



# Kilpailusäännöt

*Suomen ITF Taekwon-Do ry*

### **Kilpailusäännöt**

International Taekwon-Do Federation

Suomen ITF Taekwon-Do ry

Suomen Antidopingtoimikunta

### **Kilpailujen järjestäjä**

Suomen ITF Taekwon-Do ry

Suomen ITF Taekwon-Do ry:n kilpa- ja huippu-urheiluvaliokunta

Suomen ITF Taekwon-Do ry:n jäsenseura

<b>1. YLEISTÄ</b>	<b>5</b>
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
1.7. TUOMARIT	6
<b>2. KILPAILULUOKAT</b>	<b>7</b>
<b>3. KILPAILULAJIT JA -SARJAT</b>	<b>8</b>
3.1. SM-KILPAILUT	8
3.2. BLACK BELT CUP	11
3.2.1. Black Belt Cup sarjat	11
3.2.2. BLACK BELT CUPIN PISTEET	11
3.3. VÄRIVYÖT	12
3.3.1. Liikesarjat	12
3.3.2. Ottelu	13
3.3.3. Näytösottelu	14
3.3.4. Erikoistekniikat	14
3.3.5. Voimamurskaus	15
3.4. MUSTIEN VÖIDEN DIESEL- JA DIESEL+ -SARJAT	15
<b>4. KILPAILUMUODOT</b>	<b>16</b>
4.1. LIIKESARJAT	16
4.2. OTTELU	17
4.3. NÄYTÖSOTTELU	17
<b>5. KILPAILUSÄÄNNÖT</b>	<b>18</b>
5.1. OTTELU	18
5.1.1. Suojat	18
5.1.2. Pyykkipoikaottelu	18
5.1.3. Point Fight -ottelu	19
5.1.4. Pääkontakti	19
5.2. ERIKOISTEKNIIKAT	20
5.2.1. Erikoistekniikat B-, C- ja D-juniorien sarjoissa	20
5.2.2. Erikoistekniikat aikuisten 10 – 6 gup sarjassa	20

5.2.3. Tekniikat sarjoissa	21
5.3. VOIMAMURSKAUS	22
5.3.1. Tekniikat sarjoissa	22
5.4. LIIKESARJAT	23
5.5. LOUKKAANTUMINEN	23
5.5.1. Vakavampi loukkaantuminen	23
5.5.2. Tyrmäys	24
5.5.3. Aivotärähdyksen potilasohje	25
<b>6. KILPAILUJÄRJESTELMÄT</b>	<b>26</b>
6.1. LIIGAJÄRJESTELMÄ	26
6.2. PYRAMIDIJÄRJESTELMÄ	26
6.3. LISTAJÄRJESTELMÄ	27
<b>7. PROTESTI</b>	<b>27</b>
<b>8. TOISESSA LAJISSA SAAVUTETTU MUSTA VYÖ</b>	<b>27</b>
<b>LIITTEET</b>	<b>28</b>
LIITE 1 Proseduurit	28
Erikoistekniikat	28
LIITE 2 Varustukseen ja teippauksiin liittyviä tarkennuksia	29

## 1. YLEISTÄ

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

### 1.1. ANTIDOPINGMÄÄRÄYKSET

Antidopingmääräykset perustuvat SITF:n Antidopingohjelman mukaisesti.

### 1.2. KILPAILUKUTSU

Kilpailukutsun lähettämisestä vastaa kilpailun järjestäjä. Kilpailukutsu on lähetettävä viimeistään kuukautta ennen kilpailua. SM-kilpailun liikesarjojen kilpailumuodosta (tekevätkö kilpailijat liikesarjan yhtä aikaa vai erikseen) päättää kilpailu- ja tuomarivaliokunta ennen SM-kilpailun kutsun lähettämistä ja kilpailumuodosta ilmoitetaan kilpailukutsussa.

### 1.3. ILMOITTAUTUMINEN

Kilpailuihin ilmoittautumiseen käytetään kulloinkin voimassa olevaa liiton ilmoittautumisjärjestelmää. Pääsääntöisesti viimeinen ilmoittautumispäivä sekä kilpailijoille että tuomareille on vähintään viikkoa ennen kilpailun 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 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 ollessa 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 laskutetaan kilpailijan edustamalta seuralta. 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.

## 1.7.TUOMARIT

Seura vastaa tuomareiden ilmoittamisesta kilpailuun. Jokaisen kilpailuun osallistuvan seuran tulee lähettää kilpailuihin tuomareita vähintään seuraavan taulukon mukaisesti:

Kilpailijoita	Tuomareita
1-4	0
5-9	1
10-15	2
16-24	3
25 tai enemmän	4

Black Belt Cup -kilpailuihin osallistuvien ulkomaisten seurojen/organisaatioiden ei tarvitse lähettää tuomaria, mikäli joukkueessa on kilpailijoita vähemmän kuin 10.

## 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. Ikäraja määräytyy kilpailijan syntymäpäivän ja ensimmäisen kilpailupäivän mukaan.

