
Open District West Poomsae & Freestyle Kampioenschappen 2022

A/A-Open/B/C/D & Para-Tkd Categorie (M/V)

Uitschrijving

Promotor Taekwondo Bond Nederland

Organisatie District West
E-mail: wilma.kors@hotmail.nl
Tel: 06 21446522

Plaats Sporthal De Paperclip
Parkzichtlaan 203
3451 GX Utrecht (Leidsche Rijn)

Datum Zaterdag 11 juni 2022

Programma **A/A-Open/B/C/D / Para-tkd en Freestyle klasse**
08:30 - 09:30 uur: Registratie (Pupillen, Aspiranten en Cadetten)
10:00 - 13:00 uur: Start wedstrijden (Voorronden + Finales)
11:00 - 11:30 uur: Registratie (Junioren, Senioren, Para en Freestyle)
13:15 - 16:00 uur: Start wedstrijden (Voorronden + Finales)
Prijsuitreiking direct na afloop poule

Het programma kan middels inschrijvingen worden gewijzigd.
Clubs/verenigingen worden hierover tijdig ingelicht.

Er zal op 3 velden gestreden worden en eventueel 4 velden
1 veld voor de Freestyle, A, A-Open en Para klasse met 5 juryleden
2/3 velden voor de B, C en D klasse met 3 juryleden

Informatie Taekwondo Bond Nederland, District West

E-mail: wilma.kors@hotmail.nl
Tel: 06 21446522

TAEKWONDO BOND NEDERLAND

Postbus 4360
2003 EJ Haarlem, Nederland

www.taekwondobond.nl
info@taekwondobond.nl



Wedstrijdleiding	Dhr. Sylvestro van der Kooye Tel.: 06 15510110 E-mail: choidokwan@hotmail.com
Wedstrijdregels	Volgens WT / TBN poomsae & Freestyle reglement.
Loting	Loting wordt uitgevoerd voor de categorie A en B, en wordt 1 tot 5 dagen voor de aanvang van de competitie bekend gemaakt Via de TBN en MA-RegOnline website. Let op: geen loting voor A-Open, C en D klasse en Para klasse
Wedstrijden	Poomsae: Individueel (1), Teams (3 personen), Paren (2 personen). Freestyle: Individueel (1), Paren (2 personen), Gemengd (5 personen) (3 v +2 m of 2 v + 3 m). Poomsae: Para Individueel (1).
Methoden	Cut off systeem alle categorieën (afsnijding systeem) 1 t/m 8 deelnemers direct naar de finale; 9 t/m 19 deelnemers direct naar de 2e ronde; vanaf 20 deelnemers beginnen bij de 1e ronde.
Prijzen	Individueel: 1e , 2e en 3e prijswinnaars ontvangen elk een Medaille. Synchroon en paren teamleden ontvangen elk een medaille.
Algemeen	Deelnemers van de A en open A klasse mogen niet deelnemen aan beide klasse, slechts 1 klasse is toegestaan.

FREESTYLE COMPETITIE

De FreeStyle competitie is officieel erkend door de WT en vastgelegd in de “WT poomsae competition rules & interpretation”. Hieronder een overzicht van de regels welke gevolgd moeten worden.

- A. Individuele:** hierbij nemen mannen en vrouwen apart deel aan de wedstrijd.
- B. Paar: 1 paar** bestaat uit twee (2) deelnemers, een man en een vrouw of jongen en meisje
- C. Gemengd team:** dit team dient te bestaan uit vijf (5) deelnemers, verdeeld in 1 van de volgende 2 mogelijkheden: 2 mannen en 3 vrouwen ofwel 2 vrouwen en 3 mannen.
- D.** Een deelnemer mag zowel in de individuele klasse als in één (1) team en/of paar deelnemen.
- E. Individuele; Paar divisie:** alle Dan-/Poomgraad (A): (t/m 17 jr) en (plus 18 jr).
Gemengd team divisie: alle Dan-/Poomgraad (A): (alle leeftijden).
Individuele; Paar divisie: alle Geupgraad(B,C,D): (t/m 17 jr) en (plus 18 jr).
Gemengd team divisie: alle Geupgraad(B,C,D): (alle leeftijden).

