

VIII. MIGHTYFIST EAGLES CUP NEMZETKÖZI BAJNOKSÁG

GYEREK, SERDÜLŐ, IFJÚSÁGI, FELNÖTT, ÉRETT FELNÖTT

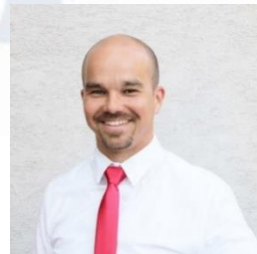
2019

- VERSENY MEGNEVEZÉSE: **VIII. MIGHTYFIST EAGLES CUP NEMZETKÖZI
ITF TAEKWON-DO BAJNOKSÁG**
- RENDEZŐ SZERVEZET: Magyar ITF Taekwon-do Szövetség
Sasok Sportegyesület
Zen Power Taekwon-do Klub
- RENDEZŐ: Szalay Gábor VI. dan
Békássy Csaba V. dan
- ELÉRHETŐSÉG: Szalay Gábor +36/30-329-0383
Békássy Csaba +36/20-349-3822
eaglescup.hungary@gmail.com
- VERSENY IDŐPONTJA: **2019. szeptember 21-22.**
- VERSENY HELYSZÍNE: Monor Városi Sportcsarnok (2200 Monor, Balassi Bálint utca)
GPS: Sz. (LAT): 47.355665, H. (LON): 19.434865



Szalay Gábor
VI. dan

Sasok Sportegyesület



Békássy Csaba
V. dan

Zen Power Taekwon-do Klub

VIII. MIGHTYFIST TAEKWON-DO EAGLES CUP 2019

children-cadets-juniors-seniors-advanced seniors



VERSENYSZÁMOK:

- Formagyakorlat (Gyermek / Serdülő / Ifjúsági / Felnőtt)
- Szabaküzdelem (Gyermek / Serdülő / Ifjúsági / Felnőtt / Érett felnőtt)
- Speciáltechnikai törés (Ifjúsági / Felnőtt / Serdülő)
- Erőtörés (Ifjúsági / Felnőtt / Serdülő)
- Tradicionális küzdelem (Ifjúsági / Felnőtt)
- Csapat formagyakorlat (Ifjúsági / Felnőtt)
- Csapat küzdelem (Ifjúsági / Felnőtt)
- Csapat speciáltechnikai törés (Ifjúsági / Felnőtt)
- Csapat erőtörés (Ifjúsági / Felnőtt)

KOROSZTÁLYOK:

- Gyermek:** 2007-ban és utána születettek
- Serdülő:** 2005-2007 években születettek
- Ifjúsági:** 2001-2005 években születettek
- Felnőtt:** 1983-2001 években születettek
- Érett felnőtt:** 1983 előtt születettek

Korcsoporthatáron született versenyzők választhatnak korosztályt, és dupla nevezési díjért akár mindkettőben indulhatnak. Az érett felnőtt korcsoport versenyzői csak egyéni küzdelemben vannak külön, a többi kategóriában a normál felnőtt korcsoportban versenyeznek.

MINIMÁLIS ÖVFOKOZAT:

- Egyéni:** Gyerek és serdülő: forma 9. gup / küzdelem 8. gup
Ifjúsági, felnőtt és érett felnőtt: 8. gup
- Csapat:** Ifjúsági és felnőtt: 8. gup

NEVEZÉSI díj:

- Egyéni:** Ifjúsági, felnőtt, érett felnőtt
25 Euro/fő (minden egyéni versenyszámra jogosít)
- Gyerek és serdülő**
20 Euro/fő (minden egyéni versenyszámra jogosít)
- Csapat:** 30 Euro/csapat

Csak csapatszámokban induló versenyző regisztrációs díja: 20 Euro/fő

NEVEZÉSI HATÁRIDŐ: Előnevezés, bírói regisztráció:

2019. SZEPTEMBER 15. VASÁRNAP 24:00

Módosítás: 2019. szeptember 18. szerda 24:00

FIGYELEM!