Kilpailuluokka	Vyöarvorajat	Ikärajat
SM-kilpailut, Yleinen	1. – 6.Dan	18 vuotta täyttäneet
SM-kilpailut, Nuoret	1. – 3.Dan	13–17-vuotiaat
Black Belt Cup, Yleinen	2 gup – 6.Dan	18 vuotta täyttäneet
Black Belt Cup, Nuoret	2 gup – 3.Dan	13–17-vuotiaat
Mustat vyöt, Diesel+	1. – 6.Dan	46 vuotta täyttäneet
Mustat vyöt, Diesel	1. – 6.Dan	36–45-vuotiaat
Värikyöt, Diesel+	10 gup – 1 gup	46 vuotta täyttäneet
Värikyöt, Diesel	10 gup – 1 gup	36–45-vuotiaat
Värikyöt, Yleinen	10 gup – 1 gup	18 vuotta täyttäneet
Värikyöt, A-juniorit	10 gup – 1 gup	14–17-vuotiaat
Värikyöt, B-juniorit	10 gup – 1 gup	11–13-vuotiaat
Värikyöt, C-juniorit	10 gup – 1 gup	8–10-vuotiaat
Värikyöt, D-juniorit	10 gup – 1 gup	Alle 8-vuotiaat
Joukkuekilpailu, mustat vyöt	2 gup – 6.Dan	15 vuotta täyttäneet
Joukkuekilpailu, värikyöt	8 gup – 1 gup	15 vuotta täyttäneet
Joukkuekilpailu, juniorit	8 gup – 1 gup	Alle 15-vuotiaat

Mustien vöiden ja värikyöiden sarjoissa 36 vuotta täyttäneet voivat osallistua joko yleiseen sarjaan tai Diesel-sarjaan aivan kuten Black Belt Cupissa punaiset vyöt voivat osallistua joko värikyöiden sarjoihin tai Black Belt Cupiin. Valinnan siitä kumman luokan sarjaan osallistuu, voi tehdä lajikohtaisesti.

### 3.KILPAILULAJIT JA -SARJAT

Kilpailusarjojen yhdistäminen on mahdollista kaikissa luokissa, mikäli sarjassa on vähemmän kuin neljä kilpailijaa. Mikäli sarjoja yhdistetään vyöarvojen mukaan, kilpaillaan kyseessä oleva sarja alempien vöiden sääntöjen mukaan.

Otteluissa kilpailijan on kilpailtava painonsa mukaisessa sarjassa. Kilpailijan on siis painettava enemmän kuin alempi painosarja (pl. alin painosarja) ja ylimmässä sarjassa vähintään painoluokan raja.

#### 3.1.SM-KILPAILUT

SM-kilpailun sarjat:

Laji	Naiset	Miehet	Tytöt	Pojat
Liikesarjat	1.Dan 2.Dan 3.Dan 4.-6.Dan	1.Dan 2.Dan 3.Dan 4.-6.Dan	1.Dan 2.Dan 3.Dan	1.Dan 2.Dan 3.Dan
Ottelu	alle 53 kg 53-58 kg 58-63 kg yli 63 kg	alle 65 kg 65-75 kg 75-85 kg yli 85 kg	alle 45 kg 45-50 kg 50-55 kg 55-60 kg 60-65 kg yli 65 kg	alle 50 kg 50-56 kg 56-62 kg 62-68 kg 68-75 kg yli 75 kg
Erikoistekniikat	1. – 6.Dan	1. – 6.Dan	1. – 3.Dan	1. – 3.Dan
Voimamurkaus	1. – 6.Dan	1. – 6.Dan	1. – 3.Dan	1. – 3.Dan
Näytösottelu	1. – 6.Dan		1. – 3.Dan	



Laji	Luokka	Kategoriat	Sarjat
Liikesarjat	naiset miehet		1.Dan 2.Dan 3.Dan 4.-6.Dan
	tytöt pojat		1.Dan 2.Dan 3.Dan
Ottelu	naiset	1. – 6.Dan	alle 58 kg 58-65 kg 65-72 kg yli 72 kg
	miehet	1. – 6.Dan	alle 65 kg 65-75 kg 75-85 kg yli 85 kg
	tytöt	1. – 3.Dan	alle 45 kg 45-50 kg 50-55 kg 55-60 kg 60-65 kg yli 65 kg
	pojat	1. – 3.Dan	alle 50 kg 50-56 kg 56-62 kg 62-68 kg 68-75 kg yli 75 kg
Erikoistekniikat	naiset miehet	1. – 6.Dan	
	tytöt pojat	1. – 3.Dan	
Voimamurkaus	naiset	1. – 6.Dan	

Laji	Luokka	Kategoriat	Sarjat
	miehet		
	tytöt pojat	1. – 3.Dan	
Näytösottelu	naiset miehet	1. – 6.Dan	
	tytöt pojat	1. – 3.Dan	

Edellisten lisäksi kilpaillaan sekä avoimessa ottelusarjassa että avoimessa liikesarjakilpailuissa. Avoimissa sarjoissa naiset ja miehet kilpailevat omissa sarjoissaan. Avoimilla sarjoilla ei ole SM-arvoa. Näytösottelussa joukkue voi olla sekajoukkue, sillä siinä ei ole erikseen naisten ja miesten sarjoja.

