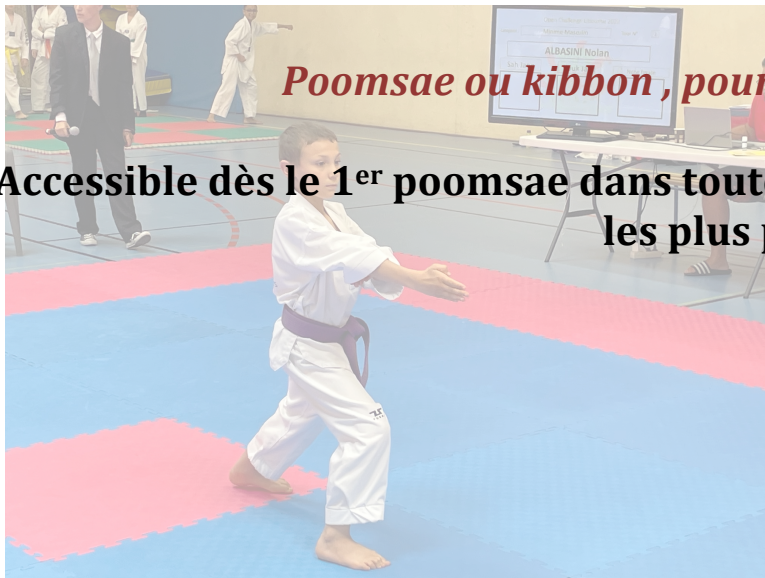


L'Open challenge de Libourne

20 avril 2024

- 3 Epreuves techniques -

Pupille - Benjamin - Minime - Cadet - Junior - Senior



Poomsae ou kibbon, pour tous, jugés à la note !

Accessible dès le 1^{er} poomsae dans toutes les catégories, ou des kibbon pour les plus petits



Parcours, frappes : rapidité, efficacité, travail d'équipe



Gymnase des DAGUEYS
Rue Léo Lagrange
33500 Libourne

Contact : Fanny ALBASINI
fanny@taekwondo-club.fr
06-64-48-71-20
www.taekwondo-club.fr



Association Challengers Taekwondo-club Main Ho

L'Open challenge de Libourne

20 avril 2023

Public concerné :

Pupille : 2017/2018 (si des enfants de la catégorie Babies année 2019/2020 souhaitent participer une dérogation peut être faite pour les inscrire en pupilles)

Benjamin : 2016/2015

Minime : 2014/2013

Cadet : 2012/2011/2010

Junior : 2009/2008/2007

Senior et plus : à partir de 2006

Catégorie	heure de convocation	heure de début de l'échauffement	Fin prévisionnelle de la compétition	Remise des récompenses
Pupille	8h30 à 9h	9h30	11h30	12h
Benjamin individuel	9h30 à 10h	10h30	12h30	13h
Minime individuel	10h30h à 11h	11h30	13h30	14h
Equipe benjamin-minime	Dès la fin des individuel minime			
Cadet	12h à 12h30	13h	15h	15h30
Junior	13h à 13h30	14h	16h	16h30
Equipe cadet-junior	Dès la fin des individuel junior			
Senior et Master	14h à 14h30	15h	17h	17h30
Equipe senior-master	Dès la fin des individuel			
Catégorie Challenge de cadet à Master	Dès la fin des équipe senior et master			

Les enfants seront pris en charge pour un échauffement commun pour chaque catégorie.

Nous laissons le soin aux catégories Senior et Master de s'échauffer par eux-même.

Tous ceux qui le souhaitent pourront venir demander conseil auprès de Mr Albasini Eric, multiple champion de France, médaillé au Championnat d'Europe et finaliste au Championnat du Monde.

La compétition se compose de trois épreuves :

- Une épreuve technique avec présentation de kibons pour les pupilles et de poomsaes pour les autres catégories (voir le tableau ci dessous)

- Deux épreuves de rapidité et d'efficacité en équipe :

Pour toutes les catégories :

- sur cibles électroniques Zémita : le plus grand nombre de frappes comptabilisé dans un temps donné par l'équipe

Pour les catégories de pupilles à Cadet

- un parcours : un relais, faire le meilleur temps (voir les détails en annexe)

Pour les catégories Junior et Senior :

- Une épreuve de jeu de « tir à la corde électronique » sur plastron Zémita. L'équipe tirant la corde vers soi par ses coups de pied remporte l'épreuve.