Richtlijnen voor het FreeStyle:

- A.** De Freestyle moet bestaan uit taekwondo technieken met een samenstelling van muziek en een choreografie.
- B.** De duur van de Freestyle wedstrijd: individuele, paar en gemengd team: min 60 – max 70 seconden.
- C.** Voet en handtechnieken dienen uit taekwondo aanvallen en verdedigingstechnieken te bestaan
- D.** Verplicht: Dwit kubi, Beom seogi, Hakdari soegi.
- E.** Technische vaardigheden moeten in uitvoering op volgorde:
 - G.1** Hoogte van de zijwaartse trap:
In het geval van een paar (2) en/of gemengd team (5), moet het hele team de techniek uitvoeren.
 - 2** Aantal gesprongen voorwaartse trap (Ap chagi):
Ten minste een lid van het team moet deze techniek uitvoeren
 - 3** Volledigheid van draaiing trap:
Ten minste een lid van het team moet deze techniek uitvoeren
 - 4** Aantal opeenvolgende sparring trap technieken:
Ten minste een lid van het team moet deze techniek uitvoeren.
 - 5** Acrobatische Acties:
Ten minste een lid van het team moet deze techniek uitvoeren met een trap.

De keuze van de muziek en choreografie moet door de deelnemers zelf gekozen en bedacht worden. De deelnemer is zelf verantwoordelijk om de muziek op USB voor de aanvang van alle wedstrijden af te geven aan de organisatie.

A-categorie: De Taegeuks/Poomsaes worden 1 tot 5 dagen voor de competitie bekend gemaakt via de TBN en MA-RegOnline website

1^e: 1 taegeuks/poomsae (zie tabel AO)

2^e ronde & 3^e ronde (finale): 2 taegeuks/poomsae (zie tabel AO)

2^e en 3^e ronde (finale): 2 taegeuks/poomsae (voor wachttijd is 30 seconden).

Er worden twee keer punten per vorm gegeven op techniek en presentatie, de punten worden direct na de gelopen taegeuks/poomsae bekend gemaakt.

Tabel Individueel A-klasse

Tabel A-klasse vanaf 1e Dan/Poom en hoger verplichte Taegeuk/Poomsae

Pupillen t/m 8 jaar	Taegeuk 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 jang
Aspiranten 9 - 11 jaar	Taegeuk/Poomsae 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 jang, Koryo
Cadetten 12 - 14 jaar	Taegeuk/Poomsae 4, 5, 6, 7, 8 jang, Koryo, Keumgang
Junioren 15 – 17 jaar	Taegeuk/Poomsae 4, 5, 6, 7, 8 jang Koryo, Keumgang, Taeback
18 - 30 jaar	TaegeukPoomsae 6, 7, 8 jang, Koryo,
31 - 40 jaar	Keumgang, Taeback, Pyongwon, Sipjin
41 - 50 jaar	Taegeuk/Poomsae 8 jang, Koryo, Keumgang, Taeback, Pyongwon, Sipjin, Jitae, Chonkwon
51 - 60 jaar	Poomsae Koryo, Keumgang, Taeback, Pyongwon,
61 - 65 jaar	Sipjin, Jitae, Chonkwon, Hansu
plus 66 jaar	

Tabel Paar A-klasse**Tabel A-klasse vanaf 1e Dan/Poom en hoger
verplichte Taegeuk/Poomsae**