Az előnevezést minden klubnak le kell adnia a megadott előnevezési határidőig, módosítást (sérülés, betegség...) csak ezektől a kluboktól fogadunk el. A módosítási határidő után változtatásra **csak 10 Euro / módosítás befizetése ellenében van lehetőség!**



VIII. MIGHTYFIST TAEKWON-DO EAGLES CUP 2019

children-cadets-juniors-seniors-advanced seniors



NEVEZÉSI cím: Idén is online regisztrációs rendszeren keresztül lehet leadni a nevezéseket, melyet weblapunkon találhattok meg (kövessétek Facebook oldalunkat hírekért!)

WEBLAP: <http://www.eaglescup.eu/>

FACEBOOK ESEMÉNY: <https://www.facebook.com/events/370611797066317/>

INDULÁSI FELTÉTELEK: A kiírásban szereplő kor és övfokozat
Érvényes versenyezhet bejegyzés (ifi 6 hónap, felnőtt 12 hónap)
Szabályos ITF dobok (a dobok felsőn a színes ököl logóval)
Tagsági igazolvány
Időben leadott nevezés
Nevezési díj befizetése
Érvényes sportbiztosítás

ÓVÁS: ITF szabályrendszer szerint. Az óvást írásban kell benyújtani a verseny bírói bizottságának, a kérdéses mérkőzés után öt (5) percen belül. Az óvás díja: 30 Euro, mely pozitív elbírálás esetén visszajár.

MÉRLEGELÉS: Egyéni küzdelmi kategóriákban a versenyzőnek saját súlyának megfelelő súlycsoportban kötelező indulnia, más súlykategóriában való indulás nem engedélyezett.

ÖSSZEVONÁS: A leadott nevezések alapján, ha egy küzdelmi kategóriában csak egy versenyző nevezett, automatikusan összevonjuk egy másik kategóriával. Ha a versenyző és edzője úgy dönt, hogy ez nekik nem felel meg, a versenyző megkapja az aranyérmét, de az egyéni és csapat összesítésbe nem számít bele ez az eredmény.

DÍJAZÁS: Egyéni és csapat kategóriában: arany-, ezüst-, két bronzérem

Legeredményesebb versenyzők (egyéni versenyszámok)
Legeredményesebb klub (egyéni és csapat versenyszámok alapján)
(egyéni: arany 3 pont, ezüst 2 pont, bronz 1 pont – csak azokban a versenyszámokban, ahol legalább 4 versenyző indult)
(csapat: arany 5 pont, ezüst 4 pont, bronz 3 pont)

BÍRÁSKODÁS: **VÁLTOZÁS!** A versenyre regisztrált csapatoknak kötelező bírót delegálni.

1-5 nevezett versenyző – opcionális

6-14 nevezett versenyző – 1 fő bíró

15+ nevezett versenyző – 2 fő bíró regisztrációja kötelező.

Azon klubok, akik nem regisztrálnak megfelelő számú bírót a versenyre, 100 EUR büntetést kell fizetniük. Fontos: a regisztrált bírót nem kötelező a saját klubból



delegálni, más klub bíróját is fel lehet kérni! A végleges bírói kart a bírói bizottság hirdeti ki az előnevezési határidő lejárta után. (Figyelem! A bírók regisztrációja legkésőbb az előnevezési határidőig (szeptember 15. vasárnap) történjen meg!). A szükséges bírói létszám elérése után a bírói bizottság dönthet a bírói jelentkezés elutasításáról is, ebben az esetben természetesen a csapatnak nem kell büntetést fizetnie.

- SZÁLLÁS:** Minden csapat egyénileg szervezi, igény esetén segítünk a szállás foglalásában.
- KORCSOPORT:** A gyerek korosztályban az edző dönti el, hogy a versenyzője korban megfelel-e a kategóriának. Túl fiatal, vagy kis súlyú versenyző indítása az edző felelőssége!
- BIZTOSÍTÁS:** Minden versenyzőnek érvényes sportbiztosítással kell rendelkeznie. Ezt nem ellenőrizzük, a biztosítás megléte az edző felelőssége.

