

CHAMPIONNAT REGIONAL

POOMSAE

Poomsae | Freestyle

HAUTS-DE-FRANCE

Samedi 05 Avril 2025

**Complexe Sportif
AUGUSTE DE FAUCOMPRET
4 Rue Parmentier
59800 Lille-Fives**

ORGANISATION

Contact et Information

Ligue Hauts de France de Taekwondo et Disciplines Associées
Maison des Sports, 367 Rue Jules Guesde 59650 Villeneuve d'Ascq
Tél : +33 7 49 90 01 81
Email : ligue.taekwondo.hdf@gmail.com
<https://www.facebook.com/LHdFTDA>
www.ligue-hdf-tda.fr



Président Hélène NGUYEN
Responsable sportif Ngoc-Long NGUYEN
Compétition Rachid EL BOUAZAOU

Lieu Complexe Sportif
AUGUSTE DE FAUCOMPRET
4 Rue Parmentier
59800 Lille-Fives

PLANNING PREVISIONNEL

Le planning pourrait être réajusté ou modifié pour le bon déroulement de la compétition

Samedi 05 Avril 2025 Complexe Sportif
AUGUSTE DE FAUCOMPRET
4 Rue Parmentier
59800 Lille-Fives

08 : 30 Ouverture des portes
09 : 00 Réunion des juges
09 : 30 Briefing des chefs d'équipes
10 : 00 Début de la compétition
12 : 00 Repas
16 : 00 Fin de compétition

REGLEMENTATION DE LA COMPETITION

Généralité

Poomsae reconnu

Compétitions individuelles par paires et par équipes, d'une durée maximale de 90 secondes.

Freestyle

Compétitions individuelles, par paires et par équipes mixtes de 90 à 100 secondes.

Le temps de pause entre deux prestations est de 30 secondes au minimum.

Accès aux aires de compétition

Uniquement pour 1 coach + 1 athlète ou paire ou équipe
Les athlètes ne pourront pas faire office de coach
Les coaches se présenteront en survêtement et chaussures de sport.

Contestation

Seul le coach officiel est autorisé à déposer une réclamation dans les 10 minutes qui suivent la prestation concernée auprès du directeur de l'arbitrage. Un montant de 200 € devra être payé pour chaque protestation. La décision du président des arbitres est définitive.

Méthode de compétition

Poomsae reconnu

Cut-off système pour toutes les catégories

- 1^{er} Round (préliminaire : à partir de 20 ou plus)
- 2^{ème} Round (demi-finale : de 9 à 19)
- 3^{ème} Round (finale : de 1 à 8)

Freestyle

Cut-off système pour toutes les catégories Freestyle (un seul tour final).

*Les casses de planches sont réservés aux équipes mixtes dans les trois compétences techniques :

- Dimension des planches de casse (longueur 300 mm, largeur 220 mm, épaisseur 9 mm maximum 9 planches par équipe).

- Les planches doivent être apportées par le participant à l'événement selon les dimensions demandées.

Music freestyle

Les athlètes doivent apporter leur musique (musique sans paroles) en format MP3 sur clé USB dans une enveloppe. Le format Apple audio n'est pas autorisé.

La musique doit être choisie par le concurrent ; cependant, tout contenu politique, social ou religieux ou tout contenu susceptible de nuire, de discriminer ou d'offenser les autres est interdit,

*Sur la clé USB, chaque fichier doit contenir les informations suivantes :

- Nom du club, Nom de la catégorie, Nom de l'athlète(s)

POOMSAE OBLIGATOIRE

Tirage au sort

Le tirage au sort des Poomsae se fera un (1) jour avant le jour de la compétition. Les Poomsae désignés seront publiés sur les réseaux de la ligue.

Individuel M/F :

Cadets	Taegeuk 4, 5, 6, 7, 8 Jang, Koryo, Keumgang, Taebaek
Juniors	Taegeuk 5, 6, 7, 8 Jang, Koryo, Keumgang, Taebaek, Pyonwon
U30	Taegeuk 7, 8 Jang, Koryo (P9), Keumgang, Taebaek, Pyonwon, Sipjin, Jitae
U40	
U50	Taegeuk 8 Jang, Koryo, Keumgang, Taebaek, Pyonwon, Sipjin, Jitae, Chonkwon
U60	Koryo, Keumgang, Taebaek, Pyonwon, Sipjin, Jitae, Chonkwon, Hansu
U65	
065	

