



OHDOKWAN TEAM CUP 2023

- ANNIVERSARY EDITION -



Voorwoord

In het voorjaar van 2019 namen wij ons voor om ter gelegenheid van het 30-jarig jubileum van Ohdokwan een open evenement te organiseren. Dit zou, geheel volgens de eigenzinnige wijze van Ohdokwan, een evenement moeten worden dat zijn gelijke niet zou kennen. Wij bedachten een toernooi waar niet de individuele sparring- en tul wedstrijden centraal staan, maar waar het juist draait om teamonderdelen en individueel/team breken en springen: De Ohdokwan Team Cup!

Nu, bijna vier jaar later, kunnen we jullie eindelijk de uitnodiging voor ons toernooi voorleggen. Om de animo te verhogen en het instapniveau laagdrempelig te houden hebben wij in deze uitnodiging een reglement opgesteld. Wij hopen dat jullie van dit unieke concept net zo enthousiast worden als wij en nodigen jullie dan ook van harte uit om aan dit jubileum-toernooi deel te nemen!

Wedstrijdinformatie

DATUM: 17 juni 2023

PLAATS: Rotterdam

LOCATIE: Sportief Aquapelle

ADRES: Alkenlaan 85, 2903 EB Capelle aan den IJssel

ZAAL OPEN: 8.00

SCHEIDSRECHTER MEETING: 8.30

COACH MEETING: 9.00

OPENINGSWOORD: 9.15

AANVANG COMPETITIE: 9.30

ONDERDELEN

Team-Tul

Team Sparring

Team en individueel Special Techniques (aangepaste regels)

Team en individueel Power Breaking (aangepaste regels)

Eén van de grootste en leukste aanpassingen aan de teamonderdelen is dat de teams mogen worden samengesteld uit deelnemers van verschillende scholen. Op deze manier willen wij het mogelijk maken om meer teams aan te kunnen trekken, aangezien niet elke vereniging in staat zal zijn vanuit zijn eigen ledenbestand een volledig team te kunnen samenstellen binnen een bepaalde leeftijd/graduatie klasse.

Wij stellen deze wedstrijd tevens open voor niet-ITF Nederland leden.

Inschrijving

Inschrijvingen kunnen enkel worden gedaan door schoolhouders de te downloaden Inschrijfformulieren. Via deze weg zal ook de betaling plaatsvinden. In verband met onze speciale regels voor Power Breaking en Special Techniques zullen schoolhouders voor deelnemers die aan deze onderdelen mee doen ook gebruik moeten maken van het inschrijfformulier onderaan deze uitnodiging. Lees verderop in deze uitnodiging op welke regels wij precies doelen. Schoolhouders dienen een ingevulde kopie van het inschrijfformulier te mailen naar ohdokwanteamcup@gmail.com. De uiterlijke inschrijfdatum is zaterdag 3 juni 2023. Veranderingen voor reeds ingeschreven deelnemers kunnen tot uiterlijk zaterdag 10 juni 2023 worden



doorgegeven via ditzelfde emailadres. Afmelden van ingeschreven deelnemers is gratis mogelijk tot en met zaterdag 3 juni 2023, nadien is men verplicht tot betalen van de inschrijfgelden. Foutieve opgaven op het inschrijfformulier welke consequenties hebben voor de poule-indeling kunnen niet meer gecorrigeerd na zaterdag 10 juni. Door inschrijving gaat men akkoord met alle genoemde rechten en plichten die in de uitnodiging staan vermeld.

Inschrijfgeld

Een deelnemer is bij inschrijving afhankelijk van het aantal onderdelen waarvoor hij/zij zich inschrijft het volgende bedrag aan inschrijfgeld verschuldigd bij:

Deelname aan één of meerdere individuele onderdelen: € 25,-;

Deelname aan één of meerdere team onderdelen: € 25,-

Deelnemers die zowel aan individuele als aan teamonderdelen meedoen krijgen een korting van € 15,-. Zij betalen dan € 35,- voor hun deelname.

Het totaalbedrag aan verschuldigd inschrijfgeld moet uiterlijk woensdag 7 juni 2023 zijn overgemaakt naar:

IBAN: NL45INGB0000259170

BIC: INGBNL2A

Op naam van: Taekwon-Do Vereniging OHDOKWAN

Onder vermelding van: TEAM CUP + (Club)naam

Scheidsrechters

De Ohdokwan Team Cup is een officieel aftekenmoment voor scheidsrechters in opleiding voor de B- of C-licentie binnen het scheidsrechters-opleidingstraject van ITF Nederland. Deelnemende scholen dienen per 5 ingeschreven deelnemers één scheidrechter te leveren. Indien er minder dan 5 inschrijvingen per school zijn, dient er ook 1 scheidsrechter geleverd te worden. Per ontbrekende scheidsrechter zijn wij genoodzaakt een bedrag van € 50 in rekening te brengen.

Coaches

Deelnemende scholen dienen per 7 ingeschreven deelnemers twee coach in te schrijven. Scholen die minder dan 5 deelnemers inschrijven dienen nog altijd ten minste 1 coaches op te geven.

