

Wedstrijdreglement Hanmadang Nederland



HANMADANG

Versie maart 2017

Inhoudsopgave



Titelblad

Inhoudsopgave	Blz. 2
1. Voorwoord	Blz. 3
2. Uitleg Hanmadang	Blz. 4
De onderdelen	Blz. 5 – 11
3. Stijl	Blz. 5 – 6
4. Breektesten	Blz. 7
5. Zelfverdediging	Blz. 8
6. Taekwondo Aerobics	Blz. 9
7. Recording contests	Blz. 10 – 11

Auteur: Ernst Breuer

Taekwondo vereniging Garuda Waalwijk

1. Voorwoord

In Korea wordt de Hanmadang al meer dan 26 jaar gehouden. In Nederland is in 2017 de eerste pilot gehouden in samenwerking met Taekwondo vereniging Garuda in Waalwijk. Op 20 oktober 2018 is voor de 2^e keer een Hanmadang zelf georganiseerd door Garuda onder auspiciën van de TBN. Op 19 oktober 2019 zal een 3^e editie plaatsvinden, wederom georganiseerd door Garuda onder auspiciën van de TBN.

De meesten kennen de sparring- en stijlwedstrijden wel. Twee verschillende disciplines van het Taekwondo die door de WT (World Taekwondo Federation) en Kukkiwon worden georganiseerd en wereldwijd worden gepromoot. Maar een nog vrij onbekende discipline is de Hanmadang.

Dit wedstrijdreglement Hanmadang Nederland is steeds in ontwikkeling. Derhalve kunnen onderdelen aangepast of veranderd worden. Binnen dit reglement worden de onderdelen benoemd en de manier van beoordelen. Door het houden van Hanmadang wordt dit reglement getoetst op de toepasbaarheid en waar mogelijk of indien nodig, aangepast.

2. Uitleg Hanmadang

Wat is Hanmadang precies?

Het motto van Hanmadang is: 'Meedoen is belangrijker dan winnen'.

Tijdens een Hanmadang worden verschillende Taekwondo disciplines getoond, met uitzondering van sparring.

De deelname is voor jong en oud.

Of je getalenteerd bent of niet, iedereen kan laten zien wat je allemaal al kunt op Taekwondo gebied.

Een jury bestaande uit gecertificeerde scheidsrechters zal de deelnemers beoordelen volgens vaste normen.

Er is dus een competitie element, waarin je beoordeeld wordt.

Dit is drempelverlagend naar bijvoorbeeld stijlwedstrijden, danexamens en geupexamens, maar geeft je vooral een extra impuls om te laten zien wat je al kunt.

Een beetje gezonde spanning hoort er wel bij.

Daarnaast promoten we op deze manier ook Taekwondo als kunst.

Ook de para sporters kunnen deelnemen en voor deze groep mensen is dit een mooie kans om te laten zien dat ook zij in staat zijn om hun kunsten te laten zien.

We noemen Hanmadang dan ook een festival, een soort feest op Taekwondo gebied waarbij zowel de deelnemers als de toeschouwers genieten en worden getrakteerd op Taekwondo kunst in al haar facetten.

Muziek speelt daarbij een grote rol en zorgt voor een feestelijke stemming en leuke ambiance.

Elkaar aanmoedigen, elkaar prijzen om wat men laat zien, kortom Hanmadang zorgt voor verbroedering en respect voor elkaar.

Door training en discipline krijg je de kans om te laten zien wat je kunt.

Hiervan leer je en kun je groeien en laat je zien welke normen en waarden we in het Taekwondo zo belangrijk vinden.

Maar vooral genieten, daar gaat het om!

Er zijn verschillende onderdelen binnen de Hanmadang en dat maakt het juist zo interessant, zowel voor de deelnemers als het publiek.

Maar waar kun je dan allemaal uit kiezen?

- **Stijl**
- **Breektesten**
- **Zelfverdediging**
- **Taekwondo Aerobics**
- **Recording contests**

3. Stijl

Hieronder verstaan we de vaste door Kukkiwon gehanteerde Poomsaes, de stijlfiguren die door de TBN geëxamineerd worden. De beoordeling door de scheidsrechters ligt vast zoals bij alle stijlwedstrijden. De organisatie kan bepalen dat er een lotingsysteem is voor welke Poomsaes gelopen moeten worden, of kan dit vrij laten, zodat de deelnemer zelf kan kiezen. Hierdoor kan iedereen meedoen, ongeacht kleur band/graduatie. Gekozen kan worden om in de voorronde 1 of 2 vormen te laten lopen. Voor de finale wordt 1 vorm gelopen. Bij de inschrijving geeft iedere deelnemer aan welke vormen er gelopen gaan worden.