Récompenses pour les épreuves :

Pour l'épreuve technique individuelle : un podium où les trois premiers de chaque catégorie recevront une coupe.

Pour l'épreuve technique en équipe : un podium où chaque personne de l'équipe recevra une médaille

Pour les épreuves par équipe zémita et parcours : une médaille sera remise à chacun, ainsi qu'un diplôme indiquant leur positionnement.

Présentation des épreuves

Epreuve technique

Individuelle :

Chaque compétiteur effectuera **2 poomsaes** consécutifs par tour.

Le choix des poomsaes se fera parmi les propositions du tableau ci-dessous.

Le même poomsae peut être choisi deux fois et présenté à chaque tour. **Aussi, même un junior ou senior ne connaissant que le premier poomsae peut participer.**

A partir de cadet une catégorie supplémentaire challenge est proposée. Pour celle-ci un tirage au sort sera fait un peu avant la catégorie. C'est la seule catégorie qui demande à connaître jusqu'à Koryo, pour cette catégorie il n'y aura qu'un seul tour avec deux poomsae.

Un compétiteur ne choisissant que le 1^{er} poomsae peut demander à le faire avec une aide à suivre. Il y aura au maximum trois tours, selon le nombre de personnes. Voir dans le tableau ci-dessous

	1^{er} tour (si plus de 8)	2^{ème} tour (si plus de 5)	3^{ème} tour
Pupille	ligne kiboon à suivre - technique bras - technique jambe	ligne kiboon à suivre - technique bras - technique jambe	A suivre ou seul : 6 ou 12 premières techniques du premier pomsae
Benjamin	Choisir entre les 2 premiers poomsae	Choisir entre les 3 premiers pomsae	Choisir entre les 4 premiers pomsae
Minime	Choisir entre les 3 premiers poomsae	Choisir entre les 5 premiers pomsae	Choisir entre les 6 premiers pomsae
Cadet	Choisir entre les 4 premiers poomsae	Choisir entre les 6 premiers pomsae	Choisir entre les 7 premiers pomsae
Junior	Choisir entre les 5 premiers poomsae	Choisir entre les 7 premiers pomsae	Choisir entre les 8 premiers pomsae
Senior et Master	Choisir entre les 6 premiers poomsae	Choisir entre les 8 premiers pomsae	Choisir entre les 9 premiers pomsae (Koryo)
	1 seul tour - 2 poomsae		
Catégorie challenge de cadet à Master	Tirage entre le 6 ^{ème} et Koryo		

Les Kiboons devront être réalisés 1 fois de chaque côté. Ils seront présentés aux enfants avant chacun de leur passage.

Kiboon pupille du 1 ^{er} tour	
1 ^{er} passage	2 ^{ème} passage
Aré makki Jireugui	Eulgoul makki Pandal tchagui

Kiboon pupille du 2 ^{ème} tour	
1 ^{er} passage	2 ^{ème} passage
Aré makki Ap tchagui	Jireugui Yop tchagui

Les candidats seront jugés par trois juges avec une note technique et une note performance sur chaque poomsae. Le cumul des notes fera la note finale.

Le tout sera visible informatiquement.

Pour chaque catégorie, les compétiteurs seront jugés sur la qualité de leurs techniques et non sur le poomsae présenté.

Un enfant demandant une aide (pour le 1^{er} poomsae dans toute catégorie) ne sera pas pénalisé dans sa note.

Les garçons et les filles seront jugés séparément.

Equipe :

Les équipes pourront être constituées de 2 à 5 personnes. Mixte ou non.

Les catégories sont : - benjamin-minime

- cadet – junior

- senior –master

Le principe des choix des poomsae reste le même que celui du tableau individuel, deux catégories étant mélangées, libre à vous de choisir selon vos équipes.

