

NEDERLANDS KAMPIOENSCHAP I.T.F. TAEKWON-DO



Zondag 9 november 2025

Tul • Sparring • Power • Special

Pre-arranged sparring

i.s.m.



TOP TEN

**Sportcomplex De Wiltsangh
Sportlaan 3, 8072 CA Nunspeet**



INTERNATIONAL TAEKWON-DO FEDERATION





Nederlands Kampioenschap I.T.F. Taekwon-Do

Organisatie	I.T.F. Nederland, i.s.m. Taekwon-Do School Martowirono
Datum	Zondag 9 november 2025
Locatie	Sportcomplex De Wiltsangh, Sportlaan 3, 8072 CA Nunspeet
Online registratie	Via Sportdata, met clubaccount (via de schoolhouder).

DEADLINES

25 oktober 2025	Sluiting inschrijving. Op 25 oktober 2025, 23.59 uur, sluit de online registratie en is het niet meer mogelijk om aanpassingen te doen. Verzoek tot aanpassingen van scheidsrechters of coaches mailen naar woc@itf-nederland.nl .
01 november 2025	Betalingsdeadline. Op 1 november 2025, 23.59 uur, dient het inschrijfgeld te zijn bijgeschreven op rekening NL58 INGB 00010180 58 t.n.v. I.T.F. Nederland, o.v.v. NK 2025 + naam sportschool. Inschrijving verplicht tot betaling. Een niet tijdige betaling leidt tot uitschrijving van al uw deelnemers.
Deelname kosten	Individueel: € 30,00 voor deelname aan 1 of 2 onderdelen; € 35,00 voor deelname aan 3 of 4 onderdelen. Team: € 20,00 per team (Pre-arranged sparring).
Entree toeschouwers	€ 2,50 tot en met 12 jaar; € 5,00 vanaf 13 jaar.

PROGRAMMA

08.30 uur	Zaal open
08.45 – 09.45 uur	Meting / weging
08.45 – 09.15 uur	Scheidsrechtermeeting
09.15 – 09.30 uur	Coachmeeting
09.45 uur	Opening + Huldiging EK / WK selectie 2025
10.00 uur	Aanvang toernooi

ALGEMEEN

Deelname	Alleen voor leden van I.T.F. Nederland. Dit geldt voor deelnemers, coaches en scheidsrechters.
Wedstrijdregels	Het NK volgt het wedstrijdreglement van I.T.F. Nederland, uitgezonderd daar waar anders gespecificeerd in deze uitnodiging.
Wedstrijdonderdelen	Tul, Sparring, Power, Special Techniques (alles individueel) en Pre-arranged sparring (team).
Leeftijdsklassen	Jeugd (t/m 11 jaar), Pre-junioren (12 t/m 14 jaar), Junioren (15 t/m 17 jaar), Senioren (18 jaar en ouder).
Leeftijdsbepaling	De leeftijd op de toernooidatum bepaalt de leeftijdsklasse.
Lengtebepaling	Marge: niet meer dan 1,0 cm. boven of onder de categorie.
Gewichtsbepaling	Marge: niet meer dan 0,5 kg. boven of onder de categorie.
Poules	Kleine poules kunnen worden samengevoegd.
Kleding	I.T.F. Dobok en band conform het wedstrijdreglement van I.T.F. Nederland (Kids Doboks worden ook geaccepteerd).

