



INTERNATIONAL TAEKWON DO FEDERATION
ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΟΙΑ ΤΑΕΚΩΝ ΔΟ ΕΛΛΑΔΟΣ

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ
ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΑΓΩΝΩΝ
ΤΑΕΚΩΝ ΔΟ ΙΤΦ

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

	Σελίδα
Ενότητα 1 ^η – Γενικά	6
Άρθρο 1 ^ο Ορισμός των αγώνων	6
Άρθρο 2 ^ο Σκοπός διεξαγωγής των αγώνων	6
Άρθρο 3 ^ο Εφαρμογή των κανονισμών	6
Άρθρο 4 ^ο Τροποποίηση των κανονισμών	6
Ενότητα 2 ^η – Επιτροπή Οργάνωσης των Αγώνων	6
Άρθρο 5 ^ο Συγκρότηση της Επιτροπής Οργάνωσης Αγώνων (Ε.Ο.Α)	6
Άρθρο 6 ^ο Αριθμός μελών της Ε.Ο.Α	6
Άρθρο 7 ^ο Υποχρεώσεις και δικαιοδοσίες της Ε.Ο.Α	6
Ενότητα 3 ^η – Αιτήσεις συμμετοχής στους αγώνες	7
Άρθρο 8 ^ο Αίτηση για την συμμετοχή στους αγώνες	7
Άρθρο 9 ^ο Επιβεβαίωση της αίτησης συμμετοχής στους αγώνες	7
Άρθρο 10 ^ο Αποδοχή της αίτησης συμμετοχής στους αγώνες	7
Ενότητα 4 ^η – Προϋποθέσεις και κριτήρια για την συμμετοχή στους αγώνες	8
Άρθρο 11 ^ο Προϋποθέσεις για την συμμετοχή σε Παγκόσμια Πρωταθλήματα	8
Άρθρο 12 ^ο Προϋποθέσεις για την συμμετοχή σε Πρωταθλήματα Εφήβων - Νεανίδων	8
Άρθρο 13 ^ο Προϋποθέσεις για την συμμετοχή σε Πρωταθλήματα Ανδρών - Γυναικών	8
Άρθρο 14 ^ο Προϋποθέσεις για την συμμετοχή σε Πρωταθλήματα Βετεράνων	8
Άρθρο 15 ^ο Επιβεβαίωση στοιχείων για την συμμετοχή σε Παγκόσμια Πρωταθλήματα	9
Άρθρο 16 ^ο Έλεγχος αναβολικών και επιβολή ποινών	9
Ενότητα 5 ^η – Ενδυμασία αθλητών – διαιτητών και εξοπλισμός	9
Άρθρο 17 ^ο Ενδυμασία αθλητών και διαιτητών	9
Άρθρο 18 ^ο Εξοπλισμός ασφάλειας αθλητών στον αγώνα	9
Ενότητα 6 ^η – Ασφάλιση και παροχή ιατρικής υποστήριξης στους αγώνες	10
Άρθρο 19 ^ο	10

Άρθρο 20° Παροχή ιατρικής υποστήριξης στους αγώνες	11
Ενότητα 7 ^η – Χωροταξία και εγκαταστάσεις	11
Άρθρο 21° Φωτισμός αγωνιστικού χώρου	11
Άρθρο 22° Αγωνιστικός χώρος	11
Άρθρο 23° Θέσεις μελών Ε.Ο.Α	12
Άρθρο 24° Θέσεις μελών Επιτροπής Διαιτησίας	12
Άρθρο 25° Θέσεις αναπληρωματικών Διαιτητών	12
Άρθρο 26° Θέσεις Ιατρικής Ομάδας	12
Άρθρο 27° Θέσεις Αγωνόδικης Επιτροπής	12
Άρθρο 28° Θέσεις Κριτών	12
Άρθρο 29° Θέσεις Πρακτικογράφων και Χρονομετρών	12
Άρθρο 30° Θέσεις Προπονητών κατά την διάρκεια των αγώνων	12
Άρθρο 31° Εξοπλισμός	13
Ενότητα 8 ^η – Ζύγιση και κλήρωση	13
Άρθρο 32° Ζύγιση	13
Άρθρο 33° Κλήρωση	13
Ενότητα 9 ^η – Εκπρόσωποι ομάδων και προπονητές	14
Άρθρο 34° Εκπρόσωποι ομάδων	14
Άρθρο 35° Προπονητές	14-16
Ενότητα 10 ^η Διεξαγωγή αγώνων	16
Άρθρο 36° Αγωνίσματα και σειρά διεξαγωγής	16
Άρθρο 37° Κατηγορίες	17
Άρθρο 38° Καθορισμός αριθμού συμμετεχόντων	18
Άρθρο 39° Ανακοινώσεις	19
Άρθρο 40° Έλεγχος εξοπλισμού αθλητών	19
Άρθρο 41° Τυπικό διεξαγωγής αγωνισμάτων	19
Ενότητα 11 ^η Τεχνική ορολογία	19
Ενότητα 12 ^η Μετάλλια	20