Protest

Protest moet schriftelijk, binnen 5 minuten na beëindiging van de partij, ingediend worden. Formulieren zijn verkrijgbaar bij de WOC-tafel tegen betaling van €50,-. De Hoofdscheidsrechter heeft de uiteindelijke beslissingsbevoegdheid.

Aansprakelijkheid

Iedere deelnemer/schoolhouder is zelf verantwoordelijk dat hij/zij zonder fysieke of geestelijke beperkingen of medische indicatie aan dit toernooi deelneemt. De organisator is niet aansprakelijk voor tijdens het toernooi opgedane schade/letsel ten gevolge van onzorgvuldig handelen. Door deelname gaat men hiermee akkoord.



Pers en Promotiemateriaal

Promotiemateriaal is enkel toegestaan indien van tevoren overlegd en goedgekeurd door de wedstrijdorganisatie (Banners, vlaggen etc.). Filmen is alleen toegestaan vanaf de tribune. Fotografieren in de zaal is voor deelnemers alleen toegestaan achter de hekken. Coaches en fotografen, die door de organisatie zijn aangewezen, zijn de enige die mogen fotograferen en/of filmen bij de velden. Tijdens dit evenement worden er foto's gemaakt en zal er gefilmd worden. Dit materiaal kan gebruikt worden door pers voor nieuws en kranten etc. Ook kan dit materiaal gebruikt worden voor pr-doeleinden op Facebook/Instagram/Twitter en onze website. Door deelname gaat men hiermee akkoord. Foto's en filmmateriaal zal terug te vinden zijn via onze website.

Tijdsindeling onderdelen

Om deelnemers tevens te stimuleren om zich ook in te schrijven voor de onderdelen Power Breaking en Special Techniques, laten wij de onderdelen Teamsparring en Teamtul aan het begin van de dag aanvangen, zodat deelnemers niet gaan 'sparen' voor deze onderdelen, zoals we vaak op andere wedstrijden zien. Bovendien nemen wij ook nog andere maatregelen om met name het breken zo laagdrempelig en veilig mogelijk te maken. Ruwweg zal het tijdsplan er op de wedstrijddag als volgt uit zien*:

Ochtend:

- Aanvang toernooi, beginnen met Team Tul op alle velden
- Na Team Tul verder met Team sparren voor junioren en senioren op 4 velden, en jeugd Special Techniques en Power Breaking op de overige velden.

Middag:

- Aanvang middagedeelte met individueel Power Breaking en Special techniques op 4 velden.
- Na afronding van de individuele poules het toernooi afsluiten met Team Power Breaking en Team Special Techniques.

*De werkelijke tijdsindeling zal sterk afhangen van het aantal deelnemers per categorie en kan daarom afwijken.

Opzet onderdelen

Team Tul

Ohdokwan heeft een lange geschiedenis als technische vereniging, daarom mag het onderdeel Tul niet ontbreken op een wedstrijd die het 30-jarig bestaan van Ohdokwan viert. Om ervoor de zorgen dat de poules niet te klein worden hebben wij de volgende categorieën opgesteld:

- Gekleurde banders (10^e t/m 1^e Gup,)
- Zwarte banders (1^e t/m 6^e Dan)

Met deze indeling kunnen dus zowel jeugdleden, junioren, senioren, mannen en vrouwen in één team deelnemen. Dit om het voor deelnemende verenigingen zo makkelijk mogelijk te maken om teams van 5 deelnemers samen te kunnen stellen. De mogelijkheid om deelnemers van verschillende scholen in een team te zetten moet hier ook aan bijdragen.

De teams lopen 1 vrije Tul. De gekleurde banders hebben de keuze uit Chon-ji t/m Choong-Moo, en de zwarte banders kunnen kiezen uit Chon-ji t/m Ge Baek. De gekozen Tul bij de gekleurde banders moet aansluiten bij de graduatie van de laagst gegradueerde deelnemer in een team. Deze wordt als volgt bepaald: 10 minus de Gupgraad van het laagst gegradueerde teamlid geeft het getal van de hoogste Tul die



door het team mag worden uitgevoerd, met als enige uitzondering witte banders (10^e Gup) die ook Chon-Ji mogen uitvoeren.

Bij de beoordeling van het onderdeel Team Tul zal worden aangesloten bij de internationale standaard van de ITF. <https://itftkd.sport/rules/>

Team Sparring

Bij het teamsparren hebben wij de volgende categorieën opgesteld:

- Junioren Dames 4^e Gup tot en met 3^e Dan (14 – 17 jaar)
- Junioren Heren 4^e Gup tot en met 3^e Dan (14 – 17 jaar)
- Senioren Dames 4^e Gup tot en met 6^e Dan (18+)
- Senioren Heren 4^e Gup tot en met 6^e Dan (18+)

Een team dient te bestaan uit 3 deelnemers. Zoals hiervoor al is aangegeven mogen teams bestaan uit deelnemers van verschillende clubs / verenigingen.