COACHES & SCHEIDSRECHTERS

Online registratie	Coaches en scheidsrechters dienen via Sportdata door de schoolhouder te worden aangemeld (via clubaccount).
Aantal coaches	De coach dient lid te zijn van I.T.F. Nederland, minimaal 16 jaar te zijn, gekleed te zijn in trainingspak en sportschoenen en een handdoek bij zich te dragen. - 2 coachkaarten bij 1 t/m 5 deelnemers; - 3 coachkaarten bij 6 t/m 10 deelnemers; - 4 coachkaarten vanaf 11 deelnemers. De coachkaarten worden op naam uitgereikt. Zonder coachkaart mag er niet worden gecoacht. Verzoek tot meer coaches mailen naar woc@itf-nederland.nl. Kosten € 10,00 per coachkaart.
Aantal scheidsrechters	De scheidsrechter dient lid te zijn van I.T.F. Nederland, in het bezit te zijn van een I.T.F. Nederland scheidsrechterlicentie en voor de hele toernooidag inzetbaar te zijn. - 1 scheidsrechter bij 1 t/m 5 deelnemers; - 2 scheidsrechters bij 6 t/m 10 deelnemers (min. 1 x C); - 3 scheidsrechters bij 11 t/m 15 deelnemers (min. 1 x B); - 4 scheidsrechters vanaf 16 deelnemers (min. 2 x B). Het leveren van extra scheidsrechters (met geldige licentie wordt zeer gewaardeerd. Per ontbrekende scheidsrechter wordt een boete van € 75,00 opgelegd. Een factuur volgt na de toernooidag.

TENSLOTTE

Protest	Indienen bij de hoofdscheidsrechter binnen 5 minuten na het ophalen van het protestformulier. Per protest bedragen de kosten EUR 50,00. Volledige restitutie bij gegrond verklaard protest.
Aansprakelijkheid	I.T.F. Taekwon-Do is een contactsport met een verhoogd risico op letsel en schade. Door deelname aan het toernooi aanvaardt iedere deelnemer dat I.T.F. Nederland geen aansprakelijkheid accepteert voor welke schade dan ook, door welke oorzaak dan ook. Iedere deelnemer dient te beschikken over de benodigde verzekeringen, waaronder een ziektekostenverzekering en een aansprakelijkheidsverzekering. Voorts voldoet iedere deelnemer aan de fysiek medische vereisten. Bij twijfel: raadpleeg de huisarts.
Privacy	De persoonsgegevens van deelnemers, coaches en scheidsrechters zijn noodzakelijk voor het kunnen organiseren van het toernooi met de toernooimanagementsoftware van Sportdata. Om een transparante ranking bij te houden, worden de gegevens online bewaard en zichtbaar op de website van Sportdata. Meer informatie hierover is te vinden op de website van Sportdata.
Foto's en video's	Tijdens het toernooi worden foto's en video's gemaakt t.b.v. verslaglegging op social media en website van de organisatie. Door te participeren in het toernooi als deelnemer, coach, scheidsrechter, official, dan wel toeschouwer, ga je hiermee akkoord. Door de organisatie worden er in totaal maximaal 5 perskaarten verstrekt. Verzoek tot het verkrijgen van een perskaart mailen naar woc@itf-nederland.nl.
Organisator	De vereniging I.T.F. Nederland is gevestigd aan de Orpheuslaan 33, 3438 VT Nieuwegein, ING rekeningnummer NL58 INGB 00010180 58, KVK 40482128.
Contact	Algemeen: secretariaat@itf-nederland.nl Inschrijvingen & poules: woc@itf-nederland.nl Wedstrijdreglement: wsc@itf-nederland.nl

In de bijlage vindt u de toelichting per wedstrijdonderdeel (poules, rondes, starthoogtes en –planken, et cetera).

**Wij wensen iedereen veel succes met de voorbereidingen.
Tot ziens op het Nederlands Kampioenschap!**

Bijlage: Toelichting categorieën per wedstrijdonderdeel

TUL

Leeftijdsklassen	Graduatieklassen	Systeem	Tuls per ronde Verplicht
Jeugd t/m 11 jaar (M/V apart)	A D01-D03	Scoringsprotocol	2
	B G03-G01	Scoringsprotocol	1
	C G07-G04	Scoringsprotocol	1
	D G10-G08	Scoringsprotocol	1
Pre-junioren 12 t/m 14 jaar (M/V apart)	A D02-D03	Scoringsprotocol	2
	A D01	Scoringsprotocol	2
	B G03-G01	Scoringsprotocol	1
	C G07-G04	Scoringsprotocol	1
	D G10-G08	Scoringsprotocol	1
Junioren 15 t/m 17 jaar (M/V apart)	A D03	Scoringsprotocol	2
	A D02	Scoringsprotocol	2
	A D01	Scoringsprotocol	2
	B G03-G01	Scoringsprotocol	1
	C G07-G04	Scoringsprotocol	1
	D G10-G08	Scoringsprotocol	1
Senioren 18+ (M/V apart)	A D04-D06	Scoringsprotocol	2
	A D03	Scoringsprotocol	2
	A D02	Scoringsprotocol	2
	A D01	Scoringsprotocol	2
	B G03-G01	Scoringsprotocol	1
	C G07-G04	Scoringsprotocol	1
	D G10-G08	Scoringsprotocol	1

Tijdens de briefing van scheidsrechters en coaches wordt het systeem van beoordelen nader besproken.

