

Sisällysluettelo

1. Yleistä.....	5
1.1. Antidopingmääräykset.....	5
1.2. Kilpailukutsu.....	5
1.3. Ilmoittautuminen.....	5
1.4. Kilpailumaksu.....	5
1.5. Punnitus ja ilmoittautuminen.....	5
1.6. Sarjan vaihtaminen.....	6
2. Kilpailuluokat.....	7
3. Kilpailusäännöt.....	8
3.1. Ottelu.....	8
3.1.1. Pyykkipoikaottelu.....	8
3.1.2. Point Stop -ottelu.....	8
3.1.3. Pääkontakti.....	9
3.2. Erikoistekniikat.....	9
3.2.1. Erikoistekniikat B-, C- ja D-juniorien sarjoissa.....	9
3.2.2. Erikoistekniikat aikuisten 10 – 6 gup sarjassa.....	9
3.2.3. Tekniikat sarjoissa.....	10
3.3. Voimamurskaus.....	11
3.3.1. Tekniikat sarjoissa.....	11
3.4. Liikesarjat.....	12

1. YLEISTÄ

Nämä säännöt ovat Suomen ITF Taekwon-Do ry:n (myöhemmin SITF) kilpailusäännöt, joita noudetetaan kaikissa SITF:n kilpailuissa. Nämä säännöt ovat lisäyksenä All Europe Taekwon-Do Federation:in (AETF) kilpailusääntöihin ja näillä säännöillä muokataan kilpailusäännöt SITF:n käyttöön sopiviksi.

1.1. ANTIDOPINGMÄÄRÄYKSET

Antidopingmääräykset perustuvat SITF:n Antidopingohjelman mukaan.

1.2. KILPAILUKUTSU

Kilpailukutsun lähettämisestä vastaa kilpailun järjestäjä. Kilpailukutsu on lähetettävä viimeistään kuukautta ennen kilpailua.

1.3. ILMOITTAUTUMINEN

Kilpailuihin ilmoittautumiseen käytetään kulloinkin voimassa olevaa liiton ilmoittautumisjärjestelmää. Pääsääntöisesti viimeinen ilmoittautumispäivä sekä kilpailijoille että tuomareille on vähintään viikkoa ennen kilpailuiden alkamista.

SITF:n lisenssijärjestelmän mukaisesti kaikilla kilpailijoilla tulee olla kilpailemisen kattava lisenssi ja sen tulee olla voimassa ennen ilmoittautumisen päättymistä. Kansainvälisissä ja avoimissa kilpailuissa lisenssi vaaditaan SITF:n jäseniltä ja muiden organisaatioiden kilpailijoilla tulee olla kilpailemisen kattava vakuutus.

1.4. KILPAILUMAKSU

Kilpailumaksun suuruus määräytyy voimassa olevan SITF:n maksutaulukon mukaisesti. Peruutustapauksissa kilpailumaksu palautetaan vain lääkärintodistusta vastaan. Todistus pitää toimittaa kilpailun järjestäjälle viimeistään seitsemän (7) päivää kilpailuiden jälkeen.

1.5. PUNNITUS JA ILMOITTAUTUMINEN

Punnituksessa ja kilpailuun ilmoittautumisessa virallisena asustuksena käytetään t-paitaa ja dobokin housuja (Baji). Uskonnollisista syistä käytettävän pään peittävän hunnun (hijab) värin tulee olla valkoinen.

Jokaisen kilpailijan tulee osallistua kilpailuun ilmoittautumiseen ilmoitettujen aikarajojen puitteissa. Suositeltavaa on, että ilmoittautuminen suoritetaan seuroittain huoltajan olessa läsnä. Ilmoittautumisen yhteydessä tarkistetaan sarjat, joihin kilpailija on ilmoittautunut. Mikäli kilpailija on todistettavasti ilmoittautunut johonkin sarjaan, mutta ilmoittautumista ei löydy

ilmoittautumisjärjestelmästä, on kilpailijan edustama seura vastuullinen maksamaan muutosmaksun, mikäli kilpailija haluaa sarjaan osallistua. Mikäli kilpailija ei ilmoittaudu, hänet poistetaan sarjoista.

