



ΤΑΕ ΚΒΟ ΝΤΟ

Α. Αγώνισμα

- Ταε Κβο Ντο Αγοριών 3 κατηγορίες Κωδ.055 (-55κ.), 056 (-63κ.), 057 (+63κ.)
- Ταε Κβο Ντο Κοριτσιών 3 κατηγορίες Κωδ.058 (-52κ.), 059 (-59κ.), 060 (+59κ.)

Β. Δικαίωμα συμμετοχής

- Δικαίωμα συμμετοχής από κάθε Γυμνάσιο έχουν 2 μαθητές και 2 μαθήτριες ανά αγώνισμα.
- Μέγιστος αριθμός επιτρεπομένων συμμετοχών από όλα τα Γυμνάσια ανά αγώνισμα
 - 055. Ταε Κβο Ντο Αγοριών (-55 κ.) = 6 μαθητές
 - 056. Ταε Κβο Ντο Αγοριών (-63 κ.) = 6 μαθητές
 - 057. Ταε Κβο Ντο Αγοριών (+63 κ.) = 6 μαθητές
 - 058. Ταε Κβο Ντο Κοριτσιών (-52 κ.) = 4 μαθήτριες
 - 059. Ταε Κβο Ντο Κοριτσιών (-59 κ.) = 4 μαθήτριες
 - 060. Ταε Κβο Ντο Κοριτσιών (+59 κ.) = 4 μαθήτριες
- Για να συμμετέχει κάποιος/α μαθητής/τρια στους αγώνες δεν χρειάζεται να έχει καμία απολύτως εμπειρία συμμετοχής στο Ταε Κβο Ντο.

Γ. Στολές αθλητών-εξοπλισμός

- Φόρμα άσπρη
- Θώρακας
- Κάσκα
- Επικαλαμίδες
- Επιβραχιονίδες
- Σπασουάρ
- Το αθλητικό υλικό θα δοθεί από την Οργανωτική Επιτροπή. Όποιος όμως επιθυμεί μπορεί να φέρει το δικό του (στολή, προστατευτικά, κλπ)

Δ. Κανονισμοί

- Το Ταεκβοντό είναι μια πολεμική τέχνη αυτοάμυνας. Ως άθλημα αποτελεί ένα συνδυασμό φιλοσοφίας, πνευματικής πειθαρχίας, σωματικής εξάσκησης και ικανότητας.
- Ένας αγώνας Ταεκβοντό πραγματοποιείται σε **τρεις(3) γύρους με μισό λεπτό διακοπή** ανάμεσά τους.
- Ο κάθε γύρος διαρκεί **1,5 λεπτό**.
- Οι δύο αθλητές, ο «τσονγκ» (μπλε) και ο «χονγκ» (κόκκινος), κερδίζουν πόντους ύστερα από λακτίσματα στο κεφάλι και στο σώμα του αντιπάλου ή γροθιές στο σώμα.
- Κατά τη διάρκεια του αγώνα οι αθλητές είναι υποχρεωτικό να φορούν προστατευτικά εξαρτήματα για την αποφυγή τραυματισμών.
- Κάθε νόμιμο χτύπημα προσθέτει ένα πόντο στη συνολική βαθμολογία του αθλητή.
- Νόμιμο θεωρείται το χτύπημα στο κεφάλι ή στον κορμό με το μέρος του ποδιού κάτω από τον αστράγαλο, καθώς επίσης και το χτύπημα στον κορμό με κλειστή γροθιά, εφόσον το έχουν καταγράψει οι δύο τουλάχιστον από τους τρεις κριτές.
- Απαγορεύονται οι λαβές, το σπρώξιμο, το κράτημα, η προσποίηση τραυματισμού, οι ανατροπές και τα χτυπήματα στην πλάτη.



- Νικητής αναδεικνύεται ο αθλητής που συγκεντρώνει τους περισσότερους πόντους ή ο αντίπαλός του τιμωρείται με τρεις ποινές.
- Σε περίπτωση ισοβαθμίας νικητής είναι αυτός που έχει κερδίσει τον **τελευταίο πόντο**.

Ε. Τρόπος διεξαγωγής

Ταε Κβο Ντο Αγοριών (Κωδ. 055, 056, 057)

- Από τους έξι (6) μαθητές οι δύο(2) περνούν, μετά από κλήρωση, κατ' ευθείαν στους ημιτελικούς.
- Οι άλλοι τέσσερις(4) παίζουν, μετά από κλήρωση, δύο(2) προκριματικούς νοκ-άουτ αγώνες.
- Οι τέσσερις(4) μαθητές που προκρίθηκαν παίζουν δύο(2) ημιτελικούς.
- Οι νικητές παίζουν στον τελικό ενώ οι ηττημένοι στον μικρό τελικό.

Ταε Κβο Ντο Κοριτσιών (Κωδ. 058, 059, 060)

- Οι τέσσερις (4) μαθήτριες παίζουν, μετά από κλήρωση, δύο(2) ημιτελικούς.
- Οι νικήτριες παίζουν στον τελικό ενώ οι ηττημένες στον μικρό τελικό.
- Οι μαθητές και οι μαθήτριες **όλων** των κατηγοριών προσέρχονται **υποχρεωτικά** στις **09:30π.μ.** στον χώρο διεξαγωγής του αθλήματος για την **ζύγισή** τους.

Ζ. Πρόγραμμα αγώνων

ΤΡΙΤΗ, Πρώτη Σερρών - Εγκατάσταση Βαρέων Αθλημάτων

055. Ταε Κβο Ντο Αγοριών (-55 κ.)

09:45 π.μ. Προκριματικοί
10:30 π.μ. Ημιτελικοί
11:15 π.μ. Τελικοί
11:35 π.μ. Απονομή

056. Ταε Κβο Ντο Αγοριών (-63 κ.)

10:00 π.μ. Προκριματικοί
10:45 π.μ. Ημιτελικοί
11:30 π.μ. Τελικοί
11:50 π.μ. Απονομή

057. Ταε Κβο Ντο Αγοριών (+63 κ.)

10:15 π.μ. Προκριματικοί
11:00 π.μ. Ημιτελικοί
11:45 π.μ. Τελικοί
12:05 μ.μ. Απονομή

058. Ταε Κβο Ντο Κοριτσιών (-52 κ.)

12:00 μ.μ. Ημιτελικοί
12:45 μ.μ. Τελικοί
13:05 μ.μ. Απονομή



059. Ταε Κβο Ντο Κοριτσιών (-59 κ.)

12:15 μ.μ. Ημιτελικοί
13:00 μ.μ. Τελικοί
13:25 μ.μ. Απονομή

060. Ταε Κβο Ντο Κοριτσιών (+59 κ.)

12:45 μ.μ. Ημιτελικοί
13:15 μ.μ. Τελικοί
13:30 μ.μ. Απονομή