TUL

Graduatie	Laagste Tul	Hoogste Tul
G10 – Wit	Saju-Jirugi	Saju-Makgi
G09 – Wit/geel	Saju-Jirugi	Chon-Ji
G08 – Geel	Saju-Jirugi	Dan-Gun
G07 – Geel/groen	Saju-Jirugi	Do-San
G06 – Groen	Chon-Ji	Won-Hyo
G05 – Groen/blauw	Chon-Ji	Yul-Gok
G04 – Blauw	Chon-Ji	Joong-Gun
G03 – Blauw/rood	Chon-Ji	Toi-Gye
G02 – Rood	Chon-Ji	Hwa-Rang
G01 – Rood/zwart	Chon-Ji	Choong-Moo
D01	Chon-Ji	Ge-Baek
D02	Chon-Ji	Juche
D03	Chon-Ji	Choi-Yong
D04 – D06	Chon-Ji	Moon-Moo

N.B. In het geval dat twee deelnemers een ongelijke graduatie hebben, wordt bij de loting van het patroon uitgegaan van de deelnemer met de laagste graduatie.

SPARRING

Leeftijds- klassen	Graduatie- klassen	Rondes	Ronde- tijd	Verlenging / Goldenpoint	Systeem	Lengte / Gewichtsklassen	
						V	M
Jeugd t/m 11 (op lengte)	A D01-D03	1	1,5 min	1 min / Ja	Doorgaand	-130 cm	-130 cm
	B G04-G01	1	1,5 min	1 min / Ja	Doorgaand	130-140	130-140
	C G07-G05	1	1,5 min	1 min / Ja	Punt-stop	140-150	140-150
	D G10-G08	1	1,5 min	1 min / Ja	Punt-stop	150-160	150-160
						+160 cm	+160 cm
Pre-Jun. 12-14 (op gewicht)	A D01-D03	2	2,0 min	1 min / Ja	Doorgaand	-40 kg	-40 kg
	B G04-G01	1	2,0 min	1 min / Ja	Doorgaand	40-44 kg	40-45 kg
	C G07-G05	1	2,0 min	1 min / Ja	Punt-stop	44-48 kg	45-50 kg
	D G10-G08	1	2,0 min	1 min / Ja	Punt-stop	48-52 kg	50-55 kg
						52-56 kg	55-60 kg
						56-60 kg	60-65 kg
						+60 kg	+65 kg
Junioren 15-17 (op gewicht)	A D01-D03	2	2,0 min	1 min / Ja	Doorgaand	-45 kg	-50 kg
	B G04-G01	1	2,0 min	1 min / Ja	Doorgaand	45-49 kg	50-55 kg
	C G07-G05	1	2,0 min	1 min / Ja	Punt-stop	49-53 kg	55-60 kg
	D G10-G08	1	2,0 min	1 min / Ja	Punt-stop	53-57 kg	60-65 kg
						57-61 kg	65-70 kg
						61-65 kg	70-75 kg
						+65 kg	+75 kg
Senioren 18+ (op gewicht)	A D01-D06	2	2,0 min	1 min / Ja	Doorgaand	-50 kg	-57 kg
	B G04-G01	1	2,0 min	1 min / Ja	Doorgaand	50-55 kg	57-63 kg
	C G07-G05	1	2,0 min	1 min / Ja	Punt-stop	55-60 kg	63-69 kg
	D G10-G08	1	2,0 min	1 min / Ja	Punt-stop	60-65 kg	69-75 kg
						65-70 kg	75-81 kg
						70-75 kg	81-87 kg
						+75 kg	+87 kg

- Bij 2 rondes per partij geldt een rusttijd van 1 minuut.
- Scoring Punt-stop: hoekscheidsrechters geven handmatig de score aan.
- Scoring Doorgaand: door middel van elektronisch scoren (joysticks).
- Scoring Golden point: bij punt-stop handmatig en bij doorgaand elektronisch.

POWER (dames)

Leeftijds- klassen	Graduatie- klassen	Aantal planken per techniek				
		Handtechnieken		Voettechnieken		
		Palkup taerigi	Sonkal taerigi	Yopcha jirugi	Dollyo chagi	Bandae dollyo chagi
Junioren 15-17 jaar	A vanaf D01	1	1	2	1	1
	B G06-G01	1	1	2	1	1
Senioren 18+	A vanaf D01	1	1	2	1	1
	B G06-G01	1	1	2	1	1

POWER (heren)

Leeftijds- klassen	Graduatie- klassen	Aantal planken per techniek				
		Handtechnieken		Voettechnieken		
		Ap joomuk jirugi	Sonkal taerigi	Yopcha jirugi	Dollyo chagi	Bandae dollyo chagi
Junioren 15-17 jaar	A vanaf D01	1	1	2	1	1
	B G06-G01	1	1	2	1	1
Senioren 18+	A vanaf D01	2	2	3	2	2
	B G06-G01	2	2	3	2	2

PRE-ARRANGED SPARRING

Leeftijdsklassen	Graduatieklassen	Categorie	Duur	Team
Jeugd t/m 11 jaar	G04-D03	V + M gemengd	60 tot 75 sec.	2 personen
	G09-G05	V + M gemengd	60 tot 75 sec.	2 personen
Pre- & Junioren 12-17 jaar	G04-D03	V + M gemengd	60 tot 75 sec.	2 personen
	G09-G05	V + M gemengd	60 tot 75 sec.	2 personen
Senioren Vanaf 18 jaar	G04-D06	V + M gemengd	60 tot 75 sec.	2 personen
	G09-G05	V + M gemengd	60 tot 75 sec.	2 personen

SPECIAL TECHNIQUES

Leeftijds- klassen	Graduatie- klassen	Lengte- klassen	Starthoogtes per techniek (cm)									
			Nopi ap cha busigi		Twimyo dollyo chagi		Twio dolmyo yop cha jirugi		Twimyo bandae dollyo chagi		Nopi yop chagi	
			V	M	V	M	V	M	V	M	V	M
Jeugd t/m 11 jr. (op lengte)	A D01-D03	-140 cm	170	180	--	--	--	--	--	--	--	--
		140-160	180	190	--	--	--	--	--	--	--	--
		+160 cm	190	200	--	--	--	--	--	--	--	--
	B G04-G01	-140 cm	170	180	--	--	--	--	--	--	--	--
		140-160	180	190	--	--	--	--	--	--	--	--
		+160 cm	190	200	--	--	--	--	--	--	--	--
	C G10-G05	-120 cm	130	140	--	--	--	--	--	--	--	--
		120-140	150	160	--	--	--	--	--	--	--	--
		140-160	160	170	--	--	--	--	--	--	--	--
		+160 cm	170	180	--	--	--	--	--	--	--	--
Pre-jun. 12-14 jr.	A D01-D03	Alle	190	220	170	200	160	180	160	180	100	110
	B G04-G01	Alle	180	190	--	--	--	--	--	--	--	--
	C G10-G05	Alle	170	180	--	--	--	--	--	--	--	--
Junioren 15-17 jr.	A D01-D03	Alle	210	240	190	220	170	200	170	200	110	120
	B G04-G01	Alle	190	200	--	--	--	--	--	--	--	--
	C G10-G05	Alle	180	190	--	--	--	--	--	--	--	--
Senioren 18+	A D01-D06	Alle	220	250	200	230	180	210	180	210	120	130
	B G04-G01	Alle	190	210	--	--	--	--	--	--	--	--
	C G10-G05	Alle	180	200	--	--	--	--	--	--	--	--