Deze **authorized Poomsaes** kunnen als volgt worden gelopen:

- individueel
- paar (gemengd m/v = 2 deelnemers)
- team (3-5 personen, mannen, vrouwen of gemengd, aantal m/v niet bepaald)
- familie (2 of meer personen, mannen, vrouwen, gemengd, aantal m/v niet bepaald)
- creatief paar (gemengd m/v = 2 deelnemers)
- creatief team (3-5 personen, mannen, vrouwen of gemengd, aantal m/v niet bepaald)

Beoordeling

Individueel

- Iedere deelnemer wordt beoordeeld op twee onderdelen: Vorm en uitvoering.
- Startscore is 5.00 bij elk onderdeel
- Puntaftrek: ledere kleine fout 0,1 een grote fout 0,3.

Paar

- Het paar wordt beoordeeld op twee onderdelen: vorm en uitvoering synchroniciteit.
- Startscore is 5.00 bij elk onderdeel
- Puntaftrek: ledere kleine fout 0,1 een grote fout 0,3.

Team

- Het team wordt beoordeeld op twee onderdelen: vorm en uitvoering synchroniciteit.
- Startscore is 5.00 bij elk onderdeel
- Puntaftrek: ledere kleine fout 0,1 een grote fout 0,3.

Familie

- Het team wordt beoordeeld op twee onderdelen: vorm en uitvoering synchroniciteit.
- Startscore is 5.00 bij elk onderdeel
- Puntaftrek: ledere kleine fout 0,1 een grote fout 0,3.

De **creative** (zelfbedachte) **Poomsae** (paar of groep). Muziek is hierbij toegestaan. Hierin moeten de volgende verplichte technieken worden getoond:

- 1: 2 x 2 of meer Yeop Chagi's
- 2: 2 gesprongen Yeop Chagi's
- 3: 2 Dwit Chagi's
- 4: 2 gedraaide = Tolken = tornado trap= gedraaid voorwaarts
- 5: 2 Momdollyeo Chagi's

Creatief paar

- Het paar wordt beoordeeld op: Uitvoering.
- Startscore is 10.00 bij elk onderdeel
- Puntaf trek: ledere kleine fout 0,1 een grote fout 0,3.
- ledere niet getoonde verplichte techniek is een grote fout.

Creatief team

- Het team wordt beoordeeld op: Uitvoering
- Startscore is 10.00 bij elk onderdeel
- Puntaf trek: ledere kleine fout 0,1 een grote fout 0,3.
- ledere niet getoonde verplichte techniek is een grote fout.

4. Breektesten

De houders voor het breekmateriaal worden door de organisatie klaargezet. Het breekmateriaal neemt men zelf mee (of kunnen door de organisatie worden verstrekt), m.u.v. de specifieke attributen tijdens de team competitie. Een plank is alleen gebroken als dit met de juiste techniek gebeurt volgens het Kukkiwon textbook en als de plank breekt ter hoogte van twee parallelle zijden. De volgende breekdisciplines en het materiaal worden gehanteerd.

1. Meshand	Dakpannen of gasbeton
2. Vuist	Dakpannen of gasbeton
3 Yeop en Dwit	Planken (30x30x1,8 cm)
4. Momdollyeo	Planken (30x30x1,8 cm)
5. All round	Planken (30x30x0,9 cm)
6. Recording contest	Planken (30x30x0,9 cm)
7. Team competitie	Planken (30x30x0,9 cm), behalve voor kracht breektest planken (30x30x1,8 cm), andere speciale attributen (appel, ballon, enz.)

Krachtbreektesten

Hand en **vuist** mogen niet beschermd zijn. Een beschermlaag mag wel op het breekmateriaal gelegd worden. Vooraf geeft de deelnemer het aantal aan dat hij wil breken. Het breekmateriaal legt de deelnemer zelf op de houder.

Yeop en **Dwit**. De planken moeten boven heuphoogte gebroken worden. Voet mag niet beschermd worden. Inschuiven of maximaal 1 stap voorwaarts mag gemaakt worden. Indien geen enkele plank breekt, betekent dit meteen diskwalificatie. Vooraf geeft de deelnemer het aantal aan dat hij wil breken.

Momdollyeo. De planken moeten boven schouderhoogte gebroken worden. Voet mag niet beschermd worden. Inschuiven of maximaal 1 stap voorwaarts mag gemaakt worden. Indien geen enkele plank breekt, betekent dit meteen diskwalificatie. Vooraf geeft de deelnemer het aantal aan dat hij wil breken.