Paire & Equipe (M/F)* :

Cadets	Taegeuk 4, 5, 6, 7, 8 Jang, Koryo, Keumgang, Taebaek
Juniors	Taegeuk 5, 6, 7, 8 Jang, Koryo, Keumgang, Taebaek, Pyonwon
U30	Taegeuk 7, 8 Jang, Koryo, Keumgang, Taebaek, Pyonwon, Sipjin, Jitae
U50	Taegeuk 8 Jang, Koryo, Keumgang, Taebaek, Pyonwon, Sipjin, Jitae, Chonkwon
U60	Koryo, Keumgang, Taebaek, Pyonwon, Sipjin, Jitae, Chokwon, Hansu
O60	

*Les « équipes masculines », les « équipes féminines » ou « paires » peuvent être composées d'athlètes licenciés dans des clubs issus de différentes ligues (cf. : dispositions particulières art. 3.1.1.3. Régl. Compétition F.F.T.D.A.).

Poomsae obligatoire

2 taegeuk/poomsae par round

L'organisation est autorisée à réduire ce montant pour des raisons organisationnelles.

CATEGORIES D'AGE

Catégories d'âges

Individuel Poomsae reconnu

Cadet: 12-14 ans (2013-2011)
Junior 15-17 ans (2010-2008)
U30: 18-30 ans (2007-1995)
U40: 31-40 ans (1994-1985)
U50: 41-50 ans (1984-1973)
U60: 51-60 (1974-1965)
U65 : 61-65 (1964-1958)
O65: 66 et + (... -1959)

Paire & Equipe

Cadet: 12-14 ans (2013-2011)
Junior: 15-17 ans (2010-2008)
U30 : 18-30 ans (2007-1995)
U50 : 31-50 ans (1994-1973)
U60: 51-60 ans (1974-1965)
O60: 61 et + (... -1964)

Catégories d'âges

Individuel Freestyle (FS)

U17: 12-17 ans (2013-2011)
O17: 18 ans et + (... -2007)

FS Paire & Equipe mixte

U17: 12-17 ans (2013-2011)
O17: 18 ans et + (... -2007)

La catégorie d'âge est basée sur l'année de naissance. Par exemple : si l'athlète aura 18 ans en 2025, mais que le jour de la compétition il a encore 17 ans, il doit concourir dans la catégorie 18-30 ans (U30).

Grades

Ceinture rouge 3^{ème} Keup et plus

Tenue

Tous les compétiteurs doivent porter des uniformes de compétition de Poomsae approuvés par la WT, conformément à l'article 4.2 du règlement de compétition de Poomsae de la WT. Pour plus d'informations, voir le site Internet de la WT.

1. Division Cadet (12-14 ans) : haut blanc avec col rouge et noir et pantalon bleu pour les hommes ; même haut, mais avec un pantalon rouge, pour les femmes.
2. Division junior et senior (15-50 ans) : haut blanc avec pantalon bleu foncé pour les hommes ; haut blanc avec pantalon bleu clair pour les femmes.
3. Division Master (51 ans et plus) : haut jaune et pantalon bleu foncé pour les hommes et les femmes.

Catégories

Les concurrents peuvent concourir dans deux (2) catégories au maximum (Poomsae reconnu max. 2 ou Poomsae libre max. 2 ou une de chaque catégorie) à moins qu'ils ne soient limités par leur sexe ou leur âge.

INSCRIPTION

Inscription sur le site

<https://www.martial.events/fr/events>

Aucune inscription ne sera prise en compte après la date limite



Date limite

Samedi 29 Mars 2025 avant minuit

Inscription

L'inscription est obligatoire pour toutes les équipes.
Les inscriptions sur place ne seront pas acceptées.
Les personnes qui ne se présentent pas à l'inscription ne seront pas incluses dans les listes de compétition et les tirages au sort.

Tarifs

Poomsae et Freestyle	Public
Individuel €20	€8 par personne
Paire €40	€5 sur présentation du passeport à jour
Equipe €60	Gratuit pour les -10 ans

Coach €10 (1 coach pour 4 combattants)

Poomsae /Freestyle

Les athlètes participant à deux (2) catégories maximum, paient pour 2 catégories.

Il n'y aura aucun remboursement en cas de désistement d'un ou des concurrents inscrits

Remise des récompenses

1^{ère} place : Médaille d'Or
2^{ème} place : Médaille d'Argent
3^{ème} et 4^{ème} place : Médaille de Bronze