### 3.2. BLACK BELT CUP

Jokaisen Black Belt Cup -osakilpailun pisteet lasketaan yhteen ja voittajaksi selviytyvät eniten pisteitä keränneet kilpailijat jokaisessa lajissa. Lisäksi lasketaan kaikkien lajien pisteet yhteen parhaan kilpailijan selvittämiseksi naisten ja miesten sekä tyttöjen ja poikien sarjoissa. Black Belt Cup -kilpailu kestää kalenterivuoden.

Black Belt Cupin lajit ovat liikesarjat, ottelu, erikoistekniikat ja voimamurskaus. Vyöarvorajat ovat miehillä ja naisilla 2 gup – 6.Dan ja vastaavasti tytöillä ja pojilla 2 gup – 3.Dan. Kaikissa lajeissa kilpaillaan ns. avoimissa sarjoissa, pois lukien ottelu. Ottelussa kilpailijat jaetaan kahteen painosarjaan.

Mikäli juniori-ikäinen kilpailija täyttää 18 vuotta kilpailukauden aikana, kilpailee hän kuitenkin Black Belt Cupissa juniorien sarjoissa ja kokonaiskilpailussa. Mikäli juniorien ja aikuisten sarjat yhdistetään kilpailijoiden vähyyden vuoksi, pisteet siirtyvät sellaisenaan kilpailijan kokonaispistesaldoon omassa BBC-kokonaiskilpailussa.

#### 3.2.1. Black Belt Cup sarjat

Laji	Naiset	Miehet	Tytöt	Pojat
Liikesarjat	2 gup – 6.Dan	2 gup – 6.Dan	2 gup – 3.Dan	2 gup – 3.Dan
Ottelu	alle 62 kg yli 62 kg	alle 75 kg yli 75 kg	alle 55 kg yli 55 kg	alle 62 kg yli 62 kg
Erikoistekniikat	2 gup – 6.Dan	2 gup – 6.Dan	2 gup – 3.Dan	2 gup – 3.Dan
Voimamurskaus	2 gup – 6.Dan	2 gup – 6.Dan	2 gup – 3.Dan	2 gup – 3.Dan

#### 3.2.2. BLACK BELT CUPIN PISTEET

Black Belt Cup-pisteitä jaetaan kaikista kilpailulajeista sijoitusten mukaan. Alle neljän kilpailijan sarjoissa pisteet puolitetaan. Sarjoissa, joissa on vain yksi kilpailija, ei jaeta pisteitä.

1.sija	2.sija	3.sija
4 pistettä	2 pistettä	1 piste

### 3.3.VÄRIVYÖT

Väriyöiden kilpailuluokat jaetaan ikäryhmittäin aikuisissa Diesel+, Diesel ja yleiseen sarjaan sekä lasten luokissa A-, B-, C-, ja D-junioreiden sarjoihin.

#### 3.3.1. Liikesarjat

Kilpailuluokka	Naiset / Tytöt	Miehet / Pojat
Diesel+ Diesel Yleinen	10 – 6 gup 5 – 1 gup	10 – 6 gup 5 – 1 gup
A-juniorit	10 – 6 gup 5 – 1 gup	10 – 6 gup 5 – 1 gup
B-juniorit C-juniorit	10 – 9 gup 8 – 7 gup 6 – 5 gup 4 – 1 gup	
D-juniorit	10 – 7 gup 6 – 1 gup	

### 3.3.2. Ottelu

Kilpailuluokka	Luokka	Kategoriat	Sarjat
Diesel+ Diesel	naiset miehet	10 – 6 gup 5 – 1 gup	kaksi painosarjaa
Yleinen	naiset	10 – 6 gup 5 – 1 gup	-60 kg 60 - 70 kg +70 kg
	miehet	10 – 6 gup 5 – 1 gup	-70 kg -85 kg +85 kg
A-juniorit	tytöt pojat	5 – 1 gup 10 – 6 gup	-150 cm 151 - 160 cm 161 - 170 cm 170+ cm
B-juniorit	tytöt pojat	5 – 1 gup 10 – 6 gup	-140 cm 141 -150 cm 151 - 160 cm 160+ cm
B-juniorit, pyykkipoikaottelu	tytöt pojat	10 – 9 gup	-140 cm 141 -150 cm 151 - 160 cm 160+ cm
C-juniorit, pisteottelu	tytöt pojat	10 – 7 gup 6 – 1 gup	-130 cm 131 - 140 cm 141 - 150 cm 150+ cm
C-juniorit, pyykkipoikaottelu	tytöt ja pojat	10 – 7 gup	-130 cm 131 - 140 cm 141 - 150 cm 150+ cm
D-juniorit, pyykkipoikaottelu	tytöt ja pojat	10 – 1 gup	-125 cm 125+ cm