Pup. & Asp. t/m 11 jaar	Taegeuk/Poomsae 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 jang, Koryo
Cadetten 12 - 14 jaar	Taegeuk/Poomsae 3,4, 5, 6, 7, 8 jang Koryo, Keumgang
Junioren 15 – 17 jaar	Taegeuk/Poomsae 4, 5, 6, 7, 8 jang Koryo, Keumgang, Taeback
18 - 30 jaar	Taegeuk/Poomsae 6, 7, 8 jang, Koryo Keumgang, Taeback, Pyongwon, Sipjin
plus 31 jaar	Taegeuk/Poomsae 8 jang, Koryo, Keumgang, Taeback Pyongwon, Sipjin, Jitae, Chonkwon

Tabel Teams A-klasse**Tabel A-klasse vanaf 1e Dan/Poom en hoger
verplichte Taegeuk/Poomsae**

Pup. & Asp. t/m 11 jaar	Taegeuk/Poomsae 2,3,4, 5, 6, 7, 8 jang, Koryo
Cadetten 12 - 14 jaar	Taegeuk/Poomsae 3,4, 5, 6, 7, 8 jang Koryo, Keumgang
Junioren 15 – 17 jaar	Taegeuk/Poomsae 4, 5, 6, 7, 8 jang Koryo, Keumgang, Taeback
18 - 30 jaar	Taegeuk/Poomsae 6, 7, 8 jang, Koryo Keumgang, Taeback, Pyongwon, Sipjin,
plus 31 jaar	Taegeuk/Poomsae 8 jang, Koryo, Keumgang, Taeback Pyongwon, Sipjin, Jitae, Chonkwon

Tabel Para Individueel A- klasse**Tabel A-klasse vanaf 1ste Dan/Poom en hoger
Vrije keuze noteren**

Para-tkd t/m 17 jaar	Taegeuks 1 t/m 8 jang
Para-tkd plus 18 jaar	Poomsae Koryo, Keumgang, Taeback, Pyongwon Sipjin, Jitae, Chonkwon, Hansu

A-Open-categorie: De A-Open categorie is een categorie waarbij de deelnemers vrije keuze hebben in de te lopen poomsae, deze dient bij aanmelding doorgegeven te worden. De A-Open categorie alleen divisies vanaf 18 jaar

1^e: 1 taegeuks/pomsae (zie tabel AO)

2^e ronde & 3^e ronde (finale): 2 taegeuks/pomsae (zie tabel AO)

2^e en 3^e ronde (finale): 2 taegeuks/pomsae (voor wachttijd is 30 seconden).
Er worden twee keer punten per vorm gegeven op techniek en presentatie,
de punten worden direct na de gelopen taegeuks/pomsae bekend gemaakt.

Tabel Individueel A-Open-klasse

Tabel A-Open-klasse vanaf 1e Dan en hoger Vrije keuze noteren

18 - 30 jaar	Taegeuk/Pomsae 6, 7, 8 jang, Koryo, Keumgang, Taeback
31 - 40 jaar	Taegeuk/Pomsae 6, 7, 8 jang, Koryo, Keumgang, Taeback, Pyongwon
41 - 50 jaar	
51 - 60 jaar	
61 - 65 jaar	Taegeuk/Pomsae 6, 7, 8 jang, Koryo, Keumgang,
plus 66 jaar	Taeback, Pyongwon, Sipjin

Tabel Paar A-Open-klasse

Tabel A-Open-klasse vanaf 1e Dan en hoger Vrije keuze noteren

18 - 30 jaar	Taegeuk/Pomsae 6, 7, 8 jang, Koryo, Keumgang, Taeback
plus 31 jaar	Taegeuk/Pomsae 6, 7, 8 jang, Koryo, Keumgang, Taeback Pyongwon, Sipjin

Tabel Teams A-Open-klasse

Tabel A-Open-klasse vanaf 1e Dan en hoger Vrije keuze noteren

18 - 30 jaar	Taegeuk/Pomsae 6, 7, 8 jang, Koryo, Keumgang, Taeback
plus 31 jaar	Taegeuk/Pomsae 6, 7, 8 jang, Koryo, Keumgang, Taeback, Pyongwon, Sipjin