KÖRMÉRKÖZÉSEK SZABÁLYAI

A kategóriákat (formagyakorlat, küzdelem) maximum 5 fős csoportokba osztjuk irányított sorsolással. A csoporton belül mindenki játszik mindenkivel. A **két** legeredményesebb versenyző jut tovább az egyenes kieséses szakaszba, ahol egy csoportban lévő versenyzőket külön ágra rakjuk irányított sorsolással. Innen egyenes kieséses rendszer szabályai szerint zajlik tovább a verseny. **Azokban a kategóriákban, melyekben 2 versenyző nevezett, a mérkőzés egyből döntőnek számít (a kategóriának megfelelő menethosszakkal, ill. formagyakorlat darabszámmal). 3-5 fős csoport esetén a körmérkőzések eredménye dönti el a végleges sorrendet.**

EGYÉNI VERSENYSZÁMOK RENDEZÉSÉNEK LEÍRÁSA

Korcsoport: Korcsoporthatáron született versenyzők választhatnak korosztályt, **és dupla nevezési díjért akár mindkettőben indulhatnak.** Az érett felnőtt korcsoport versenyzői csak egyéni küzdelemben vannak külön, a többi kategóriában a normál felnőtt korcsoportban versenyeznek.

FORMAGYAKORLAT

Gyerek:	3-2-1. gup, 6-5-4. gup, 9-8-7. gup
Serdülő:	1. dan (Chon-Ji – Kwang-gae) 3-2-1. gup, 6-5-4. gup, 9-8-7. gup
Ifjúsági A:	1. dan (Chon-Ji - Ge-Baek), II. dan (Chon-Ji - Juche)
Ifjúsági B:	4. gup - 1. gup
Ifjúsági C:	8. gup - 5. gup
Felnőtt A:	1. dan (Chon-Ji - Ge-Baek), II. dan (Chon-Ji - Juche), III. dan (Chon-Ji - Choi-Jong), IV.-VI. dan (Chon-Ji - Moong-Moo)
Felnőtt B:	4. gup - 1. gup
Felnőtt C:	8. gup - 5. gup

A versenyszám **körmérkőzéses** rendszerben zajlik *irányított* sorsolás alapján. A versenyzőknek a selejtező körben és az egyenes kieséses szakaszban is EGY kijelölt formagyakorlatot kell bemutatniuk, **a döntőben KETTŐT**. A kijelölt formagyakorlat a színes öveseknél nem lehet magasabb a versenyző övfokozatánál.

SZABADKÜZDELEM

Gyermek leány (kg):	-24, -30, -36, -42, -48, +48
Gyermek fiú (kg):	-30, -36, -42, -48, -54, +54
Serdülő leány (kg):	-30, -36, -42, -48, -54, +54
Serdülő fiú (kg):	-36, -42, -48, -54, -60, +60
Ifjúsági leány (kg):	-45, -50, -55, -60, -65, +65
Ifjúsági fiú (kg):	-50, -56, -62, -68, -75, +75
Felnőtt nő (kg):	-50, -56, -62, -68, -75, +75
Felnőtt férfi (kg):	-57, -63, -70, -78, -85, +85
Érett felnőtt nő (kg):	-55, +55
Érett felnőtt férfi (kg):	-68, -78, +78

A versenyszám **körmérkőzéses** rendszerben zajlik (ITF Light contact szabályrendszer).

Küzdelmi idő:

Gyerek és serdülő:	1x1,5 perc, döntő 2x1,5 perc
Ifjúsági és felnőtt:	1x2 perc, döntő 2x2 perc

Minden versenyzőnek a szabályoknak megfelelően kialakított felszerelésben kell megjelennie. A pontozás megkönnyítése érdekében **kötelező a PIROS és KÉK fejvédő használata** a sorsolásnak megfelelően (a pár első versenyzője piros, a második a kék). A kéz- és lábfejvédők esetén nem kötelező, de ajánlott a piros és kék szín használata.

