

SPRAWNOŚĆ

KOLEJKA I
26 KWIETNIA 2026
NIEDZIELA

POOMSAE

KUJAWSKO-POMORSKA Taekwondo LIGA



HALA SPORTOWA
SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 31 w BYDGOSZCZY
ul. Karłowicza 2
85-092 Bydgoszcz



START
GODZINA 10.00

1. **Organizator:** Uczniowski Klub Sportowy 10 Bydgoszcz
2. **Promotor:** Kujawsko-Pomorski Okręgowy Związek Taekwondo Olimpijskiego
3. **Gospodarz:** Szkoła Podstawowa Nr 31 w Bydgoszczy
4. **Osoby funkcyjne:**
 - Dyrektor zawodów: Sławomir Wąs tel. kom. 606 361 203, e-mail: slawomir.was83@gmail.com
 - Sędzia główny: Agnieszka Falaszek
 - Biuro zawodów: Grzegorz Jagodziński tel. kom. 503 138 617, e-mail: grejor@o2.pl
5. **Termin i miejsce zawodów:** 26.04.2026r. (niedziela), Hala Sportowa Szkoły Podstawowej Nr 31 w Bydgoszczy, ul. Karłowicza 2 85-092 Bydgoszcz
6. **Biuro:** Hala Sportowa Szkoły Podstawowej Nr 31 w Bydgoszczy, ul. Karłowicza 2 85-092 Bydgoszcz
7. **Warunki uczestnictwa:**
 - Aktualne badania lekarskie lub zaświadczenie o zdolności do startu.
 - Ważna polisa ubezpieczeniowa NNW zawodnika
8. **Zgłoszenia:** 22.04.2026r.
 - Konkurencja poomsae: tpss2021.eu
 - Konkurencja sprawność: system zgłoszeń kptkd.pl/liga
9. **Konkurencje i kategorie:**
 - **Sprawnościowe (trójbój):** podział na kategorie wiekowe i wagowe dziewcząt i chłopców (max. 8 osób w kategorii). Zawodnicy wykonują 3 próby sprawnościowe, przypisane do kategorii wiekowej. Zawodnicy startują w 3. próbach, o miejscu stanowi suma punktów zdobytych z każdej

Grupa	Rocznik	Wiek	Próba
Brzdąc/Maluch	2021 i młodsi	<5 lat	1., 2., 3.
Dziecko	2020-2019	6-7 lat	1., 2., 3.
Żak	2018-2017	8-9 lat	3., 4., 6.
Młodzik	2016-2015	10-11 lat	4.,5.,6.
Kadet	2014-2012	12-14 lat	4.,5.,6.
Junior	2011-2009	15-17 lat	4.,5.,6.

Lista prób:

1. **Wielokrotne kopnięcie ap-chagi (10 sek.) - wynik stanowi suma 2 prób.**
2. **Bieg z przeszkodami 3 x 8 m po kształcie trójkąta – I prosta bieg przez 4 kółka koordynacyjne następnie ap-chagi dowolną nogą, II prosta bieg z przejściem pod tunelem, następnie dollyo-chagi dowolną nogą, III prosta bieg z przeskokiem nad przeszkodą oraz uderzenie pojedyncze jjurugi.**
3. **Bieg wahadłowy na odcinku 8 metrów z technikami, przeskokiem i przejściem pod przeszkodą.**
4. **Wielokrotne kopnięcia dollyo-chagi (10 sek.) – wynik stanowi suma 2 prób.**
5. **Kopnięcie twio ap-chagi.**
6. **Wielokrotne kopnięcie jop-chagi jedną nogą z odstawieniem (10 sek.) - wynik stanowi suma 2 prób (najpierw prawa noga, potem lewa noga).**

- **Poomsae indywidualne: kategoria męska i żeńska, z podziałem na wiek i stopnie**

Uwaga!!! Organizator zastrzega sobie prawo do łączenia kategorii.

Podział wiekowy:

Grupa	Rocznik	Wiek
Dziecko	2019-2018	6-7 lat
Żak	2017-2016	8-9 lat
Młodzik	2015-2014	10-11 lat
Kadet	2013-2011	12-14 lat
Junior	2010-2008	15-17 lat
Senior I	2007-1995	18-30 lat
Senior II	1994-1985	31-40 lat
Senior III	1984-1975	41-50 lat
Weteran	1974-	51< lat

Podział na stopnie:

Stopień	Runda eliminacyjna	Runda finałowa
10-7 kup	1 lub 2 poomsae taeguk	1 lub 2 poomsae taeguk
6-3 kup	3, 4 lub 5 poomsae taeguk	3, 4, 5 lub 6 poomsae taeguk
2-1 kup/dan/poom	6, 7, 8 lub Koryo	6, 7, 8 lub dowolne mistrzowskie

Uwaga!!! Organizator zastrzega sobie prawo do łączenia kategorii.

10. Program zawodów:

Niedziela 26.04.2026

8.30-9.30 Rejestracja do kategorii sprawnościowej oraz poomsae.

10.00-14.00 Konkurencje sprawnościowe oraz poomsae.

11. Nagrody:

Medale i dyplomy za miejsca I-III.

12. Opłaty:

Sprawność – 80 zł

Poomsae indywidualnie – 100 zł

Poomsae w parach - 100 zł

Start w kilku konkurencjach – 150 zł

Wpłat dokonujemy w Biurze Zawodów lub przelewem na konta:

Kujawsko-Pomorski Okręgowy Związek Taekwondo Olimpijskiego

NIP: 967-06-94-245

Konto: **75 1940 1076 3080 6078 0000 0000**

13. Wyżywienie:

Propozycja wyżywienia:

- Zamówienia Restauracja Kaprys ul. Marii Skłodowskiej Curie 1, 85-001 Bydgoszcz Tel. +48 509 548 436
mail: lwona.bydgoszcz@interia.pl

- Dalmacja Pizza&Kebab
Bielicka 24, 85-135 Bydgoszcz

Telefon: 669 980 297

Menu: pizzadalmacja.pl

14. Dokonanie zgłoszenia przez kluby zawodników jest jednocześnie oświadczeniem o posiadaniu przez nich aktualnych badań sportowych.

15. Kluby mają obowiązek ubezpieczyć zawodników. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za nieszczęśliwe wypadki i konsekwencje wynikające z braku powyższego ubezpieczenia.

16. Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania zawodów lub zmiany terminu z przyczyn niezależnych od niego.