B-categorie: De Taegeuks worden 1 tot 5 dagen voor de competitie bekend

gemaakt via de TBN en MA-RegOnline website

1^e: 1 taegeuks (zie tabel B)

2^e ronde & 3^e ronde (finale): 2 taegeuks (zie tabel B)

2^e en 3^e ronde (finale): 2 taegeuks (voor wachttijd is 30 seconden). Er worden twee keer punten per vorm gegeven op techniek en presentatie, de punten worden direct na de gelopen taegeuks bekend gemaakt.

Tabel Individueel B-klasse

Tabel B-klasse vanaf 4e geup t/m 1e geup verplichte Taegeuk

Pupillen t/m 8 jaar

Taegeuk 1, 2, 3, 4 jang

Aspiranten 9 - 11 jaar

Taegeuk 1, 2, 3, 4, 5 jang

Cadetten 12 - 14 jaar

Taegeuk 1, 2, 3, 4, 5, 6 jang

Junioren 15 – 17 jaar

18 - 30 jaar

31 - 40 jaar

41 - 50 jaar

51 - 60 jaar

61 - 65 jaar

plus 66 jaar

Taegeuk 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 jang

Tabel Paar B-klasse

**Tabel B-klasse vanaf 4e geup t/m 1e geup
verplichte Taegeuk**

Pup. & Asp. t/m 11 jaar	Taegeuk 1, 2, 3, 4, 5 jang
Cadetten 12 - 14 jaar	Taegeuk 1, 2, 3, 4, 5, 6 jang
Junioren 15 – 17 jaar } 18 – 30 jaar } Plus 31 jaar }	Taegeuk 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 jang

Tabel Teams B- klasse

**Tabel B-klasse vanaf 4e geup t/m 1e geup
verplichte Taegeuk**

Pup. & Asp. t/m 11 jaar	Taegeuk 1, 2, 3, 4, 5 jang
Cadetten 12 - 14 jaar	Taegeuk 1, 2, 3, 4, 5, 6 jang
Junioren 15 – 17 jaar } 18 - 30 jaar } plus 31 jaar }	Taegeuk 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 jang

Tabel Para Individueel B-klasse

**Tabel B-klasse vanaf 4e geup t/m 1e geup
Vrije keuze noteren**

Para-tkd t/m 17 jaar } Para -tkd plus 18 jaar }	Taegeuks 1,2,3,4,5,6,7,8 jang
--	-------------------------------

TAEKWONDO BOND NEDERLAND

Postbus 4360
2003 EJ Haarlem, Nederland

www.taekwondobond.nl
info@taekwondobond.nl



C-categorie: Deelnemers mogen indien gewenst 2 of 3x dezelfde taegeuks lopen

1^e en 2^e ronde: 1 Taegeuks (zie tabel)

3^e ronde (finale): 2 Taegeuks (zie tabel)

3^e ronde (finale): 2 taegeuks (voor wachttijd is 30 seconden). Er worden twee keer punten per vorm gegeven op techniek en presentatie, de punten worden direct na de gelopen taegeuks bekend gemaakt.

Tabel Individueel C-klasse

Tabel C-klasse vanaf 8e geup t/m 5e geup verplichte Taegeuks

Pupillen t/m 8 jaar Aspiranten 9 - 11 jaar	} Taegeuk 1,2 jang
Cadetten 12 - 14 jaar	Taegeuk 1,2,3 jang
Junioren 15 – 17 jaar 31 - 40 jaar 41 - 50 jaar 18 - 30 jaar 51 - 60 jaar 61 - 65 jaar plus 66 jaar	} Taegeuk 1,2,3,4 jang