Teams sparren partijen van 2 minuten volgens het doorgaand systeem. Teams zetten bij deze 3 partijen om de beurt één van hun deelnemers in, waarbij een team een bepaalde deelnemer maximaal één keer mag inzetten. Verder wordt het internationale systeem voor teamsparring gevolgd, wat betekent dat de vier hoekscheidsrechters per partij elk een winnaar aanwijzen (rood of blauw) en dat na 3 partijen het totaal aan scheidsrechters bij elkaar wordt opgeteld. In het geval van een gelijke stand na 3 partijen zal er een vierde partij worden gehouden, waarbij teams opnieuw uit al hun deelnemers 1 vechter naar voren mogen schuiven. Indien dit nog steeds geen winnaar oplevert zal er gestreden worden om een Golden Point, zonder tijdslimiet.

Regels

- Semi-contact sparring (individueel) I.T.F Taekwon-Do regels
 - a. 1 punt voor alle handtechnieken op hoofd en lichaam
 - b. 2 punten voor alle trappen op het lichaam
 - c. 3 punten voor alle trappen op het hoofd
- progressie door de rondes geschiedt volgens het knock-outsysteem
- Deelnemers mogen alleen een witte ITF dobok dragen

Meer informatie op <https://itftkd.sport/rules/>

Beschermingsmateriaal

- Hoofdbeschermer is voor iedereen verplicht;
- Jongens/heren dienen verplicht onder hun dobok een kruisbeschermer te dragen;
- Zachte scheenbeschermers zijn toegestaan;
- Te dunne of open handschoenen of bokshandschoenen zijn niet toegestaan.
- Transparante mondbeschermer verplicht;
 - Bij discussie heeft de Hoofdscheidsrechter de uiteindelijke beslissingsbevoegdheid.



Individueel Special Techniques

Omdat Power Breaking en Special techniques op wedstrijden toch nog steeds een beetje de ondergeschoven kindjes zijn willen wij dat deze wedstrijd zich daarin onderscheidt. Door enkele aanpassingen te maken in de gebruikelijke regels willen wij deze onderdelen laagdrempeliger en toegankelijker maken. Wij hebben de volgende categorieën opgesteld:

- Jeugd jongens (alle graduaties)
- Jeugd meisjes (alle graduaties)
- Junioren dames (10^e Gup t/m 3^e Dan)
- Senioren dames (10^e Gup t/m 6^e Dan)
- Junioren heren (10^e Gup t/m 3^e Dan)
- Senioren heren (10^e Gup t/m 6^e Dan)

Wij kiezen er bewust voor om alle graduaties in dezelfde poule te plaatsen. Dit om de poules groot te kunnen maken, en om gekleurde banders ook de kans te geven alle springtechnieken te kunnen doen op een wedstrijd. Omdat de deelnemers (met uitzondering van de jeugd) hun eigen starthoogte mogen bepalen (zie verder) denken wij dat er alsnog een eerlijke competitie kan ontstaan. Bovendien zijn wij van mening dat een indeling volgens deze wijze zal bijdragen aan het leereffect voor de lager gegradueerden.

In de jeugdklassen willen wij de deelnemers de Nopi Chagi laten maken op een speciaal apparaat (bal aan een touw), op een vaste starthoogte (150 cm in beide klassen). Elke ronde wordt de bal 10 cm verhoogd, en deelnemers die de bal missen vallen af. Dit proces herhaalt zich totdat er een winnaar overblijft. Bij een gelijk spel (alle overgebleven deelnemers vallen tegelijk af) bepaald de jury-president in overleg met de matscheidsrechter de nieuwe hoogte.

Er zijn nog twee andere ingrijpende afwijkingen van de standaardregels die wij doorvoeren. Ten eerste willen wij deelnemers in de junior en senior dames klassen in de gelegenheid stellen om alle 5 de wedstrijdtechnieken uit te voeren. Dit is een discussie die de laatste tijd steeds vaker wordt gevoerd, en wij zijn van mening dat deze aanpassing helemaal in het tijdsbeeld van nu past. Wij zien hier een unieke kans om te kunnen laten zien dat vrouwen net zo goed kunnen springen als mannen!

De tweede regelwijziging betreft de starthoogtes. Om de wedstrijd toegankelijk te maken verlagen wij de minimumstarthoogtes. Maar dat is niet het enige: Wij willen deelnemers bij de inschrijving hun EIGEN starthoogte laten bepalen (die tenminste de minimumhoogte voor de betreffende techniek moet zijn) door dit op te geven in het [inschrijfformulier onderaan deze uitnodiging](#). Het podiumklassement wordt dan in eerste plaats bepaald door het aantal behaalde punten, maar bij een gelijk aantal punten worden per deelnemer de hoogtes van de behaalde trappen bij elkaar opgeteld, waarna de deelnemer met het hoogste totaal tot winnaar wordt uitgeroepen. Zie ter illustratie het onderstaande voorbeeld, waar deelnemer A en deelnemer B het tegen elkaar opnemen:

Deelnemer	Nopi	Dollyo	Mid-air	Bandae	Yop	Punten	Totaal cm	Plaatsing
A	230 cm	X*	190 cm	X	130 cm	9	550 cm	2 ^e
B	220 cm	200 cm	X	180 cm	X	9	600 cm	1 ^e

*X betekent dat de deelnemer zijn zelf-bepaalde starthoogte niet heeft gehaald, en dus geen punten krijgt voor deze trap.