Technische breektesten

Dit zijn de bouwstenen voor de all-round breektest.

1. Enkel gesprongen – planken breken met hand of voet terwijl je in de lucht hangt.
2. Verticale draai – planken breken tijdens de verticale draai rond as van je lichaam.
3. Horizontale draai – planken breken tijdens de horizontale draai rond as van je lichaam.
4. Verschillende doelen – bewegende of gefixeerde planken breken in verschillende richtingen.
5. Creatief – planken breken op een manier, anders dan onder nummer 1 t/m 4.

Deze breektest bestaat uit zelf gekozen breektechnieken zoals boven benoemd, uitgevoerd door één en dezelfde persoon. Duur maximaal 60 seconden. Totaal van 7-10 planken, slechts 1 poging per plank, anders niet meegeteld als score. Er mogen maximaal 15 assistenten de planken vasthouden. De planken moeten breken door de impact van de uitvoerder.

5. Zelfverdediging

Dit is Hosinsul als groepsdiscipline, de aanvallen komen continu vanuit verschillende kanten. Duur: maximaal 60 seconden. Aantal deelnemers: 5-7, muziek is toegestaan. Verdedigen tegen (namaak) wapens mag, de wapens zelf gebruiken niet. Komische situaties en overdreven agressie mag niet.

Beoordeling

Score maximaal 10 punten: techniek = 4.00 punten, presentatie = 6.00 punten.

Techniek – juiste uitvoering, score = 4.00 punten.

- Nauwkeurigheid van Taekwondo bewegingen Score 2.0 punten
Bij een foute beweging aftrek - 0,1
- Nauwkeurigheid van Taekwondo technieken Score 2.0 punten
Bij een foute techniek aftrek - 0,1

Presentatie – samenstelling van de score = 6 punten.

- Bekwaamheid Score = 2.0 punten
De moeilijkheidsgraad wordt gejureerd.
- Uitvoering Score = 2.0 punten.
De vlotheid van de uitvoering en de realistische toepasbaarheid van de technieken.
- Creativiteit Score = 2.0 punten
Na de volledige uitvoering wordt dit onderdeel pas beoordeeld.

Strafpunten worden van het totaal afgetrokken

- Tijd overschrijden: - 0.3 punten per 10 seconden
- Per persoon te weinig of teveel: - 3 punten
- Grenslijn overschrijden: -0.3 punten per keer
- Komische situaties
- De deelnemers verwonden zichzelf
- Gebruik maken van niet toegestane wapens.

6. Taekwondo Aerobics

Een zelfbedachte demonstratie van Taekwondo technieken en turnoefeningen op muziek, binnen 1.50 en 2.00 minuten. Aantal deelnemers 7-9. Attributen toegestaan, maar geen invloed op score. Make-up toegestaan. Officiële witte Taekwondobroek en band moeten gedragen worden. Bovenkleding vrij. De formatie moet 3 keer veranderen. De volgende technieken zijn verplicht.

1. 2 x 2 of meer Yeop Chagi's
2. 2 Dollyeo Chagi's op hoofdhoogte
3. 2 Dwit Chagi's
4. 2 Momdollyeo Chagi's
5. 2 gedraaide = Tolken = tornado trap= gedraaid voorwaarts
6. 2 acrobatische bewegingen.

Alle technieken, m.u.v. acrobatische, moeten door iedereen gelijktijdig worden uitgevoerd. De acrobatische technieken kunnen door één of een paar personen worden uitgevoerd,

Beoordeling

Score maximaal 10 punten. Opbouw uit techniek en presentatie.

Techniek score = 4 punten.

- **Correctheid van de technieken** score = 2.0 punten
Fout uitgevoerde techniek: -0,1 per fout
- Alle **verplichte technieken** laten zien score = 2.0 punten
Per niet getoonde techniek: -0,3 per techniek

Presentatie (program arrangement) (6 punten)

- Deskundigheid (skill) (2.0 punten): snelheid, kracht balans, ritme
- Uitvoering (expressivity) (2.0 punten): dynamische expressie en harmonie met de muziek
- Creativiteit (2.0 punten)

Strafpunten worden van het totaal afgetrokken.

- Tijd overschrijden: - 0.3 punten per 10 seconden
- De grenslijn overschrijden: -0.3 punten per keer
- Bij groep : per persoon te weinig of teveel: - 3 punten per persoon

7. Recording contests

Dit zijn disciplines die binnen een bepaalde tijd gehouden worden en waar aantallen geteld of hoogtes of afstanden gemeten worden.