### 3.3.3. Näytösottelu

Kilpailuluokka	Luokka	Sarjat
Diesel+ Diesel Yleinen A-juniorit	naiset ja/tai miehet tytöt ja/tai pojat	5 – 1 gup

### 3.3.4. Erikoistekniikat

Kilpailuluokka	Luokka	Kategoriat	Sarjat
Diesel+ Diesel Yleinen	naiset miehet	10 – 6 gup 5 – 1 gup	
A-juniorit	tytöt pojat	10 – 6 gup 5 – 1 gup	
B-juniorit	tytöt ja pojat	10 – 1 gup	-140 cm -150 cm -160 cm +160 cm
C-juniorit	tytöt ja pojat	10 – 1 gup	-130 cm -140 cm -150 cm +150 cm
D-juniorit	tytöt ja pojat	10 – 1 gup	-125 cm +125 cm

### 3.3.5. Voimamurskaus

Kilpailuluokka	Luokka	Kategoriat
Diesel+ Diesel Yleinen	naiset miehet	10 – 6 gup 5 – 1 gup
A-juniorit	tytöt pojat	5 – 1 gup

### 3.4. MUSTIEN VÖIDEN DIESEL- JA DIESEL+ -SARJAT

Laji	Naiset	Miehet
Liikesarjat	1. – 6.Dan	1. – 6.Dan
Ottelu	jaetaan kahteen painosarjaan	jaetaan kahteen painosarjaan
Erikoistekniikat	1. – 6.Dan	1. – 6.Dan
Voimamurskaus	1. – 6.Dan	1. – 6.Dan
Näytösottelu	1. – 6.Dan	

## 4.KILPAILUMUODOT

### 4.1.LIIKESARJAT

SM-kilpailun liikesarjojen kilpailumuodosta (tekevätkö kilpailijat liikesarjan yhtä aikaa vai erikseen) päättää kilpailu- ja tuomarivaliokunta ennen SM-kilpailun kutsun lähettämistä ja kilpailumuodosta ilmoitetaan kilpailukutsussa. Kaikissa muissa kilpailuissa kilpailijat suorittavat liikesarjat yhtäaikaan.

Kilpailuluokka	Arvottu	Kilpailumuoto	Tul	Huomautus
SM-kilpailut	Arvottu	Liiga	2	
SM-avoimet	Arvottu	Liiga	1	finaali: 2 liikesarjaa
Black Belt Cup	Arvottu	Liiga	2	
Mustat vyöt, Diesel+ Mustat vyöt, Diesel  5 gup – 1 gup: Värikyöt, Diesel+ Värikyöt, Diesel Värikyöt, Yleinen Värikyöt, A-juniorit	Arvottu	Kilpailijoita ≤ 4, liiga  Kilpailijoita > 4, pyramidi	1	Suora finaali: 2 liikesarjaa
10 gup – 6 gup: Värikyöt, Diesel+ Värikyöt, Diesel Värikyöt, Yleinen Värikyöt, A-juniorit	Omaavalinta	Kilpailijoita ≤ 4, liiga  Kilpailijoita > 4, pyramidi	1	Sarjassa mahdollista valita myös: SAJU JIRUGI SAJU MAKGI
Värikyöt, B-juniorit Värikyöt, C-juniorit Värikyöt, D-juniorit	Omaavalinta		1	Alimmassa sarjassa valittavana lisäksi: SAJU JIRUGI SAJU MAKGI
Joukkuekilpailut	Omaavalinta + arvottu		2	CHON-JI – GE-BAEK, vyöarvon mukaan



## 4.2.OTTELU

Kilpailuluokka	Kilpailumuoto	Erät	Huomautus
SM-kilpailut Black Belt Cup	Liiga	2 x 2 min	
SM-avoimet	Liiga	1 x 2 min	finaali 2 x 2 min
Mustat vyöt, Diesel+ Mustat vyöt, Diesel Värikyöt, Diesel+ Värikyöt, Diesel Värikyöt, Yleinen Värikyöt, A-juniorit	Kilpailijoita sarjassa ≤ 4, liiga  Kilpailijoita sarjassa > 4, pyramidi	1 x 2 min	Suora finaali 2 x 2 min
Värikyöt, B-juniorit Värikyöt, C-juniorit Värikyöt, D-juniorit	Kilpailijoita sarjassa ≤ 4, liiga  Kilpailijoita sarjassa > 4, pyramidi	1 x 1.5 min	B-jun pisteottelu: Normaali C-jun pisteottelu: POINT FIGHT
Joukkuekilpailut	Liiga	1 x 2 min	Yhdessä joukkueiden kohtaamisessa käydään kolme ottelua

## 4.3.NÄYTÖSOTTELU

Näytösottelun kaikissa luokissa käytetään pyramidijärjestelmää.

## 5.KILPAILUSÄÄNNÖT

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

Joukkueissa on 3+1 kilpailijaa. Kilpailusarjoihin voi samasta seurasta osallistua useampi joukkue kilpailusarjaa kohden. Joukkueiden kokopano voi vaihdella eri lajeissa, mutta sama henkilö ei voi kilpailla kahdessa eri joukkueessa samassa lajissa.