Indien er met bovenstaande criteria toch nog sprake is van een gelijkspel wordt er één techniek uitgeloot die de deelnemers opnieuw moeten springen. De coaches van de deelnemers worden dan één voor één bij de jury opgeroepen om de nieuwe hoogte (die ten minste even hoog als de vorige poging van die deelnemer op die specifieke techniek moet zijn) op te geven. De deelnemer met de hoogste correcte trap wint. Bij wederom gelijkspel wordt dit proces herhaald totdat er een winnaar is.

Minimum Starthoogte technieken individueel Special Techniques

Categorie/Techniek	Nopi	Dollyo	Mid-air	Bandae Dollyo	Yop
Junior Dames	1m90	1m70	1m60	1m60	1m
Junior Heren	2m	1m80	1m70	1m70	1m10
Senior Dames	2m	1m80	1m70	1m70	1m10
Senior Heren	2m20	2m10	2m	2m10	1m30

Team Special Techniques

De categorieën voor Team Special Techniques sluiten aan bij die van het individuele springen, met uitzondering van de jeugd, waarvoor geen teamklassen zijn. Een team bestaat uit minimaal 3 en maximaal 5 deelnemers. Teamleden hoeven niet allen afkomstig te zijn van dezelfde vereniging. Ook hier geldt dat damesteams 5 springtechnieken moeten maken. Om het nóg gemakkelijker te maken om genoeg deelnemers te vinden voor een team, is het mogelijk om een team in te schrijven met slechts 3 of 4 deelnemers. Omdat er hoe dan ook 5 technieken moeten worden gesprongen, staan wij het dus toe dat één deelnemer in een team maximaal twee van de vijf technieken uitvoert. Een deelnemer in een team moet altijd ten minste één techniek uitvoeren. Het kan dus zijn dat er in de wedstrijd poule teams van 3, 4 en 5 deelnemers meedoen. Lees onder het kopje '**Schoolprijs**' verderop in deze uitnodiging welke implicaties dit heeft voor de puntentelling voor de overall prijs.

In tegenstelling tot het individueel springen wordt bij het teamspringen wel vastgehouden aan vaste starthoogtes (deelnemers mogen hun eigen starthoogte niet kiezen). De starthoogtes zijn ook hoger dan bij het individueel springen, namelijk gelijk aan de starthoogtes die op het NK gelden. De gedachte hierbij is dat de deelnemers in een team zich kunnen specialiseren in één specifieke springtechniek. Een achterliggend idee is dat de teams zich zo ook beter kunnen meten aan de internationale standaard, waardoor je je als deelnemer kunt meten aan de standaard voor de teamonderdelen in de nationale selectie (de NK starthoogtes zijn gelijk aan die van het EK en WK).

Starthoogte technieken Team Special Techniques

Categorie/Techniek	Nopi	Dollyo	Mid-air	Bandae Dollyo	Yop
Junior Dames	2m10	1m90	1m70	1m70	1m
Junior Heren	2m20	2m	1m80	1m80	1m10
Senior Dames	2m20	2m	1m80	1m80	1m10
Senior Heren	2m60	2m30	2m20	2m20	1m40

In het geval van een gelijke stand na de eerste ronde zal de jury in de verlenging een techniek loten. De jury-president zal in overleg met de matscheidsrechter naar eigen inzicht de hoogte vaststellen. De teams



mogen naar eigen inzicht een deelnemer selecteren voor de betreffende techniek, welke niet per se de deelnemer hoeft te zijn die de betreffende techniek tijdens de eerste ronde al heeft gedaan.

Individueel Power Breaking

Omdat Power Breaking en Special Techniques op wedstrijden toch nog steeds een beetje de ondergeschoven kindjes zijn willen wij dat deze wedstrijd zich daarin onderscheidt. Door enkele aanpassingen te maken in de gebruikelijke regels willen wij deze onderdelen laagdrempeliger en toegankelijker maken. Wij hebben de volgende categorieën opgesteld:

- Jeugd jongens 11 t/m 13 jaar (vanaf 4^e Gup)
- Jeugd meisjes 11 t/m 13 jaar (vanaf 4^e Gup)
- Junioren dames (4^e Gup t/m 3^e Dan)
- Senioren dames (4e Gup t/m 6e Dan)
- Junioren heren (4e Gup t/m 3e Dan)
- Senioren heren (4^e Gup t/m 6^e Dan)

Wij kiezen er bewust voor om alle graduaties in dezelfde poule te zetten. Dit om de poules groot te kunnen maken, en om gekleurde banders ook de kans te geven alle breektechnieken te kunnen doen op een wedstrijd.