1.6. SARJAN VAIHTAMINEN

Viimeisen ilmoittautumispäivän jälkeisistä sarjamuutoksista veloitetaan kilpailumaksun suuruinen maksu. Ottelussa sarjan voi vaihtaa toiseen mikäli kilpailija ei punnituksessa mahdu ilmoitettuun painosarjaan. Maksu pitää maksaa punnituksen yhteydessä.

SM-kilpailuissa sarjaa ei voi vaihtaa missään lajissa viimeisen ilmoittautumispäivämäärän jälkeen. Esimerkiksi kilpailija joka ei mahdu omaan painosarjaansa, hylätään kyseessä olevasta sarjasta.

Kilpailijan poistamisen lajista voi kuitenkin tehdä ilman maksua. Kilpailijaa ei voida lisätä uutena kilpailijana lajiin.

2. KILPAILULUOKAT

Kilpailuluokat on jaettu vyöarvon ja iän mukaan seuraavan taulukon mukaisesti. Mustien vöiden Suomen mestaruuskilpailuissa (SM) avoimiin sarjoihin voivat osallistua myös punaiset vyöt Black Belt Cup -kilpailuiden (BBC) tapaan.

Kilpailuluokka	Vyöarvorajat	ikärajat
Mustat vyöt, seniorit (SM)	1. – 6.Dan	18 vuotta täyttäneet
Mustat vyöt, juniorit (SM)	1.Dan – 3.Dan	13–18-vuotiaat
Mustat vyöt, seniorit (BBC)	2 gup – 6.Dan	18 vuotta täyttäneet
Mustat vyöt, juniorit (BBC)	2 gup – 3.Dan	13–18-vuotiaat
Väriwyöt, seniorit	10 – 1 gup	18 vuotta täyttäneet
Väriwyöt, A1-juniorit	10 – 1 gup	15–18-vuotiaat
Väriwyöt, A2-juniorit	10 – 1 gup	13–15-vuotiaat
Väriwyöt, B-juniorit	10 – 1 gup	10 – 13-vuotiaat
Väriwyöt, C-juniorit	10 – 1 gup	8–10-vuotiaat
Väriwyöt, D-juniorit	10 – 1 gup	Alle 8-vuotiaat

Kilpailija voi osallistua kilpailuissa vain yhteen kilpailuluokkaan. Esimerkiksi 10-vuotias voi osallistua joko B- tai C-junioreiden sarjoihin. SM-kilpailuiden avoimet sarjat ovat kuitenkin tähän sääntöön poikkeus: Punaiset vyöt voivat osallistua sekä väriwöiden sarjoihin että mustien vöiden avoimiin sarjoihin.

3. KILPAILUSÄÄNNÖT

Liikesarjoissa, otteluissa ja näytösotteluissa käydään pronssiottelut riippumatta onko kyseessä SM-kilpailut, Black Belt Cup tai värihöiden kilpailut. Voimamurskauksessa ja erikoistekniikoissa jaetaan vain yksi pronssimitali.

3.1. OTTELU

3.1.1. Pyykkipoikaottelu

Pyykkipoikaottelua käydään D- ja C-juniorien luokissa.

Pyykkipoikaottelussa kilpailija yrittää irrottaa vastujan dobokiin kiinnitettyjä pyykkipoikia. Pyykkipojat kiinnitetään dobokiin ns. V-malliin, jossa pyykkipojat kiinnitetään olkapäiden sivuille, molempiin kylkiin ja keskivartaloon vyön yläpuolelle.

Pisteen saamiseksi vastustajan pyykkipoika on irrotettava ja se täytyy pysyä kädessä. Jos kilpailija saa kaksi pyykkipoikaa kerralla, saa hän kaksi pistettä. Vastustajasta ei saa pitää kiinni. Kilpailijalle voidaan antaa varoituksia kaatumisesta, työntämisestä, kiinnipitämisestä, repimisestä, lyömisestä, potkimisesta tai ottelualueelta poistumisesta. Kolmesta varoituksesta vastustaja saa automaattisesti yhden pisteen.

Ottelu päättyy, jos toinen kilpailijoista saa kerättyä 3 pistettä (pyykkipoikaa) ennen otteluajan päättymistä. Otteluajan päätyttyä eniten pisteitä kerännyt kilpailija voittaa ottelun. Mikäli ottelun päättyessä pistetilanne on tasan, ratkaistaan voittaja pisteestä poikki -menetelmällä. Pisteestä poikki -tilanteessa varoitukset nollataan ja kolme varoitusta ensin saanut kilpailija häviää ottelun.

Suojalasien käyttö on pakollista. Omien suojalasien käyttö on tuomariston puheenjohtajan luvalla mahdollista. Kilpailujärjestäjä on velvollinen järjestämään ottelijoiden käyttöön soveltuvat suojalasit.

3.1.2. Point Stop -ottelu

B-juniorien 10 – 6 gup ja C-juniorien 10 gup – 7 gup sarjoissa pisteottelussa käytetään ns. Point Stop -ottelumuotoa, jossa kehätuomari pysäyttää ottelun aina kun kilpailija tekee mahdollisen pistesuorituksen. Kehätuomarin komennosta “sung”, kulmatuomarit näyttävät näkemänsä pisteet. Mikäli vähintään kaksi kulmatuomaria näkee kilpailijalle pistesuorituksen, kilpailija saa kulmatuomarien näyttämät pisteet. Mikäli kulmatuomarit näyttävät eri pistemääriä, kilpailija saa vain pienemmän pistemäärän mukaiset pisteet. Ajanottoa ei pysäytetä pisteiden näyttämisen ajaksi.

2.1.3. Pääkontakti

C-junioreilla pääkontakti on kielletty kokonaan. Kolmen (3) pisteen suorituksen saa vartaloon takakautta tehdyistä potkuista. Näitä potkuja ovat esimerkiksi takapotku (dwit chagi) tai takakiertopotku (bandae dollyo chagi).

B-junioreilla pääkontaktia saa olla, mutta sen tulee olla erittäin kevyttä. Liian kovaksi pääkontaktiksi katsotaan tilanne, jossa lyönnin tai potkun vastaanottavan osapuolen pää selkeästi heilahtaa osuman voimasta.

2.2. ERIKOISTEKNIIKAT

Aikuisten sarjoissa sekä A2- ja A1-juniorien sarjoissa käytetään potkumaalina telineettä. B – D -juniorien sarjoissa potkaistaan tuomarin tai toimitsijan kädessään pitämään potkumaaliin.

3.2.1. Erikoistekniikat B-, C- ja D-juniorien sarjoissa

Kaikki ikäluokat omissa sarjoissaan.

Kilpailu käydään siten, että jokainen kilpailija yrittää potkaista etuhyppypotkulla (Twimyo Nopi Chagi) osuman potkumaaliin. Kilpailijan on pidettävä tasapaino koko suorituksen ajan. Kierrosta kohden kilpailijalla on yksi yritys. Jokaisen kierroksen jälkeen hyväksytyn osuman saaneet kilpailijat jatkavat seuraavalle kierrokselle ja potkumaalin korkeutta nostetaan, kunnes voittaja saadaan selville.

3.2.2. Erikoistekniikat aikuisten 10 – 6 gup sarjassa

Kilpailu käydään siten, että jokainen kilpailija yrittää potkaista etuhyppypotkulla (Twimyo Nopi Chagi) osuman telineeseen kiinnitettyyn levyyn, joka on pehmennetty. Kilpailijan on pidettävä tasapaino koko suorituksen ajan. Kierrosta kohden kilpailijalla on yksi yritys. Jokaisen kierroksen jälkeen hyväksytyn osuman saaneet kilpailijat jatkavat seuraavalle kierrokselle ja potkumaalin korkeutta nostetaan, kunnes voittaja saadaan selville.

3.2.3. Tekniikat sarjoissa

Sarja	Twimyo Nopi Chagi	Twimyo Dollyo Chagi	Twimyo Dolmyo Chagi	Twimyo Bandae Dollyo Chagi	Twimyo Nomo Yop Chagi
Naiset 1. – 6.Dan	x	x			x
Naiset 2 gup – 6.Dan	x	x			x
Naiset 5 – 1 gup	x	x			
Naiset 10 – 6 gup	x	x			
A-juniorit Tytöt 1. – 3.Dan	x	x			x
A-juniorit Tytöt 2 gup – 3.Dan	x	x			x
A1-juniorit Tytöt 10 – 1 gup A2-juniorit Tytöt 10 – 1 gup	x	x			
Miehet 1. – 6.Dan	x	x	x	x	x
Miehet 2 gup – 6.Dan	x	x	x	x	x
Miehet 5 – 1 gup	x	x		x	
Miehet 10 – 6 gup	x	x			
A-juniorit Pojat 1. – 3.Dan	x	x	x	x	x
A-juniorit Pojat 2 gup – 3.Dan	x	x	x	x	x
A1-juniorit Pojat 10 – 1 gup A2-juniorit Pojat 10 – 1 gup	x	x			
B-, C- ja D-juniorit	x				

3.3. VOIMAMURSKAUS

A1-juniorien ja aikuisten 8-6 gup sarjassa käytetään lautoja, joissa etummaisen laudan pinnassa on käytetty pehmeää materiaalia.

3.3.1. Tekniikat sarjoissa

Sarja	Ap joomuk jirugi	Ap palkup taerigi	Sonkal taerigi	Yop joomuk taerigi	Yop cha jirugi	Dollyo chagi	Bandae dollyo chagi
Naiset 1. – 6.Dan			X		X	X	
Naiset 2 gup – 6.Dan			X		X	X	
Naiset 5 – 1 gup			X		X	X	
Naiset 8 – 6 gup				X	X		
Tytöt 1. – 3.Dan			X		X	X	
Tytöt 2 gup – 3.Dan			X		X	X	
Tytöt 5 – 1 gup		X			X	X	
Miehet 1. – 6.Dan	X		X		X	X	X
Miehet 2 gup – 6.Dan	X		X		X	X	X
Miehet 5 – 1 gup			X		X	X	
Miehet 8 – 6 gup				X	X		
Pojat 1. – 3.Dan	X		X		X	X	X
Pojat 2 gup – 3.Dan	X		X		X	X	X
Pojat 5 – 1 gup		X			X	X	
B-, C- ja D-juniorit							

3.4. LIIKESARJAT

Liikesarjojen tuomarin arpoma liikesarja arvontaan kilpailijoiden vyöarvon mukaan kolmesta ylimästä liikesarjasta. Mikäli sarjassa on useita eri vyöarvoja, arvonta suoritetaan alemman vyöarvon mukaan. Mikäli tarvitaan uusintaliikesarja, suoritettava liikesarja on sarjasta riippumatta tuomarin arpoma.

3.5. LOUKKAANTUMINEN

Kilpailussa loukkaantuneelle kilpailijalle annetaan EA-pisteellä todistus siitä, voiko kilpailija jatkaa kilpailua. Samaan todistukseen merkitään mahdolliset teippaukset ja muut toimenpiteet, jotka sääntöjen mukaan vaativat luvan kilpailuiden EA-henkilöstöltä. Kilpailijan huoltajan on automaattisesti esitettävä todistus kehätuomariston puheenjohtajalle ennen kuin kilpailija astuu kehään.