Black Belt Cupin ja SM-kilpailun avoimessa otteluissa ja avoimessa liikesarjoissa ei voi luovuttaa ottelua ilman, että luopuu koko sarjasta. Luovutukseksi voidaan laskea myös taktikointi esimerkiksi väärin varusteiden kanssa tai muu ajan pelaaminen.

### 5.1. OTTELU

#### 5.1.1. Suojat

Kilpailijoiden kypärä pitää olla aikuisten ja A-juniori-ikäisten kilpailuissa punainen tai sininen sen mukaan, miten sarjan kilpailukaavio sen kilpailijalle määrittää.

Kilpailijan oman edun mukaista on käyttää kilpailukaaviossa määritellyn värin mukaisia suojia ja täten suositellaan vahvasti että käsi- ja jalkasuojat ovat kypärän kanssa saman värisiä.

ITF:n kilpailusääntöjen artiklan T 7. mukaisesti pakollisia suojia ovat pääsuoja, käsi- ja jalkasuojat sekä hammassuojat. Miehillä pakollinen varuste on alasuoja. Ottelija voi käyttää myös säärisuojia. Naiset voivat käyttää alasuojia ja rintasuojaa. Lisäksi urheilusilmälasien käyttö on sallittua (huom. kansainvälisissä kilpailuissa laseille tarvitaan kilpailu- ja tuomarikomitean hyväksyntä).

Suojien värit tulee olla keskenään samat: Esimerkiksi molempien käsisuojien tulee olla samaa väriä.

#### 5.1.2. Pyykkipoikaottelu

Pyykkipoikaottelua käydään D-, C- ja B-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. Otteluajan päätyttyä eniten pisteitä kerännyt kilpailija voittaa ottelun. Ottelu päättyy, jos toinen kilpailijoista saa kuuden pisteen eron ottelun aikana ennen varsinaisen otteluajan päättymistä. Mikäli ottelun päättyessä pistetilanne on tasan, ratkaistaan voittaja pisteestä poikki -menetelmällä. Pisteestä poikki -tilanteessa varoitukset nollataan. Mikäli kilpailija saa kolme varoitusta, hän häviää ottelun häviää ottelun.

Liigajärjestelmää käytettäessä tasatilanteessa voittaja ratkaistaan ensisijaisesti keskinäisen ottelun perusteella tai toissijaisesti piste-erolla (otetut – annetut -pisteet kaikissa otteluissa ja eniten pisteitä tehnyt). Mikäli edelleen ollaan tasatilanteessa, käydään uusintaottelu.

Suojalasiens käyttö on pakollista. Omien suojalasiens käyttö on kehätuomariston puheenjohtajan luvalla mahdollista. Kilpailun järjestäjä on velvollinen järjestämään ottelijoiden käyttöön soveltuvat suojalasi.

### **5.1.3. Point Fight -ottelu**

C-juniorien sarjoissa pisteottelussa käytetään ns. Point Fight -ottelumuotoa. Sekä kehätuomari että kulmatuomarit (kaksi kulmatuomaria) laskevat pisteitä. Pisteen saa, kun vähintään kaksi kolmesta tuomarista näkee tilanteesta pistesuorituksen. Kehätuomari pysäyttää ottelun aina kun kilpailija saa pisteen. Kaikki pistesuoritukset ovat yhden pisteen arvoisia. Ajanottoa ei pysäytetä pisteiden näyttämisen ajaksi. Pisteen jakamisen jälkeen ottelua jatketaan samasta paikasta, kuitenkin vähintään yksi metri kehän reunalta.

### **5.1.4. Pääkontakti**

Pääkontakti C-junioreilla pääkontakti on kielletty kokonaan.

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.

## 5.2. ERIKOISTEKNIIKAT

Aikuisten sarjoissa sekä A-juniorien sarjoissa käytetään potkumaalina telinettä. B – D -juniorien sarjoissa potkaistaan tuomarin tai toimitsijan kädessään pitämään potkumaaliin tai junioreille soveltuvaan telineeseen.

### 5.2.1. Erikoistekniikat B-, C- ja D-juniorien sarjoissa

Kaikki ikäluokat kilpailevat 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 hyväksytyin osuman saaneet kilpailijat jatkavat seuraavalle kierrokselle ja potkumaalin korkeutta nostetaan, kunnes voittaja saadaan selville.

