



COMITATO REGIONALE
PUGLIA

TORNEO MASTER TALENT OVER 60 – PUGLIA 2024

TAEKWONDO INTERGENERAZIONALE

SEDE E DATA DI GARA

- **SEDE:** Palazzetto dello Sport "PALAPENTASSUGLIA" - Strada per Masseriola – BRINDISI
- **DATA:** Domenica, 12 Maggio 2024
- **ORARIO:**
 - Ore 09.00 - Briefing con i tecnici
 - Ore 09.30 - Inizio Gara

TIME TABLE: La successione delle categorie in gara, verrà comunicata nei giorni immediatamente precedenti la competizione stessa, in base alle iscrizioni ed alle necessità organizzative. Consultare [TKD TECHNOLOGY](#) e www.taekwondofitapuglia.it
E la pagina TELEGRAM : [FITA - PUGLIA](#)

SUDDIVISIONE ATLETI

- **CLASSI DI ETÀ – Maschili e Femminili:**
 - **OVER 60:** nati nel 1964... 1963... 1962... ecc.
- **GRADI:**
 - Cinture: **Tutte le Cinture**

CAMPI DI GARA

- **DIMENSIONI AEREA DI GARA:** 10 x 10 m.
- **NUMERO AREE DI GARA:** Il campionato si svolgerà su 2-3 Quadrati

CONDIZIONI PER LA PARTECIPAZIONE

- Regolamento di Gara – FITA;
- All'Evento potranno partecipare tutte le Società regolarmente affiliate alla FITA ed i rispettivi Coach in possesso di idonea qualifica Tecnica, anch'essi regolarmente tesserati per l'Anno Sportivo in corso;
- Tutti gli atleti, al momento dell'iscrizione alla competizione, **DOVRANNO ESSERE IN POSSESSO DEL CERTIFICATO MEDICO** e di tutti i requisiti di **IDONEITÀ FISICA** alla pratica del Taekwondo ed inoltre dovranno essere **Regolarmente Tesserati per l'Anno Sportivo in corso con il medesimo GRADO** con cui vengono iscritti alla gara;
- Tutti gli Atleti che decideranno di iscriversi alla presente Gara, **si impegnano ad accettare e rispettare** tutte le disposizioni, le omologazioni ed i Regolamenti impartiti ed emanati dalla FITA – Federazione Italiana Taekwondo, e dal Comitato Regionale Puglia.

COACH/TECNICI e ATLETI

- L'accesso ai **Campi di Gara** (autorizzato solo per i Coach e per gli Atleti) sarà consentito, **solo ed esclusivamente**, a tutti coloro che saranno accreditati.
- I **Coach** potranno accompagnare i propri atleti sul campo, però sino al **LIMITE** stabilito dalla Commissione di Gara. Si avvisa che **NON** sarà presente alcuna sedia a loro destinata, a ridosso dei quadrati di gara.



COMITATO REGIONALE
PUGLIA

ISCRIZIONI

- **MODALITÀ DI ISCRIZIONE:**

Le iscrizioni dovranno avvenire **SOLO ed ESCLUSIVAMENTE**, utilizzando l'apposita Sezione **COMPETIZIONI**, presente nell'Area Riservata di ciascuna Società Sportiva (sull'apposito portale, gestito dalla FITA), entro e non oltre il **09/05/2024**.

- **QUOTA DI ISCRIZIONE:** € 5,00 (Cinque/00) Individuale - per ogni atleta

ORGANIZZAZIONE

- **COMITATO REGIONALE PUGLIA - FITA**

RESPONSABILITÀ

Tutti gli atleti ed i tecnici partecipano al Campionato a proprio rischio.

Il Comitato Organizzatore della manifestazione non si ritiene responsabile di eventuali danni a persone, cose e/o materiali.

Con l'iscrizione a questo Campionato, tutte le condizioni riportate sulla presente Circolare e quelle riportate sui regolamenti ad essa annessi, si intendono accettate.

PREMIAZIONI

- **ATLETI: Medaglie** per tutti i partecipanti. Che avranno la possibilità di fare le foto ricordo, sul Podio Puglia;

REGOLAMENTO

TECNICHE BASE PRESTABILITE

A1 - Dalla posizione **Giunbi**, l'atleta esegue uno spostamento laterale tronco - gamba a sx, portandosi in posizione **Juchumseoghi** ed effettua:

- Attacco di pugno medio dx-sx-dx-sx;
- Parata media (interna) dx-sx-dx-sx;
- Parata media (esterna) dx-sx-dx-sx;
- Parata alta dx-sx-dx-sx;
- Parata bassa dx-sx-dx-sx; L'atleta torna nella posizione Giubi.

A2 - Dalla posizione **Giunbi** l'atleta, portandosi in posizione **Apgubi dx**:

- Avanza di 2 posizioni (dx-sx), esegue attacco di pugno omolaterale* (**Giumok**) medio(dx-sx);
- Indietreggia di 2 posizioni (in Apgubi), esegue parata (Momtong Makki) media interna (dx-sx);
- Avanza di 2 posizioni (dx-sx), esegue attacco di pugno omolaterale* (**Giumok**) medio(dx-sx);
- Indietreggia di 2 posizioni (in Apgubi), esegue parata (Momtong Makki) media esterna (dx-sx);
- Avanza di 2 posizioni (dx-sx), esegue attacco di pugno omolaterale* (**Giumok**) alto (dx-sx);
- Indietreggia di 2 posizioni (in Apgubi), esegue parata (Momtong Olgul) alta (dx-sx);
- Avanza di 2 posizioni (dx-sx), esegue calcio frontale (**Apchaghi** dx-sx);
- Indietreggia di 2 posizioni (in Apgubi), esegue parata (Momtong Makki) bassa (dx-sx); L'atleta torna nella posizione Giubi (portando gamba dx avanti, rispetto alla posizione del corpo).



COMITATO REGIONALE
PUGLIA

A3 - Dalla posizione **Giunbi**, l'atleta indietreggia in posizione **Apgubi dx**:

- Esegue parata (Momtong Makki) media interna sx con successivo attacco di pugno (Giumok) medio dx; (torna in Giunbi, ripete la stessa sequenza di movimenti in posizione **Apgubi sx**).
- Torna nella posizione di Giunbi, indietreggia in posizione **Apgubi dx**:
- Esegue parata (Momtong Makki) media esterna sx con successivo attacco di pugno (Giumok) medio dx; (torna in Giunbi, ripete la stessa sequenza di movimenti in posizione **Apgubi sx**).
- Torna nella posizione di Giunbi, indietreggia in posizione **Apgubi dx**:
- Esegue parata (Momtong Olgul) alta sx con successivo attacco di pugno (Giumok) alto dx; (torna in Giunbi, ripete la stessa sequenza di movimenti in posizione **Apgubi sx**).
- Torna nella posizione di Giunbi, indietreggia in posizione **Apgubi dx**:
- Esegue parata (Momtong Makki) bassa sx con successivo attacco di pugno (Giumok) medio dx; (torna in Giunbi, ripete la stessa sequenza di movimenti in posizione **Apgubi sx**).
- Torna nella posizione di Giunbi, effettua una rotazione del corpo di 90° a sx in **Apseogi**:
- Esegue parata (Momtong Makki) media interna sx con successivo attacco di pugno (Giumok) medio dx; (torna in Giunbi, effettua una rotazione del corpo di 90° a dx, ripete la stessa sequenza di movimenti).
L'atleta torna nella posizione Giunbi.

A4 - Dalla posizione di guardia (gamba dx dietro) l'atleta esegue la tecnica, con la gamba dx. Appoggio a piedi paralleli, effettua la tecnica successiva senza soluzione di continuità, secondo la sequenza:

- Calcio frontale (Apchaghi) al bersaglio alto, n° 2 tecniche;
- Calcio verticale (Cikki) n° 2 tecniche;
- Calcio verticale (Cikki) infuori, n° 2 tecniche;
- Calcio verticale (Cikki) interno, n° 2 tecniche. L'atleta torna nella posizione Giunbi.
- OMOLATERALE:

Termine per indicare le strutture (gamba- braccio) situate sullo stesso lato destro e sinistro del corpo.