In de jeugd klassen voeren de deelnemers de palkup taerigi en de yop chagi uit op speciale met foam bedekte jeugd-planken, met de laagste dichtheid die wij hebben kunnen vinden (geel gekleurd bij de meeste aanbieders). Wij handhaven hierbij een vast aantal startplanken per techniek waarbij wij zeer laag beginnen, en verhogen elke volgende ronde het aantal planken. Dit zodat jeugdleden in staat zijn meerdere rondes vol te maken, wat hen hopelijk helpt zelfvertrouwen op te bouwen bij het breken. In beide klassen wordt begonnen met één plank voor de palkup taerigi en 2 planken voor de yop chagi. Deelnemers verdienen 3 punten per gebroken plank, en 1 punt per geknikte plank. Bij een gelijkspel wordt er een volgende ronde gehouden, waarbij beide technieken opnieuw worden uitgevoerd en het aantal planken met één wordt verhoogd. Dit proces herhaalt zich totdat er een winnaar is. Indien er in een ronde door alle deelnemers geen punten meer worden gehaald is het aan de jury-president om het aantal planken en de techniek vast te stellen.

Er zijn bij het breken nog drie andere afwijkingen van de standaardregels die wij doorvoeren. Ten eerste stellen wij de deelnemers in de Damesklassen in de gelegenheid om alle 5 de wedstrijdtechnieken uit te voeren. Dit is een discussie die de laatste tijd steeds vaker wordt gevoerd, en wij zijn van mening dat dit helemaal in het tijdsbeeld van nu past. Wij zien hier een unieke kans om te kunnen laten zien dat vrouwen net zo goed kunnen breken als mannen!

De tweede afwijking is dat deelnemers bij het individuele breken gebruik mogen maken van bescherming en/of een speciaal breekkussen voor de planken. Dit om het instapniveau lager te maken en zo het aantal inschrijvingen voor het breken te verhogen. Het breekkussen wordt voorzien door de wedstrijdorganisatie.

Wat betreft bescherming van handen en voeten is het volgende materiaal toegestaan:

- Voor de handen: handbeschermers met open vingers ZONDER verzwaring (geen toegevoegde gewichtjes e.d.), bijvoorbeeld MMA handschoenen. Bokshandschoenen zijn niet toegestaan. (foto's zijn te zien in de bijlage)



- Voor de voeten: WITTE zaalsportschoenen met platte zool. GEEN buiten(sport)schoenen, GEEN verhoogde/verzwaarde schoenen zoals Nike Air Max of kisten. (foto's zijn te zien in de bijlage)
- Voor de elleboogslag (dames): Een dunne scheenbeschermer (zoals mag worden gebruikt bij het sparren) om de onderarm. (foto's zijn te zien in de bijlage)

Bij twijfel wordt de beslissing van de hoofdscheidsrechter nageleefd. Deelnemers zijn niet verplicht om gebruik te maken van bescherming.

De derde afwijking betreft het aantal startplanken. Om de wedstrijd toegankelijk te maken stellen wij de deelnemers in de gelegenheid om zelf per techniek het aantal startplanken te bepalen door dit op te geven op het inschrijfformulier. Er geldt voor het breken een minimum van één plank per techniek, ongeacht de categorie waarin een deelnemer uit komt. De reguliere witte NK-planken zullen op de wedstrijd worden gebruikt. Enkel bij een eventuele verlenging mag gebruik worden gemaakt van de dunne zwarte (halve) planken.

Het klassement wordt bepaald door het aantal behaalde punten, waarbij een gebroken plank drie punten oplevert, en een geknikte plank één punt. In het geval van een gelijkspel wordt een door de jury één techniek uitgeloot. De Coaches van de deelnemers worden dan één voor één bij de jury opgeroepen om het nieuwe aantal planken door te geven, waarbij dit keer ook mag worden gekozen voor een combinatie met een dunne zwarte (halve) plank. Het gekozen aantal planken moet ten minste gelijk zijn aan het door die deelnemer gekozen aantal planken voor de betreffende techniek tijdens de vorige ronde. Indien twee of meer deelnemers allen hetzelfde aantal punten behalen, maar één deelnemer behaalde deze punten met enkel witte planken terwijl de andere(n) gebruik maakte(n) van een dunne zwarte (halve) plank, dan wint de deelnemer die enkel witte planken gekozen had omdat zijn breektechniek moeilijker was. Zie onderstaand voorbeeld:

- In de verlenging zijn twee deelnemers over. De techniek die wordt geloot is de yop chagi. Deelnemer A kiest voor 3 witte planken. Deelnemer B kiest voor 2 witte planken en de dunne zwarte (halve) plank. Beide deelnemers breken al hun planken en behalen 9 punten. Deelnemer A wint omdat hij 3 witte planken brak en dus een moeilijkere poging had.