Tarkennuksia hyväksytyyn suoritukseen:

- Kohteeseen pitää osua jalalla
- Riittää että osuu maaliin
- Pitää osua alapinnalle (ei ylhäältä alaspäin)
- Ei tarvitse osua päkiällä, voi osua varpailla tai jalkapohjalla
- Kaatumiseksi lasketaan myös hipaisut kädellä (ihan kuten ottelun kaatumissääntö)

### 5.2.2. Erikoistekniikat aikuisten 10 – 6 gup sarjassa

Kilpailu käydään siten, että jokainen kilpailija yrittää potkaista etuhyppypotkulla (twimyo nopi chagi) ja hyppykiertopotkulla (twimyo dollyo chagi) osuman telineeseen kiinnitettyyn levyyn, joka on pehmennetty. Kilpailijan on pidettävä tasapaino koko suorituksen ajan. Kierrosta kohden kilpailijalla on yksi yritys. Jokaisen kierroksen jälkeen hyväksytyin osuman saaneet kilpailijat jatkavat seuraavalle kierrokselle ja potkumaalin korkeutta nostetaan, kunnes voittaja saadaan selville kummastakin tekniikasta. Sarjan lopputuloksen määrää kilpailijoiden sijoitukset (sijoitus tekniikassa = sijoituspisteet sarjasta) kummassakin tekniikassa: eniten sijoituspisteitä saanut kilpailija on voittaja.

### 5.2.3. Tekniikat sarjoissa

Sarja	Twimyo Nopi Chagi	Twimyo Dollyo Chagi	Twimyo Dolmyo Chagi	Twimyo Bandoe Dollyo Chagi	Twimyo Nomo Yop Chagi
Naiset 1 – 6.Dan Miehet 1 – 6.Dan Naiset 2 gup – 6.Dan Miehet 2 gup – 6.Dan A-jun tytöt 1. – 3.Dan A-jun tytöt 2 gup – 3.Dan A-jun pojat 1. – 3.Dan A-jun pojat 2 gup – 3.Dan	x	x	x	x	x
Miehet 5 – 1 gup Naiset 5 – 1 gup	x	x		x	x
A-jun tytöt 5 – 1 gup A-jun pojat 5 – 1 gup	x	x			
Naiset 10 – 6 gup Miehet 10 – 6 gup A-jun tytöt 10 – 6 gup A-jun pojat 10 – 6 gup	x	x			
Väriyöt, B-juniorit Väriyöt, C-juniorit Väriyöt, D-juniorit	x				
Joukkuekilpailut	x	x			x

### 5.3.VOIMAMURSKAUS

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

#### 5.3.1. 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 Naiset 2 gup – 6.Dan Tytöt 1. – 3.Dan Tytöt 2 gup – 3.Dan		X	X		X	X	X
Miehet 1. – 6.Dan Miehet 2 gup – 6.Dan A-jun pojat 1. – 3.Dan A-jun pojat 2 gup – 3.Dan	X		X		X	X	X
Naiset 5 – 1 gup Miehet 5 – 1 gup			X		X	X	
A-jun tytöt 5 – 1 gup A-jun pojat 5 – 1 gup		X			X	X	
Naiset 8 – 6 gup Miehet 8 – 6 gup				X	X	X	
Joukkuekilpailut			X		X	X	

## 5.4.LIIKESARJAT

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

Joukkueliikesarjoissa tehdään ensin joukkueen omavalintainen liikesarja (ilmoitetaan etukäteen kehän tuomaristolle) ja sen jälkeen arvottu liikesarja. Liikesarja määräytyy joukkueen kilpailijoiden vyöarvon mukaan (alin vyöarvo on määräävä). Kaaviossa ensin mainittu joukkue tekee ensin omavalintaisen, jonka jälkeen kaaviossa jälkimmäisenä mainittu tekee omavalintaisen liikesarjan. Tämän jälkeen tehdään arvottu liikesarjassa samassa järjestyksessä.

Sarjoissa, joissa on myös mukana valkoisia voita (10 gup), on mahdollista tehdä liikesarjana myös saju jirugi tai saju makgi. Kilpailijan tulee tehdä molemmat puolet.

## 5.5.LOUKKAANTUMINEN

Kilpailussa on oltava läsnä erikseen määritelty ensiaputaitoinen henkilöstö. EA-henkilöstö pitää kirjaa kaikista hoitoa vaativista toimenpiteistä. Teippauksia, pehmeitä siteitä ja vastaavia saa käyttää lääketieteellisestä syytä/ensiavun vuoksi ITF:n kilpailusääntöjen mukaisesti (LIITE 2).

### 5.5.1. 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

## 5.5.2. 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 arvioissa 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 hätänumeroon 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 vuoden (edeltäneen 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.

### **5.5.3. Aivotärähdyksen potilasohje**

<http://www.taekwon-do.fi/kilpailutoiminta/kilpailusaannot/>

## 6. KILPAILUJÄRJESTELMÄT

Mustien vöiden kilpailuiden (sekä SM- että BBC-kilpailut) liikesarjoissa ja ottelussa käytetään liigajärjestelmää. Väri-vöiden kilpailuissa käytetään pyramidijärjestelmää, paitsi jos sarjassa on kilpailijoita neljä tai vähemmän käytetään liigajärjestelmää. Näytösottelussa käytetään pyramidijärjestelmää. Erikoistekniikoissa ja voimamurskauksessa käytetään listajärjestelmää.

### 6.1. LIIGAJÄRJESTELMÄ

Kilpailijat arvotaan 2-5 hengen (tai joukkueen) lohkoihin tasaisesti siten, että lohkojen kokoero on enintään yksi. Lohkojen lukumäärä lasketaan kahden potenssissa. Jos lohkoja on enemmän kuin yksi, edellisen kilpailun parhaat kilpailijat sijoitetaan eri lohkoihin lohkojen lukumäärän mukaan.