Övfokozati szétbontás nincs.

TRADICIONÁLIS KÜZDELEM

Ifjúsági és felnőtt kategória.

A kategóriában a párok összeállítása tetszőleges. Nő-nő, férfi-férfi, nő-férfi. A versenyszám kétfordulós rendszerben zajlik. Az első kör selejtező kör a pároknak, ebből a négy legmagasabb pontszámú páros jut a döntőbe. A második körben a legmagasabb pontszámú páros a harmadikkal, a második a negyedikkel kerül össze. Innen egyenes kieséses rendszerben zajlik tovább a verseny. A párok sorrendjét sorsolással döntik el. A gyakorlat bemutatására minimum 60, maximum 75 másodperc áll rendelkezésre. **(FIGYELEM! Pontszámítás szempontjából a korábbi évek gyakorlatának megfelelően versenyünkön a tradicionális küzdelem EGYÉNI versenyszámnak számít!)**

SPECIÁLTECHNIKAI TÖRÉS

FIGYELEM! A versenyszámban a korábban bevezetett új szabályok továbbra is érvényben vannak!

Minden versenyző magának választhat magasságokat a minimális szintek figyelembevételével, melyet a nevezéskor ad meg. A minimális szinthez képest öt centiméteres beosztásban van lehetőség növelni a magasságot.

Pl.: Felnőtt férfi nopi chagi - minimális szint 240 cm. Versenyző vállalt magassága 265 cm. Sikeres, szabályos technika esetén 265 pontot kap. Sikertelen, szabálytalan technika esetén nem kap pontot. Nem teljes értékű technika esetén (1 pontos) a vállalt magasságból levonásra kerül 20 pont.

VÁLTOZÁS: Széttörésnél a vezetőbíró sorsolja ki a technikát. A széttörésnél a nemzetközi (ITF által meghatározott) alap magasságokat veszik alapul (lásd 1. sz melléklet!). A széttörés az ITF szabályainak megfelelően zajlik.

A törőállványokon a magasságokat a bírók és segítők állítják be, és 5 cm lépésekben emelnek. Az adott magasságot vállaló versenyzőket szólítják. Az adott korcsoportnak ezzel egy időben más versenyszáma nem lehet, ezért ott kell lenniük, ha szólítják őket. Aki nem jelenik meg 1 percen belül, az 0 pontot kap az adott technikára. Kivételt képeznek ez alól azon versenyzők, akik a szabályoknak megfelelően két korcsoportban is indulnak, de indokolatlanul hosszú ideig nem késlekedhetnek.

A technikák végrehajtása törőállványra történik. Az öt technika végrehajtása után az összesített pontszám dönti el a sorrendet.

VÁLTOZÁS: Az ITF szabályoknak megfelelően a versenyen női versenyzők újra 3 technikát törnek!

Minimálisan vállalható magasságok

	Twimyo nopi ap cha busigi	Twimyo dollyo chagi	Twimyo bandae dollyo chagi	Twio dolmyo yop cha jirugi	Twimyo nopi yop cha jirugi
Ifjúsági leány	170	150			70
Ifjúsági fiú	200	180	170	160	90
Felnőtt nő	180	160			80
Felnőtt férfi	210	190	180	170	100

SERDÜLŐ: Serdülő korosztályban egy törésszám kerül megrendezésre. Twimyo nopi chagi.

A technika egy függesztett célpontra történik. A versenyzők egymás után mutatják be a technikát, akiknek sikerült 5cm-es emelést követően újra bemutathatja a technikát.