Tabel Paar & Teams C-klasse

**Tabel C-klasse vanaf 8e geup t/m 5e geup
verplichte Taegeuks**

Pup. & Asp. t/m 11 jaar	Taegeuk 1,2 jang
Cadetten 12 - 14 jaar	Taegeuk 1,2,3 jang
Junioren 15 – 17 jaar } 18 - 30 jaar } plus 31 jaar }	Taegeuk 1,2,3,4 jang

Tabel Paar & Teams C-klasse

**Tabel C-klasse vanaf 8e geup t/m 5e geup
verplichte Taegeuks**

Pup. & Asp. t/m 11 jaar	Taegeuk 1,2 jang
Cadetten 12 - 14 jaar	Taegeuk 1,2,3 jang
Junioren 15 – 17 jaar } 18 - 30 jaar } plus 31 jaar }	Taegeuk 1,2,3,4 jang

Tabel Para Individueel C-klasse

**Tabel C-klasse vanaf 8e geup t/m 5e geup
Vrije keuze noteren**

Para-tkd t/m 17 jaar } Para -tkd plus 18 jaar }	Taegeuks 1,2,3,4 jang
--	-----------------------

D-categorie: Deelnemers lopen alle 3 de rondes dezelfde taegeuk

1^e en 2^e ronde: 1 Taegeuks (zie tabel)

3^e ronde (finale): 2 Taegeuks (zie tabel)

3^e ronde (finale): 2 taegeuks (voor wachttijd is 30 seconden). Er worden twee keer punten per vorm gegeven op techniek en presentatie, de punten worden direct na de gelopen taegeuks bekend gemaakt.

Tabel Individueel D-klasse

Tabel D-klasse vanaf 10e geup t/m 9e geup

Pupillen t/m 8 jaar	}	Taegeuk 1
Aspiranten 9 - 11 jaar		
Cadetten 12 - 14 jaar		
Junioren 15 – 17 jaar		
18 - 30 jaar		
31 - 40 jaar		
41 - 50 jaar		
51 - 60 jaar		
61 - 65 jaar		
plus 66 jaar		

Tabel Paar & Teams D-klasse

Tabel D-klasse vanaf 10de geup t/m 9e geup

Pup. & Asp. t/m 11 jaar	}	Taegeuk 1
Cadetten 12 - 14 jaar		
Junioren 15 – 17 jaar		
18 - 30 jaar		
plus 31 jaar		

Tabel Para Individueel D-klasse

Tabel D-klasse vanaf 10de geup t/m 8ste geup

Para-tkd t/m 17 jaar	}	Taegeuk 1
Para -tkd plus 18 jaar		

Categorieën

- A. In de individuele (1) competitie zullen mannen en vrouwen apart deelnemen.
- B. Een paar team dient twee (2) deelnemers te hebben, een man en een vrouw.
- C. Een team dient drie (3) deelnemers van hetzelfde geslacht te hebben.
Bij Freestyle dient team gemengd vijf (5) deelnemers te hebben, 3v/2m of 2v/3m.
- D. Een deelnemer mag zowel in de **1 individuele klasse** als in 1 paar en/of 1 team starten.
- E. A-Categorie (1e Dan/poom en hoger), A-Open-Categorie (1e Dan/poom en hoger)
B-Categorie (4e t/m 1e Geup), C-Categorie (8e t/m 5e Geup), D-Categorie (10e t/m 9e Geup)
Para-tkd (gehandicapte) 10e t/m 1e geup en 1e Dan/poom en hoger

F. Individuele divisie:

(t/m 8 jr); (9 t/m 11 jr); (12 t/m 14 jr); (15 t/m 17 jr); (*Geen A-Open-klasse*)
(18 t/m 30 jr); (31 t/m 40 jr); (41 t/m 50 jr); (51 t/m 60 jr); (61 t/m 65 jr) en (plus 66 jr).

Paar divisie:

(t/m 11 jr); (12 t/m 14 jr); (15 t/m 17 jr); (18 t/m 30 jr) en (plus 31 jr).