Speed breaking

Breken van targets met vuist, meshand of voet op zo'n explosieve manier, waarbij het target breekt en minimaal verplaatst wordt. Duur maximaal 20 seconden. Aantal targets 2-5, afhankelijk van leeftijd en geslacht. Voet of arm mag niet beschermd worden. Over targets mag een beschermlaag gelegd worden. Bij handtechniek blijven beide voeten op de grond.

Opeenvolgende breektesten met lichaamsdraaiing

Binnen 20 seconden zoveel mogelijk planken breken, waarbij het lichaam 360° draait bij iedere trap. Plank moet ter **hoogte van het bekken** zijn. Maximaal 5 assistenten, zij dragen een hogo en hoofdbeschermer en blijven binnen een afgebakend gebied van 2 m². Er zijn twee personen die de planken vasthouden.

Opeenvolgende breektesten met Momdollyeo

Zelfde als bij lichaamsdraaiing alleen moet de plank zich minstens op **schouderhoogte** bevinden.

Ap Chagi hoogtesprong

Een plank zo hoog mogelijk breken met gesprongen Ap Chagi. Voor de sprong wordt aangegeven hoe hoog men wil springen. Na een succesvolle eerste sprong krijgt de deelnemer nog twee pogingen om hoger te springen en te breken. Per poging 20 seconden. Maximale aanloop is 7 meter.

Ap Chagi en Yeop Chagi vertesprong

Een plank breken met een zo ver mogelijke sprong over een horizontale hindernis. Voor de sprong wordt aangegeven hoe ver men wil springen. Na een succesvolle eerste sprong krijgt de deelnemer nog twee pogingen om verder te springen en te breken. Per poging 20 seconden. Aanloopafstand minder dan 12 meter. De houding van de brekende voet speelt geen rol. De deelnemer krijgt 1 poging per keer, bij mislukken is hij uitgeschakeld.

Als laatste onderdeel is de zogenaamde teamcompetitie opgenomen.

Dit is een samenstelling van diverse disciplines.

De uitvoering is een complete demonstratie met een verhaal.

Teamcompetitie

Bij dit onderdeel moet door het volledige team verschillende disciplines worden uitgevoerd. Dit kan gebeuren in willekeurige volgorde. Het bestaat uit 9-11 personen, minstens 1 dame. In 5.30 minuten wordt een verhaal getoond door het hele team. Twee reserve deelnemers mogen op de lijst staan (één dame, één heer), er mag van ieder geslacht iemand worden gewisseld, bv. bij blessure tijdens de voorbereiding of tijdens de uitvoering zelf.

Vooraf wordt een blad afgegeven aan de jury met daarop de volgorde en geschatte tijd per discipline en de namen van het team.

Deze disciplines zijn verplicht.

Disciplines	Beoordeling
1. Creatieve Poomsae	(20 punten)
2. Zelfverdediging	(15 punten)
3. Enkele gesprongen breektest	(10 punten)
4. Verschillende doelen breektest	(10 punten)
5. Gesprongen horizontale + verticale breektest	(10 punten)
6. Creatieve breektest	(20 punten)
7. Kracht breektest	(10 punten)

1 breektest moet door de dame worden uitgevoerd, m.u.v. de kracht breektest.

Naast de beoordeling per discipline, worden nog 5 punten toegekend voor de artistieke waarde van de demonstratie. De totale maximale score is dus 100 punten.

Het al dan niet breken van een object heeft, behalve bij kracht breektest, een bepalende invloed op de score. Algemene regel bij techniek: beginnen bij het gemiddelde als geen enkele fout tegen de regels wordt gemaakt. Indien wél: beginnen onder het gemiddelde.

Bij gelijke stand: beoordeling conform de Poomsae reglementering.
De hoogste en laagste scores vallen af.

Strafpunten worden van het totaal afgetrokken

- overschrijding van de tijd: -3 punten per 10 seconden
- per persoon teveel of te weinig: - 10 punten
- gebruik van vuurwerk of echte wapens: - 3 punten
- beledigen van een staat of religie: - 10 punten
- vallen bij een breektest: - 3 punten
(de hoofdscheidsrechter steekt een rode vlag op voor de jury)

Diskwalificatie

- wanneer de naam van de deelnemer afwijkt van de lijst met namen
- valsspelen door de breekitems vooraf te bewerken, zodat ze makkelijk breken

Toegestaan

- het gebruik van muziek
- verschillende kleding
- diverse attributen