EA-henkilöstö pitää kirjaa kaikista hoitoa vaativista toimenpiteistä.

3.5.1. Vakavampi loukkaantuminen

Mikäli kilpailija tarvitsee sairaalahoitoa, tarvittaessa ambulanssin kutsuu paikalle EA-henkilö. Mikäli ambulanssille ei ole tarvetta, mutta sairaalassa käynti on EA-henkilön ohjeiden mukaan pakollista, kilpailijan edustaman seuran huoltaja tai muu vastuullinen henkilö on velvoitettu saattajaksi sairaalaan kilpailijan mukana. EA-henkilön tulee myös ohjeistaa saattajaa.

3.5.2. Tyrmäys

Mikäli kilpailija tyrmätään, on kehän tuomariston puheenjohtajan tai hänen assistenttinsa käynnistettävä välittömästi sekuntikello, jotta saadaan mahdollisen tajuttomuuden kesto mitattua.

1. Aivotärähdysepäily

- a) Tuomari keskeyttää ottelun välittömästi. Kisaaja ei saa jatkaa samana päivänä kilpailuissa.
- b) Kilpailija ohjataan käymään terveydenhuollossa lääkärin arviossa tilanteesta riippuen joko kiireettömänä tai kiireellisenä (24 h aikana kuitenkin). Tarvittaessa apua kiireellisyyden arvioon kysytään kilpailujen ensiapuhenkilöltä.
- c) Ohjeistus liikuntakiellosta ja kontaktiurheilukiellosta tulee terveydenhuollon lääkäriltä.

- d) Lajin harjoitteluun paluu suositellaan tekemään 6-portaisen ohjeen mukaan asteittain: Aivotärähdyksen potilasohje [5.5.3]

2. Tajuttomuus

- a) tarvittaessa soitto 112 ja sairaalaan ambulanssilla
- b) Ohjeistus liikuntakiellosta, kontaktiurheilukiellosta sekä jatkotutkimuksista sairaalan ohjeiden mukaan.
- c) Lajin harjoitteluun paluu suositellaan tekemään 6-portaisen ohjeen mukaan asteittain: Aivotärähdyksen potilasohje [5.5.3]

3. Toistuvat tyrmäykset

- a) Mikäli kilpailija tyrmätään 12 kuukauden aikana useammin kuin kerran on neurologin arvio tarpeen.
- b) Aivotärähdyksen tai tajuttomuuden sattuessa toimitaan edellä kuvattujen ohjeiden mukaan.
- c) Kilpailija hakeutuu urheiluvakuutuksen turvin arvioon neurologin vastaanotolle
- d) Ohjeet kontaktiurheilukiellosta, jatkotutkimuksista ja -seurannasta neurologin arvion mukaan.

Tyrmäyksen tai aivotärähdyksen kohdannut kilpailija ohjataan lääkärin tutkimuksiin ja kilpailija asetetaan väliaikaiseen kilpailukieltoon. Tyrmätty kilpailija ei voi jatkaa kilpailua (missään lajissa).

Harjoitustauon ja kilpailukiellon pituus määräytyy aivotärähdyksen/-vamman jälkeen lääkärin ohjeiden mukaan. Mikäli terveydenhuollosta on suositeltu toipumisaika sekä harjoittelua että kilpailua ajatellen, on urheilijan noudatettava niitä. Mikäli terveydenhuollosta ei ole otettu kantaa erikseen kilpailutauon keston, on harjoittelutaukoon lisättävä SITF:n määräämä yhden kuukauden mittainen valmistautumisjakso ennen ensimmäiseen kilpailuun osallistumista. Kilpailijan on toimitettava SITF:n kilpailuvastaavalle lääkärintodistus, jossa todetaan kilpailijan olevan kilpailukelpoinen.

3.5.3. Aivotärähdyksen potilasohje

www.taekwon-do.fi/kilpailutoiminta/kilpailusaannot/