Team divisie:

(t/m 11 jr); (12 t/m 14 jr); (15 t/m 17 jr); (18 t/m 30 jr) en (plus 31 jr).

G. In de Para-taekwondo (sporters met een geestelijke en/of lichamelijke beperking)

poomsae competitie zullen mannen en vrouwen apart deelnemen.

Elke deelnemer kiest vrij de taegeuks of poomsae, er is slechts 1 ronde mogelijk

Individuele divisie: alle Dan/Poomgraad (A): (t/m 17 jr) en (plus 18 jr)

Individuele divisie: alle Geupgraad(B,C,D): (t/m 17 jr) en (plus 18 jr)

- H. De leeftijdsgrenzen zijn gebaseerd op het geboortejaar. Bv. als iemand 17 jaar is maar in het competitiejaar 18 jaar wordt, neemt hij/zij deel bij divisie 18 t/m 30 jr. Voor paar en teams geldt dat er wordt deelgenomen in de categorie van het oudste teamlid. Bv. als 1 persoon van het paar 16 is en de ander in het competitiejaar 18 wordt, dan nemen zij deel bij de divisie 18 t/m 30 jr.

Deelname-voorwaarden

Bondspaspoort en geldige document welke elk lid dient uit te draaien vanuit het ledenadministratie systeem voorzien van geup-graad én geldig identiteitsbewijs dienen te worden getoond bij de registratie. Let op: bij ontbrekende gegevens volgt onherroepelijk uitsluiting van deelname! Alle deelnemers en -neemsters worden geacht op eigen risico aan de wedstrijden deel te nemen. Door deelname verklaren zij zich akkoord de TBN c.q. de organisatie te vrijwaren van elke aansprakelijkheid. De deelnemers dragen tijdens wedstrijden en prijsuitreiking geen sieraden, horloges en dergelijke en zijn uitsluitend gekleed in een witte of poomsae dobok!

Coach / teamleider

1 coach/teamleider per 5 deelnemers. (maximaal 3)
Alléén deelnemers en coachen worden op de wedstrijd velden toegelaten op vertoon van deelnemers- of coachkaart. De coach dient bondslid en tenminste 18 jaar oud te zijn en dient sportkleding (incl. sportschoenen) te dragen. Identiteitsbewijs en ledenpas dient men op verzoek te tonen.

TAEKWONDO BOND NEDERLAND

Postbus 4360
2003 EJ Haarlem, Nederland

www.taekwondobond.nl
info@taekwondobond.nl



Registratie De coach of clubverantwoordelijke is verantwoordelijk voor de registratie welke per team dient plaats te vinden. U dient bij registratie van uw team alle documenten te overhandigen. **Betaalbewijs** van lopend contributiejaar per lid en/of teamlijst met betaalstatus vanuit de ledenadministratie.
Al uw deelnemers dienen voor aanvang aanwezig te zijn.

Deelname **Alléén TBN-leden.**

Sluiting **31 mei 2022**
Inschrijvingen ná deze datum worden niet meer geaccepteerd.
Mutaties kunnen uitsluitend online via www.ma-regonline.com behandeld worden. mutaties aangeleverd per mail worden niet behandeld.

Inschrijvingen Uitsluitend online via: www.ma-regonline.com

Inschrijfgeld	Individueel en freestyle	€ 15,00
	Paren (samen)	€ 20,00
	Teams (samen)	€ 24,00
	Para-Tkd alle klasse	€ 10,00

Gelijktijdig met de inschrijving dient betaling van het inschrijfgeld plaats te vinden op IBAN NL70INGB0004857490 t.n.v. Taekwondo Bond Nederland met vermelding van ODK West Stijl 11 juni 2022 en het TBN aansluitnummer van de club.
Het is niet mogelijk om inschrijfgeld tijdens de registratie te voldoen.

Entree **GRATIS neem je vrienden, familie en kennissen mee!**