Team Power Breaking

De categorieën voor Team Power Breaking sluiten aan bij die van het individuele breken, met uitzondering van de jeugdclasses (er is geen teamcompetitie voor de jeugd). Een team bestaat uit minimaal 3 en maximaal 5 deelnemers. Teamleden hoeven niet allen afkomstig te zijn van dezelfde club of vereniging. Ook hier geldt dat damesteams 5 breektechnieken moeten maken. Om het nóg gemakkelijker te maken om genoeg deelnemers te vinden voor een team, is het mogelijk om een team in te schrijven met slechts 3 of 4 deelnemers. Omdat er hoe dan ook 5 technieken moeten worden gebroken, staan wij het dus toe dat één deelnemer in een team maximaal twee van de vijf technieken uitvoert. Een deelnemer in een team moet altijd ten minste één techniek uitvoeren. Het kan dus zijn dat er in de wedstrijd poule teams van 3, 4 en 5 deelnemers meedoen. Lees onder het kopje 'Schoolprijs' verderop in deze uitnodiging welke implicaties dit heeft voor de puntentelling voor de overall prijs.

In tegenstelling tot het individueel breken wordt bij het team-breken wel vastgehouden aan een vast aantal startplanken (deelnemers mogen hun eigen startaantal niet kiezen), en mag er geen bescherming worden gebruikt. Het aantal startplanken is gelijk aan die op het NK. De gedachte hierbij is dat de



deelnemers in een team zich kunnen specialiseren in één specifieke breektechniek. Een achterliggend idee is dat de teams zich zo ook beter kunnen meten aan de internationale standaard, wat hopelijk weer leidt tot meer animo voor de teamonderdelen in de nationale selectie.

Aantal startplanken per techniek

Categorie/Techniek	Ap joomuk jirugi / palkup taerigi*	Sonkal taerigi	Yopcha jirugi	Dollyo chagi	Bandae dollyo chagi
Junior Dames	1	1	2	1	1
Junior Heren	1	1	2	1	1
Senior Dames	1	1	2	1	1
Senior Heren	2	2	3	2	2

*Dames voeren de palkup taerigi uit inplaats van de ap joomuk ap jirugi

In het geval van een gelijke stand na de eerste ronde zal de jury in de verlenging een techniek loten. De jury-president zal in overleg met de matscheidsrechter naar eigen inzicht het aantal planken vaststellen. De teams mogen naar eigen inzicht een deelnemer selecteren voor de betreffende techniek, welke niet per se de deelnemer hoeft te zijn die de betreffende techniek tijdens de eerste ronde al heeft gedaan.

Procedures

De procedures zullen op deze wedstrijd volledig ITF-conform zijn. Dit om de deelnemers op een laagdrempelige manier als het ware 'op te leiden' in de regels die van toepassing zijn bij met name de onderdelen Special Techniques en Powerbreaking. Tevens biedt dit scheidsrechters de gelegenheid om de kennis van de C-cursus in praktijk te brengen.

Procedure Special Techniques

Een correcte poging ziet er als volgt uit:

- De deelnemer staat net buiten het veld klaar en wacht tot hij wordt opgeroepen door de matscheidsrechter.
- De matscheidsrechter haalt de deelnemer op en begeleidt deze naar de jurytafel.
- De matscheidsrechter laat de deelnemer eerst groeten naar de jury, en daarna naar zichzelf. Vervolgens begeleidt hij de deelnemer naar het eerste springtoestel.
- De deelnemer gaat klaarstaan in Forearm Guarding Block. Na het startsignaal van de matscheidsrechter begint de deelnemer aan zijn poging.
- Na het eerste startsignaal begint de tijd te lopen. In totaal heeft de deelnemer 5 minuten voor al de pogingen.
- Een deelnemer moet verplicht 1 keer meten voorafgaand aan zijn daadwerkelijke poging. Na het meten gaat de deelnemer klaar staan in Forearm Guarding Block.
- De deelnemer maakt een poging (schaarbeweging is verplicht bij de Nopi en de Dollyo), en eindigt in Daebi Makgi. De deelnemer mag na de sprong enkele stappen nemen om zijn balans te herwinnen, maar mag hierbij het wedstrijdveld niet verlaten en mag de grond gedurende de hele poging slechts met de voeten aanraken. Tevens is het niet toegestaan om het springtoestel vast te pakken om balans te herwinnen.
- De deelnemer ontvangt 3 punten voor een correct uitgevoerde techniek waarbij de plank volledig omslaat, en 1 punt voor een correct uitgevoerde techniek waarbij de plank half omslaat.



- Na het toekennen van de punten begeleidt de matscheidsrechter de deelnemer naar het volgende springtoestel. Dit herhaalt zich totdat de deelnemer 5 pogingen heeft gedaan.
- Na de vijfde poging stopt de tijd met lopen.
- Na de puntentoekenning bij laatste sprongtechniek wordt de deelnemer door de matscheidsrechter naar de jurytafel begeleidt. Hier groet hij eerst de matscheidsrechter af, daarna de jury.
- Tot slot verlaat de deelnemer het wedstrijdveld.