ERŐTÖRÉS

A versenyszámot Ifjúsági és Felnőtt korosztályban rendezzük. Minden versenyző a nevezéskor magának választhat minden technikához mennyiséget a FEHÉR (3 pont, berepesztett deszka 2 pont), illetve FÉL FEKETE (2 pont, berepesztett deszka 1 pont) lapokból kombinálva. A FEHÉR lapok mennyiségét tetszőlegesen lehet választani, a FÉL FEKETE lapból maximum **csak egyet** lehet feltenni.

Pl.: Női Songkal taerigi. Versenyző vállalt deszkaszáma egy fehér és egy fél fekete törőlap. Sikeres, szabályos technika esetén 3 (eltört fehér) + 2 (eltört fél fekete) = 5 pontot kap. Sikertelen, szabálytalan technika esetén nem kap pontot. Nem teljes értékű technika esetén, ha például a fehér deszkalap csak „beped”, de a fél fekete lap eltörik, akkor 2 (berepesztett fehér) + 2 (eltört fél fekete) = 4 pontot kap a versenyző. A széttörésnél a vezetőbíró sorsolja ki a technikát.

VÁLTOZÁS: A széttörésnél a nemzetközi (ITF által meghatározott) alap deszka számokat veszik alapul (lásd 1. sz melléklet!). A széttörés az ITF szabályainak megfelelően zajlik.

Férfiak: 1. Ap Joomuk jirugi 2. Songkal taerigi 3. Yop cha jirugi 4. Dollyo chagi 5. Bandae dollyo chagi

Nők: 1. Songkal taerigi 2. Yop cha chirugi 3. Dollyo chagi

A technikák végrehajtása törőállványra történik. A három és öt technika végrehajtása után az összesített pontszám dönti el a sorrendet.

Serdülő korosztály számára kézzel történő erőmérő versenyszám kerül megrendezésre.

Songkal vagy Yop choomok taerigi-vel lehet bemutatni a töréseket. A technika végrehajtása után kijelzőn megjelenik a technika erejének nagysága. A versenyző háromszor próbálkozhat, a három technika mért erőssége összeadódik. A legmagasabb összpontszámú versenyző nyer.

CSAPAT VERSENYSZÁMOK RENDEZÉSÉNEK LEÍRÁSA

Korcsoport: **Korhatáron lévő versenyzőt lehet ifjúsági és felnőtt kategóriában is indítani, serdülőt ifjúságiban NEM!**
Egy klub több csapatot is nevezhet!

CSAPAT FORMAGYAKORLAT

Minimális övfokozat: 8. gup

Csapatok összeállítása:

Ifjúsági leány: 3-5 fő
Ifjúsági fiú: 3-5 fő
Felnőtt nő: 3-5 fő
Felnőtt férfi: 3-5 fő

Választható formagyakorlat:

Ifjúsági: Szabadon választható a 24 formagyakorlatból
Felnőtt: Szabadon választható a 24 formagyakorlatból

A versenyszám kétfordulós rendszerben zajlik. Az *első körben egy tetszőleges formagyakorlatot* kell bemutatniuk a csapatoknak és ebből a négy legmagasabb pontszámú csapat jut a döntőbe. A második körben a legmagasabb pontszámú csapat a harmadikkal, a második a negyedikkel kerül össze. Innen egyenes kieséses rendszerben zajlik tovább a verseny. A döntőben is *egy szabadon választott formagyakorlatot* kell bemutatnia a csapatoknak. **A szabadon választott formagyakorlat a 24 gyakorlatból bármelyik lehet, függetlenül a csapatban lévő versenyzők övfokozatától!**

CSAPAT KÜZDELEM

Minimális övfokozat: 8. gup

Csapatok összeállítása:

Ifjúsági leány: 3-5 fő
Ifjúsági fiú: 3-5 fő
Felnőtt nő: 3-5 fő
Felnőtt férfi: 3-5 fő

A versenyszám egyenes kieséses rendszerben zajlik sorsolás alapján (ITF Light Contact szabályrendszer). A küzdelmi idő 2 perc. Minden versenyzőnek szabályos felszerelésben kell megjelennie. Minden megnyert mérkőzés 2 pontot, döntetlen 1 pontot ér (*régi csapatküzdelmi szabályok szerint*). Ha egy 3 fős csapat 5 fős csapat ellen áll ki, akkor eleve két „vesztes” mérkőzéssel indulnak, azaz 4 pont előnyben van a teljes létszámú csapat.