- Mikäli sarjassa on yksi lohko (eli kilpailijoita on viisi tai vähemmän), lopputulokset määräytyvät alkulohkon perusteella.
- Mikäli sarjassa on kaksi lohkoa, lohkojen kaksi parasta pääsevät jatsoon
- Neljän tai useamman lohkon tilanteessa vain lohkojen voittajat pääsevät jatsoon

Eniten pisteitä kerännyt voittaa lohkonsa. Mikäli kilpailijat päätyvät tasapisteisiin, ratkaisee keskinäinen ottelu. Mikäli keskinäinen ottelu päättyi tasan, lasketaan kyseessä olevan lohkovaiheen otteluissa kerätyt tuomariäännet (liput) Mikäli tilanne on edelleen tasan käydään uusintaottelu voittajan selvittämiseksi. Pisteitä saa voitosta kaksi (2), tasapelistä yhden (1) ja tappiosta nolla (0). Joukkuekilpailuissa yksittäisten ottelevien pistelasku tehdään samalla tavalla.

Alkulohkoista jatsoon päässet kilpailijat sijoitetaan finaali-kaaviossa pyramidiin. Mikäli yhdestä lohkoista pääsee kaksi kilpailijaa jatsoon, heidät sijoitetaan eri puolille kaaviota, jolloin he eivät voi kohdata jatko-otteluiden ensimmäisellä kierroksella.

### 6.2. PYRAMIDIJÄRJESTELMÄ

Kilpailijat arvotaan pyramidikaavioon. Mustien vöiden sarjoissa edellisen kilpailun voittanut ja toiseksi tullut ovat kaavion eri osissa, toinen yläosassa ja toinen alaosassa. Pyramidijärjestelmässä käydään aina myös pronssiottelu.

### 6.3. LISTAJÄRJESTELMÄ

Listajärjestelmässä kukin kilpailija tai joukkue tekee oman kilpailusuorituksensa yksin ja pisteet kirjataan ylös. Eniten pisteitä saanut kilpailija tai joukkue voittaa. Tasatilanteessa käytetään kyseessä olevan lajin ratkaisutapaa mitalisijojen ratkaisemiseksi.

Listajärjestelmässä jaetaan mitalit kolmelle parhaalle kilpailijalle, kilpailijan on kuitenkin varsinaisella suorituksella saatava vähintään yksi piste, jotta hän voi saavuttaa mitalisijan.

## 7. PROTESTI

Protestimaksu on 50 euroa. Protestimaksu palautetaan takaisin, jos protesti hyväksytään. Protesti on jätettävä 5 minuutin sisällä protestin kohteena olevan tapahtuman päättymisestä. Protestin protokolla määräytyy ITF:n kilpailusääntöjen mukaan.

## 8. TOISESSA LAJISSA SAAVUTETTU MUSTA VYÖ

Mikäli kilpailijalla on toisessa ITF Taekwon-Don kaltaisessa pystyottelulajissa (esimerkiksi karate, taekwondo, potkunyrkkeily) saavuttanut korkean vyöarvon (musta vyö tai vastaava), tulee kilpailijan otella mustien vöiden otteluserjoissa käyttäen toisessa lajissa myönnettyä vyöarvoa. Seuran tulee ilmoittaa näistä kilpailijoista erikseen SITF:n kilpailu ja tuomarivastaaville hyvissä ajoin ennen kilpailuiden alkua/viimeistä ilmoittautumispäivää. Kilpailuvastaava siirtää kilpailijan manuaalisesti mustien vöiden sarjaan. Muissa kuin ottelukilpailussa kilpailija osallistuu ITF:ssä myönnetyn vyöarvon sarjoissa käyttäen ITF:n vyötä. Tämän myötä kilpailija ei voi osallistua SM-kilpailuiden otteluserjaan, mutta avoimiin sarjoihin voi.