Procedure Power Breaking

Een correcte poging ziet er als volgt uit:

- De deelnemer staat net buiten het veld klaar en wacht tot hij wordt opgeroepen door de matscheidsrechter.
- De matscheidsrechter haalt de deelnemer op en begeleidt deze naar de jurytafel.
- De matscheidsrechter laat de deelnemer eerst groeten naar de jury, en daarna naar zichzelf. Vervolgens begeleidt hij de deelnemer naar het eerste breektoestel.
- De deelnemer geeft de gewenste hoogte aan waarop hij zijn techniek zal uitvoeren. Hij doet dit door de gewenste hoogte op het lichaam aan te geven. Het is hierbij niet toegestaan om de planken of het breektoestel aan te raken.
- Nadat de gewenste hoogte is ingesteld begeleidt de matscheidsrechter de deelnemer naar het volgende breektoestel, en zal dit proces worden herhaald totdat alle breektoestellen correct zijn ingesteld. Hierna begeleidt de matscheidsrechter de deelnemer weer naar het eerste toestel.
- De deelnemer gaat klaarstaan in Forearm Guarding Block. Na het startsignaal van de matscheidsrechter begint de tijd te lopen. In totaal heeft de deelnemer 5 minuten voor al zijn pogingen.
- Een deelnemer moet verplicht 1 keer meten voorafgaand aan zijn daadwerkelijke poging. Hierbij is het de deelnemer toegestaan (maar niet verplicht) om de planken één keer aan te raken. Na het meten gaat de deelnemer klaar staan in Daebi Makgi.
- De deelnemer maakt een poging en eindigt in Daebi Makgi. De deelnemer mag na de poging enkele stappen nemen om zijn balans te herwinnen, maar mag hierbij het wedstrijdveld niet verlaten en mag de grond gedurende de hele poging slechts met de voeten aanraken. Tevens is het niet toegestaan om het breektoestel vast te pakken om balans te herwinnen.
- De deelnemer ontvangt 3 punten per gebroken plank met een correct uitgevoerde techniek, en 1 punt per geknikte plank met een correct uitgevoerde techniek.
- Na de laatste breekpoging wordt de deelnemer door de matscheidsrechter naar de jurytafel begeleidt. Hier groet hij eerst de matscheidsrechter af, daarna de jury.
- Tot slot verlaat de deelnemer het wedstrijdveld.



Prijzen

Individuele prijzen

Special Techniques

Categorie/Plaats	1e	2e	3 ^e *
Jeugd meisjes	1x	1x	2x
Jeugd jongens	1x	1x	2x
Junioren Dames	1x	1x	2x
Junioren Heren	1x	1x	2x
Senioren Dames	1x	1x	2x
Senioren Heren	1x	1x	2x
Totaal	6	6	12

*Enkel bij gelijke stand worden twee prijzen voor derde plaats uitgereikt.

Power Breaking

Categorie/Plaats	1e	2e	3 ^e *
Jeugd meisjes	1x	1x	2x
Jeugd jongens	1x	1x	2x
Junioren Dames	1x	1x	2x
Junioren Heren	1x	1x	2x
Senioren Dames	1x	1x	2x
Senioren Heren	1x	1x	2x
Totaal	6	6	12

*Enkel bij gelijke stand worden twee prijzen voor derde plaats uitgereikt.

Team prijzen

Team Tul

Categorie/Plaats	1e	2e	3 ^e *
Gekleurde banders	5x	5x	10x
Danhouders	5x	5x	10x
Totaal	10	10	20

*Enkel bij gelijke stand worden dubbele prijzen voor derde plaats uitgereikt.

Team Sparring

Categorie/Plaats	1e	2e	3 ^e *
Junioren Dames A	3x	3x	6x
Junioren heren A	3x	3x	6x
Senioren Dames A	3x	3x	6x
Senioren Heren A	3x	3x	6x
Totaal	12	12	24



Team Special Techniques

Categorie/Plaats	1e	2e	3 ^e *
Junioren Dames	5x	5x	10x
Junioren Heren	5x	5x	10x
Senioren Dames	5x	5x	10x
Senioren Heren	5x	5x	10x
Totaal	20	20	40

*Enkel bij gelijke stand worden dubbele prijzen voor derde plaats uitgereikt.

Team Power Breaking

Categorie/Plaats	1e	2e	3 ^e *
Junioren Dames	5x	5x	10x
Junioren Heren	5x	5x	10x
Senioren Dames	5x	5x	10x
Senioren Heren	5x	5x	10x
Totaal	20	20	40

*Enkel bij gelijke stand worden dubbele prijzen voor derde plaats uitgereikt.

Schoolprijs

De schoolprijs wordt bepaald op basis van het aantal gewonnen gouden medailles per onderdeel, of in het geval van de overall prijs op basis van de gewonnen gouden medailles op alle onderdelen. Bij gelijkspel zal worden gekeken naar het aantal zilveren medailles. Biedt dat geen uitkomst, dan zal worden gekeken naar het aantal bronzen medailles.

