongepokal under årets NM bankett dersom kriteriene for utdeling oppfylles. Det vil nedsettes en egen kongepokal-jury som skal overvære mesterskapet. Kravene er at det stiller minst 15 personer i seniorklassene (kvinner/menn) i enten kamp eller poomsae, og har et tilfredsstillende nivå. I tillegg til Kongepokalen, har vi:

- **Den koreanske ambassadørens pris:** deles ut til beste kadett og junior i både herre og kvinneklassene. Ambassaden deler ut disse prisene i hallen.
- **Årets utmerkelser (utøver, coach, dommere og Taekwondo-person):** Deles ut på årets NM bankett.
- **Årets klubb i kyorugi og poomsae:** Vandreppokalene deles ut til beste klubb i kamp og poomsae sammenlagt. Deles ut på årets NM bankett.

Utover dette skal det kåres ferske norgesmestere utover lørdagen, og Tøyen Cupmestere utover søndagen.

NYTT: Pengepremier til utøverne i Kyorugi og Poomsae

Seksjonen gjentar suksessen fra 2025 med å gi ut **pengepremier** til beste fighter i kyorugi og beste utøver i poomsae, dame og herre – men i år er premiene bare **STØRRE!**

Kriterier for tildeling kommer i egen info. For poomsae deles ut pengepremier til beste Dame og Herre, mens det grunnet sponsor i kyorugi, i tillegg til premier til Senior Dame og Herre, også deles ut premier til **JUNIOR** Jente og Gutt – knyttet opp mot reisestøtte eller utstyr.

Påmelding

Påmelding av utøvere **og coacher** (coacher pga. akkredittering! **Det er 1 coach per 5 utøver**). Påmelding gjøres via stevnets side i SportData:

<https://www.sportdata.org/kampsport/set-online/index.php>

OBS: Siste påmeldingsfrist mandag 23. mars 2026 kl 23:59

Påmeldingen er bindende etter utløp av påmeldingsfristen. Blir stevnet mot forventning kansellert vil alle påmeldte få refundert startkontigenten. I alle andre tilfeller (sykdom, skade, etc.) gis det ingen refundering etter at påmeldingfristen har gått ut. Eneste tilfelle er ved mot forventning ikke motstandere i klassen så refunderes startkontigenten. Poomsae klasser kan få tilbud om gjennomføring av klassen med bedømming av dommere, men får da kun deltakermedalje og ikke refusjon av startkontigent.

Barn	kr 200,-
Individuell deltakelse poomsae/kyorugi	kr 400,-
Par/synkron/team	kr 200,- per lag
NM og Tøyen Cup har samme pris på startkontigenten	

Stevneleder	Ingvild Lyng	Mobil 915 73 221	Epost post@toyentkd.no
Teknisk delegert	Knut Olav Brecke	Mobil 932 53 365	Epost knutolav@svartbelte.org
Systemteknisk ansvarlig	Maria Erenskjold	Mobil 941 50 928	Epost erenskjold.tkd@gmail.com
Dommerleder	Stig Ove Ness	Mobil 952 10 937	Epost stigove@dommerkomiteen.no

Informasjon

All informasjon om stevnet, inkludert timeplan, klasser og påmelding oppdateres fortløpende på stevnets side i SportData, etter påmeldingsfristens utløp:

<https://www.sportdata.org/kampsport/set-online/index.php>

For ytterligere informasjon, kan stevneleder kontaktes per e-post: post@toyentkd.no

Facebook side for eventet: <https://www.facebook.com/events/1387630526497038>

Forbehold om avlysning

Norges Kampsportforbund forbeholder seg retten til å avlyse stevnet ved lav påmelding eller andre forhold som ligger utenfor forbundets kontroll. Ved avlysning tar Norges Kampsportforbund intet ansvar for eventuelle bestilte billetter, hotell eller andre kostnader klubben har hatt i forbindelse med stevnet.

Foto og film

NKF opplyser om at det kan bli tatt bilder og film fra arrangementet med deltakere og funksjonærer som kan bli publisert i redaksjonell sammenheng på www.kampsport.no og/eller forbundets facebook og Instagram konto. Gjennomføres etter gjeldende retningslinjer fra NIF. Kontakt stevneledelse ved behov.

På vegne av Tøyen Taekwondo Klubb er det en stor glede å ønske dere alle velkommen til Oslo i forbindelse med Taekwondo NM og Tøyen Cup 2026 nå i april..!

Med sportslig hilsen

Master Knut Olav Brecke

Styreleder

Tøyen Taekwondo Klubb