CSAPAT SPECIÁLTECHNIKAI TÖRÉS

FIGYELEM! A versenyszámban a tavaly bevezetett új szabályok továbbra is érvényben vannak!

Minden csapat a nevezéskor leadja a kezdő magasságokat a minimális szintek figyelembevételével. A minimális szinthez képest öt centiméteres beosztásban van lehetőség növelni a magasságot.

Pl.: Felnőtt férfi nopi chagi - minimális szint 240 cm. Csapat vállalt magassága 265 cm. Sikeres, szabályos technika esetén 265 pontot kap. Sikertelen, szabálytalan technika esetén nem kap pontot. Nem teljes értékű technika esetén (1 pontos) a vállalt magasságból levonásra kerül 20 pont. Az alapszakaszban a technikákat a csapat különböző tagjainak kell bemutatnia, míg széttörésnél minden körben tetszőlegesen kiválasztott versenyző próbálkozhat a csapatból. A széttörésnél a vezetőbíró sorsolja ki a technikát.

VÁLTOZÁS: A széttörésnél a nemzetközi (ITF által meghatározott) alap magasságokat veszik alapul (lásd 1. sz melléklet!). A széttörés az ITF szabályainak megfelelően zajlik.

Minimálisan vállalható magasságok

	Twimyo nopi ap cha busigi	Twimyo dollyo chagi	Twimyo bandae dollyo chagi	Twio dolmyo yop cha jirugi	Twimyo nopi yop cha jirugi
Ifjúsági leány	170	150			70
Ifjúsági fiú	200	180	170	160	90
Felnőtt nő	180	160			80
Felnőtt férfi	210	190	180	170	100

A technikák végrehajtása törőállványra történik. Az öt/három technika végrehajtása után az összesített pontszám dönti el a sorrendet.

CSAPAT ERŐTÖRÉS

A versenyszámot Ifjúsági és Felnőtt korosztályban rendezzük. Minden versenyző a nevezéskor magának választhat a kiválasztott technikához mennyiséget a FEHÉR (3 pont, berepesztett deszka 2 pont), illetve FÉL FEKETE (2 pont, berepesztett deszka 1 pont) lapokból kombinálva. A FEHÉR lapok mennyiségét tetszőlegesen lehet választani, a FÉL FEKETE lapból maximum **csak egyet** lehet feltenni.

Pl.: Női Songkal taerigi. Csapat vállalt deszkaszáma egy fehér és egy fél fekete törőlap. Sikeres, szabályos technika esetén 3 (eltört fehér) + 2 (eltört fél fekete) = 5 pontot kapnak. Sikertelen, szabálytalan technika esetén nem kapnak pontot. Nem teljes értékű technika esetén, ha például a



VIII. MIGHTYFIST TAEKWON-DO EAGLES CUP 2019

children-cadets-juniors-seniors-advanced seniors



fehér deszkalap csak „beped”, de a fél fekete lap eltörik, akkor 2 (berepesztett fehér) + 2 (eltört fél fekete) = 4 pontot kap a csapat. Az alapszakaszban a technikákat a csapat különböző tagjainak kell bemutatnia, míg széttörésnél minden körben tetszőlegesen kiválasztott versenyző próbálkozhat a csapatból. A széttörésnél a vezetőbíró sorsolja ki a technikát.

VÁLTOZÁS: A széttörésnél a nemzetközi (ITF által meghatározott) alap deszka számokat veszik alapul (lásd 1. sz melléklet!). A széttörés az ITF szabályainak megfelelően zajlik.

