



BATTLE ^{OF} THE LOWLANDS

24 oktober 2026

Taekwon-Do Vereniging Hwa Rangdo Dronten – Zeewolde

www.hwa-rangdo.nl

wedstrijdcoordinator@hwa-rangdo.nl



www.facebook.com/Battle-of-the-Lowlands

www.instagram.com/battleofthelowlands

*Individueel Tuls en Sparring (vanaf 10e Gup)
Jeugd / Pre-Junioren / Junioren / Senioren*

Power Breaking (vanaf 4e Gup) - Junioren / Senioren

Hoogtesprong – Jeugd / Pre-Junioren

Pre-Arranged – Jeugd + Pre-Junioren / Junioren + Senioren

Team Tuls - Jeugd + Pre-Junioren / Junioren + Senioren

Datum : Zaterdag 24-oktober-2026

Locatie : Topsportcentrum Almere
Pierre de Coubertinplein 4
1362 LB Almere

Zaal open : 07:30 uur

Weging : 07:30 – 08:45 uur

2e Weegmoment : 11:30 – 12:00 uur (enkel Junioren + Senioren)

Scheidsrechter meeting : 08:00 uur

Coach meeting : 08:30 uur

Opstellen : 08:45 uur

Aanvang : 09:00 uur

Entreegeld : t/m 13 jaar € 2,- // Vanaf 14 jaar € 5,-

Prijsuitreiking : Na afloop op podium

Tuls

Categorieën

Jeugd - Jongens / Meisjes - t/m 11 jaar
Pre-Junioren - Jongens / Meisjes - vanaf 12 jaar
Junioren - Heren / Dames - vanaf 15 jaar
Senioren - Heren / Dames - vanaf 18 jaar

A-klasse - Danhouders
B-klasse - 4e t/m 1e Gup
C-klasse - 7e t/m 5e Gup
D-Klasse - 10e t/m 8e Gup

Tul Overzicht per Graduatie

Jeugd Jongens / Meisjes : 10e – 8e Gup / 7e – 5e Gup / 4e – 1e Gup
1e Dan / 2e Dan+

Pre-junioren Jongens / Meisjes : 10e – 8e Gup / 7e – 5e Gup / 4e – 1e Gup
1e Dan / 2e Dan+

Junioren Heren / Dames : 10e – 8e Gup / 7e – 5e Gup / 4e – 1e Gup
1e Dan / 2e Dan+

Senioren Heren / Dames : 10e – 8e Gup / 7e – 5e Gup / 4e – 1e Gup
1e Dan / 2e Dan / 3e Dan / 4e Dan+

Guphouders

10e Gup: het verplichte patroon kan iedere Tul van Saju Jirugi, Saju Makgi zijn.
9e Gup: het verplichte patroon kan iedere Tul van Saju Jirugi, Saju Makgi of Chon-Ji zijn.
8e Gup: het verplichte patroon kan iedere Tul van Saju Jirugi, Saju Makgi t/m Dan-Gun zijn.
7e Gup: het verplichte patroon kan iedere Tul van Chon-Ji t/m Do-San zijn.
6e Gup: het verplichte patroon kan iedere Tul van Chon-Ji t/m Won-Hyo zijn.
5e Gup: het verplichte patroon kan iedere Tul van Chon-Ji t/m Yul-Gok zijn.
4e Gup: het verplichte patroon kan iedere Tul van Chon-Ji t/m Joong-Gun zijn.
3e Gup: het verplichte patroon kan iedere Tul van Chon-Ji t/m Toi-Gye zijn.
2e Gup: het verplichte patroon kan iedere Tul van Chon-Ji t/m Hwa-Rang zijn.
1e Gup: het verplichte patroon kan iedere Tul van Chon-Ji t/m Choong Moo zijn.

Deelnemers zullen één tegen één strijden en lopen tegelijkertijd één (1) verplichte Tul naargelang hun graduatie.

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

Danhouders

1e Dan: het verplichte patroon kan iedere Tul van Chon-Ji t/m Ge-Baek zijn.

2e Dan: het verplichte patroon kan iedere Tul van Chon-Ji t/m Juche zijn.

3e Dan: het verplichte patroon kan iedere Tul van Chon-Ji t/m Choi-Yong zijn.

4e - 6e Dan: het verplichte patroon kan iedere Tul van Chon-Ji t/m Moon-Moo zijn.

Deelnemers zullen één tegen één strijden en lopen tegelijkertijd twee (2) verplichte Tul naargelang hun graduatie. De eerste verplichte Tul zal er één zijn uit de laatste drie Tuls die de deelnemer voor zijn/haar volgende graduatie dient te beheersen. De tweede verplichte Tul is een Tul van Chon-Ji tot de hoogste Tul die de deelnemers voor zijn/haar volgende graduatie dient te beheersen.

Afhankelijk van het aantal deelnemers zullen deelnemers in meerdere voorrondes / league ingedeeld worden. Winnaars strijden in een finale poule voor de overwinning. Wedstrijden zullen op basis van "round robin" gehouden worden.

Sparring

Categorieën

Jeugd - Jongens / Meisjes - t/m 11 jaar

Pre -Junioren- Jongens / Meisjes - vanaf 12 jaar

Junioren - Heren / Dames - vanaf 15 jaar

Senioren - Heren / Dames - vanaf 18 jaar

A-klasse - Danhouders

B-klasse - 4e t/m 1e Gup

C-klasse - 7e t/m 5e Gup

D-klasse - 10e t/m 8e Gup

Jeugd jongens/meisjes : -130, -140, -150, -160, -170, +170 cm

Pre-Junioren dames : -40, -44, -48, -52, -56, -60, +60 kg

Pre-Junioren heren : -40, -45, -50, -55, -60, -65, +65 kg

Junioren dames : -45, -49, -53, -57, -61, -65, +65 kg

Junioren heren : -50, -55, -60, -65, -70, -75, +75 kg

Senioren dames : -50, -55, -60, -65, -75, +75 kg

Senioren heren : -57, -63, -69, -75, -81, -87, +87 kg

Wedstrijdduur

Jeugd 1x 1½ minuut

Pre-Junioren & Junioren 1x 2 minuut

Senioren B + C 1x 2 minuut

Junioren & Senioren A-Klasse 2x 2 minuut (1 min. pauze)

In het geval van een gelijkspel dan vindt er een extra ronde plaats van één (1) minuut. Wanneer dit ook in een gelijkspel resulteert dan zal het eerste gescoorde punt dat door ten minste twee (2) scheidsrechters op hetzelfde moment wordt gezien, beslissen wie de winnaar is.

Wedstrijdsysteem

D & C klasse: punt-stop semi-contact systeem.

A & B klasse: doorgaand semi-contact systeem.

Dangraadhouders zullen, afhankelijk van het aantal deelnemers, in meerdere voorrondes / league ingedeeld worden. Winnaars strijden in een finale poule voor de overwinning. Wedstrijden zullen op basis van "round robin" gehouden worden.

Beschermers

Verplicht voor alle deelnemers: mondbeschermer (transparant), handbeschermers (gesloten model met open binnenkant, vingers mogen niet uitsteken) en voetbeschermers (tenen mogen niet uitsteken.) Alle deelnemers dienen een hoofdbeschermer te dragen.

Alle mannelijke deelnemers dienen onder de dobok een kruisbeschermer te dragen.

Optioneel voor alle deelnemers: zachte scheenbeschermers.

Dames mogen onder de dobok een borstbeschermer en/of kruisbeschermer dragen.

Puntentelling - wedstrijdreglement

Zoals beschreven in het wedstrijdreglement van de ITF:

<https://cdn.sportdata.org/78dbb47d-268d-4aa6-8e6b-cb532051741c/>

Hoogtesprong - Twimyo Nopi Ap Cha Busigi

Jeugd / pre-junior Meisjes D + C klasse	- 140 cm starthoogte 160 cm - 160 cm starthoogte 170 cm + 160 cm starthoogte 180 cm
Jeugd / pre-junior Jongens D + C klasse	- 140 cm starthoogte 170 cm - 160 cm starthoogte 180 cm + 160 cm starthoogte 190 cm
Jeugd / pre-junior Meisjes A + B klasse	- 140 cm starthoogte 170 cm - 160 cm starthoogte 180 cm + 160 cm starthoogte 190 cm
Jeugd / pre-junior Jongens A + B klasse	- 140 cm starthoogte 170 cm - 160 cm starthoogte 180 cm + 160 cm starthoogte 190 cm

Iedere geheel bewogen / omgeklapte plank telt voor drie (3) punten en iedere half bewogen / geklachte plank telt voor één (1) punt. De prijswinnaar is de deelnemer met de hoogste score.

Bij een gelijk aantal punten, zal de plank hoger gezet worden en volgt een volgende ronde, totdat er uiteindelijk één deelnemer overgebleven is, dus enkel één (1) medaille.

Power Breaking – Gyokpa

Categorieën

Junioren - Heren / Dames - vanaf 15 jaar
Senioren - Heren / Dames - vanaf 18 jaar

A-Klasse - 1e tot 6e Dan
B-Klasse - 4e tot 1e Gup

Technieken

Deelnemers voeren 3 technieken uit.

Junioren Heren

één (1) handtechniek Ap Joomuk Jirugi of Sonkal Taerigi / 1 plank
één (1) voettechniek Dollyo Chagi of Bandae Dollyo Chagi / 1 plank
één (1) voettechniek Yopcha Jirugi / 2 planken

Junioren & Senioren Dames

één (1) handtechniek Ap Palkup Taerigi of Sonkal Taerigi / 1 plank
één (1) voettechniek Dollyo Chagi of Bandae Dollyo Chagi / 1 plank
één (1) voettechniek Yopcha Jirugi / 2 planken

Senioren Heren

één (1) handtechniek Ap Joomuk Jirugi of Sonkal Taerigi / 2 planken
één (1) voettechniek Dollyo Chagi of Bandae Dollyo Chagi / 2 planken
één (1) voettechniek Yopcha Jirugi / 3 planken

Procedure

- Deelnemers beginnen met het instellen van de breekbokken op de juiste hoogte. De tijd loopt hier nog niet.
- Bij breektechnieken is het toegestaan om te stappen, shiften, te glijden en/of te springen.
- Bij elke poging moet zowel worden begonnen als worden geëindigd met een gevechtshouding.

- De poging tot breken dient te bestaan uit het één (1) keer bepalen van de afstand en één (1) poging om de plank(en) te breken. Bij het bepalen van de afstand is het toegestaan om de plank(en) aan te raken.
- De techniek Sonkal Taerigi mag zowel binnen- als buitenwaarts uitgevoerd worden.
- Na het rode vlagsignaal van de scheidsrechter hebben deelnemers drie (3) minuten de tijd om de drie (3) onderdelen uit te voeren.
- Deelnemers die de tijd overschrijden ontvangen 0 punten.
- Scheidsrechters kunnen een poging afkeuren als:
 - - Niet de juiste balans en houding gehanteerd wordt.
 - - Niet het juiste lichaamsdeel op de juiste manier wordt gebruikt.
- Scheidsrechters moeten voorafgaand aan elke poging iedere plank inspecteren.
- Iedere gebroken plank telt als drie (3) punten en iedere gebogen plank telt voor één (1) punt.
- Deelnemers die geen punten hebben gescoord, liggen uit de competitie. Deelnemers met het hoogste aantal punten gaan door naar de volgende ronde.
- De prijswinnaar is de deelnemer met de hoogste score. Bij een gelijke stand zal de jury president één onderdeel loten om een beslissing te forceren. Hij/zij beslist hoeveel planken er gebruikt zullen worden. De gelijk geëindigde deelnemers zullen net zolang doorgaan tot een beslissing is gevallen.

Pre-Arranged – Jeugd + Pre-Junioren / Junioren + Senioren

Categorieën

- 1) Jeugd + Pre -Junioren - Jongens / Meisjes- t/m 14 jaar
- 2) Junioren + Senioren - Heren / Dames - vanaf 15 jaar
 - A-Klasse: 4e Gup t/m 6e Dan
 - B-klasse: 10e Gup t/m 5e Gup

Procedure

Ieder team bestaat uit twee (2) deelnemers die een vooraf afgesproken scenario uitvoeren wat hen toestaat op een vaardige manier een veelvoud aan technieken te tonen, zonder angst voor het oplopen van blessures. De teams voeren om beurten hun scenario uit en de scheidsrechters kennen punten toe van 0 tot 10, door middel van aftrek van punten. Regels zijn volgens het wedstrijdreglement van ITF Nederland en het internationale wedstrijdreglement. In het geval van een gelijkspel zullen de teams nogmaals hun scenario presenteren totdat er een winnaar is.

Team Tuls - Jeugd + Pre-Junioren / Junioren + Senioren

Categorieën

- 1) Jeugd + Pre -Junioren - Jongens / Meisjes- t/m 14 jaar
- 2) Junioren + Senioren - Heren / Dames - vanaf 15 jaar
 - A-Klasse: 4e Gup t/m 6e Dan
 - B-klasse: 10e Gup t/m 5e Gup

Procedure

- Regels zijn volgens het wedstrijdreglement van ITF Nederland en het internationale wedstrijdreglement.
- Teams, bestaande uit drie (3) tot vijf (5) deelnemers, moeten één (1) optioneel patroon uitvoeren, van Chon-Ji t/m Ge-Baek (afhankelijk van Gup-/ Dangraad).
- Teamleden mogen de bewegingen individueel of samen uitvoeren, naar eigen keuze, maar het moet als teamwerk worden gezien. Bijvoorbeeld: één teamlid mag de bewegingen van het patroon niet alleen uitvoeren zonder dat de andere teamleden volgen.
- Teams moeten hun entree en exit in de ring voorbereiden door zich aan de rand van de ring op te stellen, met hun gezicht naar de scheidsrechters. Het in- en uitlopen van de ring maakt GEEN deel uit van de choreografie en hiervoor worden geen punten toegekend.

Overige Informatie

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 toernooi opgedane schade/letsel ten gevolge van onzorgvuldig handelen. Mocht vanwege verwijtbaar gedrag de organisator aansprakelijk zijn, dan gaat de aansprakelijkheid niet het maximum boven de aansprakelijkheidsverzekering.

Coaches

Coaches dienen gekleed te zijn in trainingspak, zaal sportschoenen

Handdoek verplicht (bij voorkeur wit)

Minimumleeftijd: 16 jaar

Aantal coaches:

t/m 5 deelnemers : max 2 coaches

t/m 12 deelnemers : max 3 coaches

t/m 18 deelnemers : max 4 coaches

t/m 25 deelnemers : max 5 coaches

bij 26 of meer deelnemers : max 6 coaches

Hotel

Dit jaar heeft de Battle of the Lowlands een deal met Bastion Hotels kunnen sluiten. Via onderstaande link kunt u met enige korting uw overnachting boeken.

<https://www.bastionhotels.com/nl-nl/almere/taekwon-do-toernooi>



Inschrijving

De inschrijving zal verlopen via www.sportdata.org/taekwondo_itf

Contactgegevens : wedstrijdcoordinator@hwa-rangdo.nl

: +31 611 768571

Door inschrijving gaat men akkoord met alle genoemde rechten en plichten die in de uitnodiging en Battle of the Lowlands wedstrijdreglementen staan vermeld.

Scholen / Verenigingen zijn zelf verantwoordelijk voor het verstrekken voor de juiste gegevens. Indien een deelnemer overgeboekt moet worden naar een andere poule, zal hiervoor € 10,- in rekening gebracht worden. Dit bedrag zal direct overhandigd dienen te worden.

Inschrijving sluit zondag **11 oktober 2026 om 23:59 uur**

Inschrijfgeld

1 onderdeel : € 30,00 / 2 onderdelen: € 35,00 / 3 onderdelen €40,00

Team onderdeel : € 30,00

De inschrijvende school dient Woensdag 21 Oktober 2026 het volledige inschrijfgeld overgemaakt te hebben op:

* IBAN: NL59INGB0007229241 t.n.v. I.T.F. Taekwon-do school Hwa Rangdo

* BIC INGBNL2A

* o.v.v. deelname BotL + <school/verenigingsnaam>

Cash betalingen worden niet geaccepteerd / Er vindt geen restitutie plaats / Het niet tijdig ontvangen

van inschrijfgeld, heeft uitsluiting tot gevolg.

Poule-indelingen

De wedstrijdleiding behoudt te allen tijde het recht om, afhankelijk van inschrijvingen, hiervan af te wijken.

Privacy

Inschrijving geschiedt via Sportdata. Hwa Rangdo zal deze gegevens alleen gebruiken voor de organisatie van dit evenement.

Door inschrijving gaat u akkoord met ons privacy reglement, deze is te vinden op:
<https://www.hwa-rangdo.nl/privacy-reglement/>

Promotie

Tijdens ons toernooi worden er gefilmd en foto's gemaakt. Dit materiaal kan gebruikt worden voor pr-doeleinden, zoals website, facebook, social media, kranten, etc. Door middel van inschrijving gaat u en uw deelnemers hier automatisch mee akkoord.

Protest

In geval van protest dient deze binnen 5 minuten na beëindiging van de wedstrijd gedetailleerd te worden ingeleverd bij de hoofdscheidsrechter.

De kosten voor een protest zijn € 50,= en dienen direct contant te worden betaald. Indien het protest gegrond wordt verklaard, dan wordt het bedrag terugbetaald.

Scheidsrechters

Elke deelnemende school / vereniging is verplicht een aantal scheidsrechters (met een geldige licentie) te leveren. We hanteren de licentiestructuur van ITF Nederland.

1-2 deelnemers	: 0 scheidsrechter
3 t/m 5 deelnemers	: 1 scheidsrechter (D/C licentie)
6 t/m 12 deelnemers	: 2 scheidsrechters (D/C licentie)
13 t/m 18 deelnemers	: 3 scheidsrechters (D/C licentie), waarvan 1 matscheidsrechter
vanaf 18 deelnemers	: 4 scheidsrechters (D/C licentie), waarvan 1 matscheidsrechter

The Battle of the Lowlands is door de WSC dit jaar ook weer aangemerkt als aftekentoernooi voor scheidsrechters in opleiding.

Echter om de kwaliteit van het toernooi te waarborgen mag het aantal Scheidsrechters D in opleiding maximaal de helft van de te leveren scheidsrechters zijn. Wilt u er meer leveren? Neem dan contact op, dan kunnen we kijken wat mogelijk is.

Mocht u als vereniging scheidsrechters leveren, maar geen deelnemers zullen wij hiervoor €10,- per scheidsrechter in rekening brengen.

Scheidsrechters dienen de gehele dag beschikbaar te zijn. Bij het niet voldoen aan het juiste aantal scheidsrechters zal een boete á € 50,= per ontbrekende scheidsrechter in rekening worden gebracht.

Voor meer informatie :
www.hwa-rangdo.nl/battle-of-the-lowlands
www.instagram.com/battleofthelowlands

Wij hopen u graag op zaterdag 24 oktober 2026 in Almere te mogen ontvangen.

Met vriendelijke groet,
Robert Schoots – Wedstrijdcoördinator
I.T.F. Taekwon-do school Hwa Rangdo



BATTLE OF THE LOWLANDS

24 oktober 2026