Let op: Zoals eerder in dit reglement aangegeven mogen teams bij de onderdelen Team Power Breaking en team special techniques worden samengesteld met 3, 4 of 5 deelnemers. Wanneer een team met slechts 3 deelnemers op het podium belandt betekent dit dat zij slechts 3 medailles mogen bijschrijven voor dat onderdeel, terwijl een team dat met 5 deelnemers op het podium terecht komt 5 medailles mag noteren. Op deze manier willen wij teams met meer deelnemers toch enigszins belonen, en voorkomen dat scholen kansen voor de overall prijzen gaan 'spreiden' door meerdere teams van 3 deelnemers in te schrijven.



Inschrijving

De inschrijving van de teams dient plaats te vinden via het inschrijfformulier. Indien een team bestaat uit deelnemers van verschillende scholen dan dient in het inschrijfformulier per deelnemer aangegeven te worden van welke school zij afkomstig zijn (dit in verband met de verdeling van de schoolprijs). Slechts één school hoeft het team in te schrijven, dus schoolhouders dienen onderling goed af te stemmen wie het team inschrijft. Het maakt voor de verdeling van de schoolprijs niet uit welke school het team op zijn inschrijfformulier vermeldt. Bij de individuele onderdelen moet het inschrijfformulier worden gebruikt om het aantal startplanken bij het breken en de starthoogten bij het springen te noteren.



INSCHRIJFFORMULIER

Schoolnaam:

Naam Schoolhouder:

Inschrijflijst deelnemers:

Individueel Special Techniques

STARTHOOGTES IN CM*

Naam	Geslacht	Leeftijd	Graduatie	Nopi	Dollyo	Mid-air	Bandae	Yop

*Alleen invullen voor junioren en senioren, houdt rekening met de minimale starthoogtes!

Minimum Starthoogte technieken individueel Special Techniques

Categorie/Techniek	Nopi	Dollyo	Mid-air	Bandae Dollyo	Yop
Junior Dames	1m90	1m70	1m60	1m60	1m
Junior Heren	2m	1m80	1m70	1m70	1m10
Senior Dames	2m	1m80	1m70	1m70	1m10
Senior Heren	2m20	2m10	2m	2m10	1m30



Individueel Power Breaking

AANTAL STARTPLANKEN*

Naam	Geslacht	Leeftijd	Graduatie	Ap-Joomuk	Sonkal	Yop	Dollyo	Bandae

*Alleen invullen voor junioren en senioren, minimaal 1 plank per techniek.



Team Tul

NAMEN TEAM 1	Vereniging deelnemer	Graduatie
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		

NAMEN TEAM 2	Vereniging deelnemer	Graduatie
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		

NAMEN TEAM 3	Vereniging deelnemer	Graduatie
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		

NAMEN TEAM 4	Vereniging deelnemer	Graduatie
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		



TEAM SPARREN

NAMEN TEAM 1	Vereniging deelnemer	Graduatie	Leeftijd	Geslacht M/V
1.				
2.				
3.				

NAMEN TEAM 2	Vereniging deelnemer	Graduatie	Leeftijd	Geslacht M/V
1.				
2.				
3.				

NAMEN TEAM 3	Vereniging deelnemer	Graduatie	Leeftijd	Geslacht
1.				
2.				
3.				

NAMEN TEAM 4	Vereniging deelnemer	Graduatie	Leeftijd	Geslacht
1.				
2.				
3.				

NAMEN TEAM 5	Vereniging deelnemer	Graduatie	Leeftijd	Geslacht
1.				
2.				
3.				



SPECIAL TECHNIQUES

NAMEN TEAM 1	Vereniging deelnemer	Graduatie	Leeftijd	Geslacht M/V
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				

NAMEN TEAM 2	Vereniging deelnemer	Graduatie	Leeftijd	Geslacht M/V
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				

NAMEN TEAM 3	Vereniging deelnemer	Graduatie	Leeftijd	Geslacht
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				

NAMEN TEAM 4	Vereniging deelnemer	Graduatie	Leeftijd	Geslacht
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				



TEAM POWER BREAKING

NAMEN TEAM 1	Vereniging deelnemer	Graduatie	Leeftijd	Geslacht M/V
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				

NAMEN TEAM 2	Vereniging deelnemer	Graduatie	Leeftijd	Geslacht M/V
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				

NAMEN TEAM 3	Vereniging deelnemer	Graduatie	Leeftijd	Geslacht
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				

NAMEN TEAM 4	Vereniging deelnemer	Graduatie	Leeftijd	Geslacht
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				



Registratie Scheidsrechters

Naam	Scheidsrechter licentie (A,B,C,D)

Coaches

Naam



Bijlage 1 - goedgekeurd

De volgende beschermers worden **goedgekeurd** tijdens de Power Break onderdelen





Bijlage 2 - afgekeurd

De volgende beschermers worden **afgekeurd** tijdens de Power Break onderdelen