Férfiak: 1. Ap Joomuk jirugi 2. Songkal taerigi 3. Yop cha jirugi 4. Dollyo chagi 5. Bandoe dollyo chagi

Nők: 1. Songkal taerigi 2. Yop cha chirugi 3. Dollyo chagi

A technikák végrehajtása törőállványra történik. Az öt/három technika végrehajtása után az összesített pontszám dönti el a sorrendet.



TERVEZETT PROGRAM

2019. szeptember 20. péntek

17:30 – 20:30

Regisztráció, mérlegelés a Budapest és környéki csapatok, illetve pénteken érkező csapatok részére.

Helyszín: **SASOK SPORTCENTRUM** (Csak pénteken!)

Cím: 1101 Budapest, Hungária körút 5-7.

2019. szeptember 21. szombat

1. VERSENYNAP – MINDEN KOROSZTÁLY

07:00 regisztráció, mérlegelés

08:30 technikai értekezlet

09:00 megnyitó

09:30 formagyakorlat selejtezők és döntők

tradicionális küzdelmek

csapat formagyakorlat

szabadküzdelem selejtezők és döntők

egyéni- és csapat törésszámok

19:00 eredményhirdetés

2019. szeptember 22. vasárnap

2. VERSENYNAP – IFJÚSÁGI és FELNŐTT

08:30 technikai értekezlet

09:00 szabadküzdelem selejtezők és döntők

csapat küzdelmek

csapat törésszámok

18:00 eredményhirdetés

EREDMÉNYES FELKÉSZÜLÉST ÉS SOK SIKERT KÍVÁNUNK A
VERSENYZŐKNEK ÉS AZ EDZŐKNEK!

Sasok Sportegyesület és Zen Power Taekwon-do Klub

1. SZ. MELLÉKLET

ITF által meghatározott deszkaszámok és magasságok (széttöréshez)

Power Breaking

KOREAN	ENGLISH	BOARDS Junior	BOARDS Senior
<u>MALE – Junior and Senior</u>			
Ap-Joomuk Jirugi	Forefist Front Punch	2	3
Sonkal Taerigi	Knifehand Strike	2	3
Yopcha Jirugi	Side Piercing Kick	3	4
Dollyo Chagi	Turning Kick	2	3
Bandae Dollyo Chagi	Reverse Turning Kick	2	3
<u>FEMALE – Junior and Senior</u>			
Sonkal Taerigi	Knifehand Strike	1	2
Yopcha Jirugi	Side Piercing Kick	2	3
Dollyo Chagi	Turning Kick	1	2

Special Technique

KOREAN	ENGLISH	HEIGHTS Junior	HEIGHTS Senior
<u>MALE – Junior and Senior</u>			
Twimyo Nopi Ap Cha Busigi	Flying High Front Kick	250 cm	260 cm
Twimyo Dollyo Chagi	Flying Turning Kick	230 cm	240 cm
Twimyo Bandae Dollyo Chagi	Flying Reverse Turning Kick	210 cm	220 cm
Twio Dolmyo Yop Cha Jirugi	360 Mid Air Kick	210 cm	220 cm
Twio Nomo Yop Chagi	Flying Overhead Side Kick	130 cm	140 cm
<u>FEMALE – Junior and Senior</u>			
Twimyo Nopi Ap Cha Busigi	Flying High Front Kick	210 cm	220 cm
Twimyo Dollyo Chagi	Flying Turning Kick	190 cm	200 cm
Twio Nomo Yop Chagi	Flying Overhead Side Kick	110 cm	120 cm

Forrás: <https://www.taekwondoitf.org/wp-content/uploads/2014/10/ITF-World-Junior-Senior-Tournament-Rules-%E2%80%93-Rules-and-Regulations-Clarification-Feb-3rd-2017-1.pdf>

VIII. MIGHTYFIST TAEKWON-DO
EAGLES CUP 2019
children-cadets-juniors-seniors-advanced seniors



TÁMOGATÓINK:

