



# Taekwondo

## Technik-Turnier

- ✓ Formen
- ✓ Freikampf
- ✓ Selbstverteidigung
- ✓ Partnerübungen
- ✓ Bruchtest

# SHARKS-CUP 2015



- ✓ **Motivation** Pokale für den 1., 2. und 3. Platz bei allen Einzelwettbewerben
- ✓ **Trainererleichterung** Freie Wahl der Wettbewerbs-Formen, es ist kein Erlernen neuer Formen notwendig
- ✓ **Teilnehmererleichterung** Formenpräsentation nach eigenen Stärken, keine Stil-Vorgabe
- ✓ **Teilnahmevielfalt** Zahlreiche Alters- und Leistungsklassen

**Samstag, 05. Dezember 2015**

Turnhalle der Erich-Kästner-Schule, Zehntenhofstraße 20, 65201 Wiesbaden, [www.bluesharks.de](http://www.bluesharks.de)

Die Blue Sharks der TG Schierstein 1848 J.P. laden ein zum

# SHARKS-CUP 2015

Formen – Freikampf – Selbstverteidigung – Partnerübungen – Bruchtest

Datum: Samstag, der **05. Dezember** 2015  
Teilnehmer: offen **für alle Vereine, Stile und Verbände**  
Registrierung: 8.30 – 9.00 Uhr (Hallenöffnung: 8.15 Uhr)  
Ort: Turnhalle der Erich-Kästner-Schule, Zehntenhofstraße 20, 65201 Wiesbaden  
Ausrichter: Taekwondo-Abteilung „Blue Sharks“ der TG Schierstein 1848 J.P.  
Fragen an: Ioannis Lerakis, Tel.: 0152-21618134 ; Mail: lerakis@gmx.de

## Formen

Regeln:

- Es können **Hyongs, Poomsae und Kreuzformen** gezeigt werden.
- Die Bewertung orientiert sich **nicht** an den **Regel-Vorgaben der WTF**, jeder kann seinen Formen-Stil nach bestem Wissen und eigener Interpretation präsentieren.
- Jeder präsentiert **2 verschiedene Formen frei nach eigener Wahl**, so dass fast jeder teilnehmen kann – mit den **Formen die einem am besten „liegen“**. Die Mühe für den Trainer, seinen Schülern kurz vor dem Turnier noch geforderte Formen beizubringen, entfällt.
- Die Bewertung erfolgt lediglich nach Richtigkeit des Diagramms, Dynamik, Ausdruck, und vor allem nach dem Gesamteindruck.
- Bei Synchronformen ist die Synchronität das Hauptkriterium.
- Die Tritthöhen, Blockhöhen, Ausholbewegungen sind beliebig ausführbar.

Klassen:

**Einzel:**

- Männlich: bis 8 / 9-12 / 13-17 / 18-35 / ab 35 Jahre
- Weiblich: bis 8 / 9-12 / 13-17 / 18-35 / ab 35 Jahre

Zusätzlich gibt es eine Unterscheidung in drei Leistungsklassen:

- LK 3: 10.-7. Kup/ LK 2: 6.-3. Kup / LK 1: ab 2. Kup

**Synchron:**

- Synchron-Paar (Geschlecht ist egal): **bis 8 / 9-12 / 13-17 / ab 18 Jahre**
- Synchron Team (Geschlecht ist egal, mind. 3 Leute): **bis 8 / 9-12/13-17 / ab 18 Jahre**

Beim Synchron gibt es keine Unterscheidung in Leistungsklassen.

## Freikampf (Show)

Regeln:

Zwei Personen bilden ein Team und zeigen einen **halbminütigen Freikampf als Show**. Sie treten nicht gegeneinander, sondern **gemeinsam** an, um eine möglichst hohe Punktzahl von den Kampfrichtern zu bekommen. Hierbei ist kein härterer Kontakt erlaubt (ein leichtes berühren ist aber möglich). Es ist also nicht nötig eine Schutzausrüstung anzuziehen (ein Tiefschutz ist trotzdem empfehlenswert). Jeder muss abwechselnd eine Taekwondo-Technik zeigen. Ziel ist es einen möglichst spektakulären **Nicht-Kontakt-Kampf** zu präsentieren. Je flüssiger die Techniken der zwei Partner (nicht Gegner) ineinander übergehen, je schneller die Techniken präsentiert werden und je spektakulärer (Drehtritte, Sprungtritte, gesprungene Drehtritte) die Techniken sind, desto höher ist die Wertung. Die Distanz der Kämpfer sollte so sein, dass man sich treffen würde, wenn die Techniken nicht gestoppt werden – dementsprechend wird ein Kampf bei großem Abstand schlechter bewertet.

Klassen: bis 12 / 13-17 / ab 18 Jahre (Geschlecht ist egal)

## Selbstverteidigung

Regeln:

Zwei Personen bilden ein Team und zeigen **abwechselnd jeweils 3 freie** (vorher eingeübte) **Selbstverteidigungsaktionen**. Die Kampfrichter bewerten im Anschluss die insgesamt sechs verschiedenen Selbstverteidigungsaktionen und das Paar erhält eine gemeinsame Wertung. Bewertet wird vor allem die selbstbewusste Ausstrahlung bei den gezeigten Techniken.

Klassen: bis 12 / 13-17 / ab 18 Jahre (Geschlecht ist egal)



----- **Partnerübungen** -----

Regeln: Zwei Personen bilden ein Team und zeigen **abwechselnd** jeweils 3 **vorher eingeübte Einzschrittpartnerübungen** (keine wettkampforientierten Partnerübungen). Die Kampfrichter bewerten die insgesamt 6 verschiedenen Partnerübungen und das Paar bekommt eine gemeinsame Wertung. Bewertet wird vor allem der Schwierigkeitsgrad und die Sauberkeit der Partnerübungen.

Klassen: bis 12 / 13-17 / ab 18 Jahre (Geschlecht ist egal)

----- **Bruchtest** -----

Regeln: Jeder Teilnehmer zeigt einen **Bruchtest nach Wahl** (hierzu zählt auch eine Kombination, die aber schnell hintereinander ausgeführt werden muss). Die Halter müssen jeweilig selbst organisiert werden. Bewertet wird der Schwierigkeitsgrad und das Gesamtbild. Falls das Brett/die Bretter beim ersten Versuch nicht brechen, hat jeder Teilnehmer **einen zweiten Versuch** - bei der Wiederholung muss der gleiche Bruchtest gezeigt werden. Nur der **bessere Bruchtest wird bewertet**. Ein erfolgreicher Bruchtest wird immer höher gewertet als ein Bruchtest (oder bei einer Kombination auch mehrere) der nicht zerbrochen wird. **Alle Bruchtest-Materialien sind erlaubt – Jeder ist allerdings für Personen- und Hallenschäden verantwortlich und sollte entsprechend geeignete Schutzmaßnahmen für Personen und den Boden treffen.** Jeder Teilnehmer bringt sein Bruchtestmaterial selbst mit.

Klassen: Männlich: bis 12 / 13-17 / ab 18 Jahre  
 Weiblich: bis 12 / 13-17 / ab 18 Jahre

Ehrengaben: **Einzel: 1.–3. Platz: POKALE** und Urkunden;  
 Gruppen (inkl. Bruchtest): 1.–3. Platz: Medaillen und Urkunden;  
**Alle Teilnehmer in den Einzelklassen erhalten eine Urkunde;**  
**Vereinswertung: alle Vereine erhalten einen Pokal, Kampfrichter: Ehrenpreise**

Startgebühren: 15€ für jeden Start  
 (Ein Synchronteam, Freikampf-, Selbstverteidigungs-, oder Partnerübungen-Paar zahlt also nur für einen Start.)

Haftung/Regelung: Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung für Personen- oder Sachschäden.  
**Durch die Teilnahme bzw. den Besuch des SHARKS-CUPS erklärt man sich bereit, dass Fotos von einem gemacht und veröffentlicht werden können.**  
 Bei einer zu geringen Teilnehmerzahl behält sich der Ausrichter das Recht vor, Klassen zusammen zu legen. Bei einer großen Anzahl an Teilnehmern werden evtl. die Klassen noch mal unterteilt.

Kampfrichter: Kampfrichter (mit grauer Hose, weißem Hemd und Krawatte) erhalten eine kleine Aufwandsentschädigung, Essen+Trinken, Ehrenpreis.  
 Bitte teilt uns bereits vorher mit, wie viele Kampfrichter ihr stellen könnt.

Anmeldung: - Meldeschluss ist am **14.11.2015**  
 - Die **Meldung erfolgt nur als Excel-Tabelle** (oder anderes Tabellenformat) mit folgenden Spaltenangaben per E-Mail an lerakis@gmx.de.

Verein	Disziplin	Klasse	Vorname	Nachname	Geb-Datum	Alter	Gurt
TKD X	Formen Einzel	W, bis 8, LK 3	Sabine	Beispiel	12.02.2006	8	9. Kup
TKD X	Bruchtest	M, ab 18	Max	Steller	14.01.1990	24	3. Dan
...	...	...	...	...	...	...	...

- Die **Startgebühren** müssen vorab mit der Anmeldung überwiesen werden an:  
 TG-Schierstein 1848 J.P., Volksbank Wiesbaden,  
 IBAN: DE6951090000035179704, Verwendungszweck: Startgeld Abt. TKD SC
- Am Veranstaltungstag mitbringen: Verbands-Pass (oder Gurtgrad- und Altersnachweis).
- Der Meldung muss bei minderjährigen Teilnehmern des Vereins folgende unterschriebene **Einverständniserklärung** des Trainers beiliegen.





Beim SHARKS-CUP 2015 wird vom Veranstalter statt einer Einverständniserklärung jedes einzelnen minderjährigen Teilnehmers, lediglich eine Erklärung des Trainers verlangt. Der Trainer kann seinerseits eventuell für sich die Erklärung der Erziehungsberechtigten einfordern. Der Veranstalter benötigt also für die Meldung lediglich den weiter unten ausgefüllten Vordruck.

## SHARKS-CUP 2015

### Erklärung für minderjährige Teilnehmer:

Ich, .....

Trainer (Vorstandsmitglied) des Vereins

.....  
versichere, dass die Erziehungsberechtigten aller minderjährigen Teilnehmer, die im Namen meines Vereins an dem SHARKS-CUP 2015 in Wiesbaden am 05. Dezember 2015 teilnehmen, informiert sind und mit der Teilnahme ihrer Kinder einverstanden sind.

Die Ausschreibung zu dieser Meisterschaft haben die Erziehungsberechtigten in allen Punkten anerkannt.

....., den .....      Unterschrift: .....