Le critère le plus important de notation pour les équipes sera la synchronisation.

Epreuve Zémitta : aux nombres de frappes

Deux équipes seront constituées en amont, filles et garçons seront mélangés de façon le plus équitable possible.

L'épreuve se terminera dès que l'ensemble des participants sera passé deux fois sur la cible.

Ils devront chacun leur tour pendant 30 secondes, faire le plus de frappes possible.

C'est le cumul des frappes de l'équipe qui définit le classement.

Epreuve parcours : en relais (pupille à cadet)

Deux équipes seront constituées en amont, filles et garçons seront mélangés de façon le plus équitable possible.

Les compétiteurs devront franchir un parcours avec précision avant de passer le relais au suivant.

Si les compétiteurs ne font pas le parcours avec toutes les demandes, il pourra y avoir des pénalités de temps et /ou faire refaire le passage en question.

2 passages pour chaque compétiteur sont prévus. Toutefois, selon le nombre de participants, cela pourra être ramené à un passage.

Pour le détail du relais, voir le document annexe. Les plus jeunes et les plus grands n'ont pas le même travail.

Epreuve Zémitta : tirage de corde (junior à master)

Chaque équipe se relaie pour donner les coups de pieds permettant de « tirer la corde électronique » à soi sur les plastrons électronique. L'équipe réussissant à tirer la corde à soi gagnera.

Selon la rapidité des équipes, plusieurs manches seront peut-être organisées.

Déroulement de la compétition

Les compétiteurs devront être en Dobok col blanc pour les ceintures blanches et col noir pour les ceintures noires.

Les Doboks de compétitions techniques sont autorisés.

Les compétiteurs devront se présenter aux accréditations, aux heures définies dans le tableau en page précédente. Toutefois, si un club souhaite réaliser toutes les accréditations en même temps, cela est possible.

Un espace d'échauffement sera mis à disposition des coaches et compétiteurs. Pour l'épreuve technique, un coach sera nécessaire.

Toute personne majeure accompagnante peut l'être, toutefois un jogging en tenue sera préférable.

Les compétiteurs commenceront par l'épreuve poomsae, puis poursuivront sur l'épreuve Zémita et sur l'épreuve parcours.

Les récompenses de l'ensemble des épreuves seront remises à la fin des 3 épreuves.

Les récompenses des équipes seront remises à la fin de l'épreuve.

La fin de l'ensemble de la compétition est prévue pour 18h30 (fin de toutes les catégories)

Inscriptions

Nombre d'inscription maximum par catégories : 40 compétiteurs (filles et garçons confondus)

Tarif de la compétition :

- 10 euros par compétiteur (pour les trois épreuves de bases)
- 5 euros par catégorie supplémentaire (catégorie challenge et/ou équipe par personne)
- gratuit pour les coaches et les accompagnateurs

Coach nécessaire pour l'épreuve technique, toute personne majeure accompagnante peut l'être, toutefois un jogging en tenu sera préférable.

Les inscriptions devront être effectuées au plus tard le 15 avril 2024 sur Martial Event

Pour le règlement merci de l'envoyer, à l'ordre de Challengers TKD club, à l'adresse suivante ou bien de le régler le jour même avant le début de la compétition :

ALBASINI Fanny
29 bis route de Lyon
33910 Saint-denis-de-pile

Lieu de la compétition

Rue Léo Lagrange, 33500 Libourne

Direction base nautique de Libourne, zone d'activité des Dagueys.

Proche Sortie Autoroute A89 « Libourne Nord » Sortie 10.

Renseignements complémentaires

BUVETTE :

il y aura sur place une buvette pour vous restaurer à tout moment de la journée (Sandwich, boisson, café, gâteaux...)



LOGEMENT : Hôtel IBIS Budget,
Rue de Schwandorf, 33500 Libourne



à 5 minutes à pieds du lieu de la compétition

RESTAURANT : Buffalo grill juste à côté de l'hôtel,
rue de Schwandorf, 33500 Libourne
à 5 minutes à pieds du lieu de la compétition



**Si vous avez d'autres questions, n'hésitez pas à nous contacter.
A très bientôt à tous**