## LIITTEET

### LIITE 1 Proseduurit

#### Erikoistekniikat

1. Erikoistekniikkasarjoissa, joissa on nouseva korkeus, käytetään seuraavaa proseduuria: Kilpailijat kutsutaan kehän reunalle tuomaripöytää vastapäätä sarjan osallistujalistan perustella ja kehätuomari järjestää heidät riviin suoritusjärjestyksen perusteella. Tällä välin arvostelutuomarit tarkistavat että potkumaali tai teline on oikeassa paikassa, oikealla korkeudella ja valmiina kilpailua varten.
2. Kehätuomari ohjaa kilpailijat kehään tuomaripöydän eteen, jossa he kumartavat kehätuomarin komennosta tuomaristolle.
3. Kehätuomari ohjaa kilpailijat suorituspaikalle, jossa he muodostavat suoritusjärjestyksen mukaisen jonon. Arvostelutuomarit siirtyvät omille paikoilleen.
4. Kehätuomari komentaa ensimmäiselle kilpailijalle jumbi ja nostaa punaisen lipun vaakatasoon kilpailijan ja potkumaalin väliin. Kilpailija ottaa valmiusasennon niunja so daebi makgi. Kehätuomari nostaa punaisen lipun pois kilpailijan ja potkumaalin välistä ja antaa komennon sijak, jolloin kilpailijan tulee tehdä yrityksensä.
5. Mikäli kilpailijaa osuu potkumaaliin hyväksytysti (teknisesti oikea potkutekniikka sekä osuma potkumaaliin B-D juniorien sarjoissa tai telineen lauta kääntyy vähintään 45 astetta A-juniorien ja aikuisten sarjoissa), kilpailija jatkaa seuraavalle kierrokselle eli hänet ohjataan jonon perään. Mikäli kilpailija epäonnistuu yrityksessään hänet ohjataan kehän laidalle (tuomaripöytää vastapäätä) odottamaan kilpailun päättymistä
6. Kohdat 4. - 5. toistetaan kunnes voittaja ja mitalistit saadaan selville.
7. Kilpailun päätyttyä kehätuomari ohjaa kilpailijat riviin tuomaripöydän eteen, jossa he kumartavat tuomaristolle kehätuomarin komennosta. Tämän jälkeen kehätuomari ohjaa kilpailijat pois kehästä.

## LIITE 2 Varustukseen ja teippauksiin liittyviä tarkennuksia

Kilpailija voi käyttää hijab-tyylistä pään ja kaulan peittävää huivia/huppua kunhan

- Se on kokonaan valkoinen
- Se on valmistettu pehmeästä ja joustavasta materiaalista
- Se ei sisällä mitään kovaa materiaalia, kuten metallia, kovaa muovia, jne.
- Se pysyy hyvin dobokin takin ja kypärän sisällä otellessa/kilpaillessa

Dobokin takin ja housujen alla saa käyttää vain pehmeästä ja joustavasta materiaalista valmistettuja alusvaatteita

- Kaikkien dobokin takin/housujen alta näkyvien alusvaatteiden tulee olla:
  - Kokovalkoisia
  - Yksikerroksisesta, pehmeästä ja joustavasta materiaalista valmistettuja
- Alusvaatteiden ei tule:
  - Tarjota ylimääräistä suojaa osumia vastaan
  - Sisältää kovia materiaaleja, kuten metallia, kovaa muovia jne.
  - Ulottua ranteen/nilkan yli

Teippauksia, pehmeitä siteitä ja vastaavia saa käyttää lääketieteellisestä syystä/ensivun vuoksi, kunhan:

- Niitä ei ole käytetty liiallisesti
- Ne eivät sisällä mitään muovisia/metallisia kiinnitysosia
- Ne eivät tarjoa minkäänlaista mekaanista tukea (esim. lastat, tuet, nivelliitoksia, jne. Tämä sulkee pois esim. nilkka- ja polvituet)
- Tuomarikomitea voi olla varma siitä, että niiden käyttö ei tarjoa kilpailijalle minkäänlaista kohtuutonta etua
- Kaikki sidokset ja teippaukset ovat ihonvärisiä tai kokovalkoisia, jos ne ovat näkyvillä kilpailijan dobokin alta kilpaillessa. Näkymättömiin jäävä teippaus/sidos (esim. polvi, olkapää, jne.) voi olla minkä värinen tahansa, kunhan se ei erotu selvästi dobokin läpi.

Teippauksia, pehmeitä siteitä ja vastaavia EI SAA käyttää seuraavissa tilanteissa:

- Erikoistekniikat: Mitään teippiä/siteitä ei saa käyttää alaraajojen nivelissä (polvet, nilkat, varpaat)

- Voimamurskaus: Mitään teippiä/siteitä ei saa käyttää siinä kehon osassa, jolla ollaan murskaamassa, tai siihen liittyvässä nivelessä (sormet, ranteet, kyynärpäät, varpaat, nilkat, polvet)
  - Teippausta/sidettä tai vastaavaa saa käyttää niissä kehonosissa, jotka eivät liity voimamurskaussuoritukseen

Esimerkki 1: Murskattaessa oikealla nyrkillä, voi vasemmassa olkapäässä olla teippaus aiemman vamman vuoksi

Esimerkki 2: Murskattaessa vasemmalla jalalla sivupotkulla voi oikeassa kädessä olla haavan vuoksi laastari

Esimerkki 3: Murskattaessa vasemmalla jalalla sivupotkulla oikea jalka lasketaan tukijalkaksi ja osaksi käytettäviä kehonosia, joten esimerkiksi oikean jalan nilkassa tai polvessa ei saa olla teippausta/sidettä

Kaikkia kilpailijan yllä olevaa, esim. dobokit, vyöt, ottelusuojat, teippaukset, sidokset, muu vaatetus, asusteet, jne. voidaan vaatia kilpailu- ja/tai tuomarikomitean tarkastettavaksi ja hyväksyttäväksi. Kyseisessä tarkastuksessa hyväksyntä tai hylkäys on sitova ja lopullinen päätös