Άρθρο 42° Μετάλλια Εφήβων – Νεανίδων	20
Άρθρο 43° Μετάλλια Ανδρών – Γυναικών	21
Άρθρο 44° Μετάλλια Βετεράνων	22
Άρθρο 45° Κατηγορίες Βραβείων	22
Άρθρο 46° Βραβείο πολυνίκης Χώρας	23
Ενότητα 13^η – TUL	23
Άρθρο 47° Τρόπος διεξαγωγής αγώνων	23
Άρθρο 48° Βαθμολόγηση των TUL	23
Άρθρο 49° Ατομικά TUL	24
Άρθρο 50° Ομαδικά TUL	25
Άρθρο 51° Συγκρότηση συμβουλίου Τερέν για TUL	26
Ενότητα 14^η Ελεύθερος Αγώνας	25
Άρθρο 52° Τρόπος διεξαγωγής αγώνων	26
Άρθρο 53° Επιθετικά εργαλεία	26
Άρθρο 54° Περιοχές στόχευσης	26
Άρθρο 55° Βαθμολόγηση	27
Άρθρο 56° Παρατηρήσεις	27
Άρθρο 57° Ατομικοί αγώνες	29-31
Άρθρο 58° Ομαδικοί αγώνες	32
Άρθρο 59° Ενέργειες σε περίπτωση τραυματισμού	33
Άρθρο 60° Συγκρότηση συμβουλίου Τερέν για αγώνες	33
Ενότητα 15^η Εναέριες Τεχνικές	33
Άρθρο 61° Κατηγορίες Εφήβων – Ανδρών	34
Άρθρο 62° Κατηγορίες Νεανίδων – Γυναικών	34
Άρθρο 63° Προδιαγραφές σανίδων	34
Άρθρο 64° Βαθμολόγηση	35
Άρθρο 65° Ατομικές εναέριες τεχνικές	35
Άρθρο 66° Ομαδικές εναέριες τεχνικές	35
Άρθρο 67° Συγκρότηση συμβουλίου Τερέν για τις εναέριες τεχνικές	36

Ενότητα 16 ^η Δοκιμές Δύναμης	37
Άρθρο 68° Κατηγορίες Εφήβων – Ανδρών	37
Άρθρο 69° Κατηγορίες Νεανίδων – Γυναικών	37
Άρθρο 70° Προδιαγραφές σανίδων	37
Άρθρο 71° Βαθμολόγηση	37
Άρθρο 72° Ατομικές δοκιμές δύναμης	38
Άρθρο 73° Ομαδικές δοκιμές δύναμης	39
Άρθρο 74° Συγκρότηση συμβουλίου Τερέν για τις δοκιμές δύναμης	39
Ενότητα 17 ^η Αυτοάμυνες	39
Άρθρο 75° Τρόπος διεξαγωγής αυτοαμυνών	39
Άρθρο 76° Κατηγορίες	39
Άρθρο 77° Ενδυμασία	40
Άρθρο 78° Χρονομέτρηση	40
Άρθρο 79° Διαδικασία διεξαγωγής	40
Άρθρο 80° Τεχνικές που υποχρεωτικά πρέπει να εκτελεστούν στις αυτοάμυνες	40
Άρθρο 81° Βαθμολόγηση	40
Άρθρο 82° Τρόπος ανάδειξης νικητή	41
Άρθρο 83° Συγκρότηση συμβουλίου Τερέν για τις αυτοάμυνες	41
Ενότητα 18 ^η Ενστάσεις και εκδίκαση ενστάσεων	41
Άρθρο 84° Ενστάσεις	41
Άρθρο 85° Εκδίκαση ενστάσεων	42
Άρθρο 86° Αποκλεισμός αθλητή ή ομάδας	42

Ενότητα 1^η Γενικά.

Άρθρο 1. Ορισμός των αγώνων

Μέσο της διεξαγωγής των αγώνων επιτυγχάνεται η σύγκριση στον τρόπο εκτέλεσης των τεχνικών του Taekwondo, όπως αυτές διδάχτηκαν από τον ιδρυτή του Στρατηγό Choi Hong Hi.

Άρθρο 2. Σκοπός διεξαγωγής των αγώνων

Η διεξαγωγή των αγώνων έχει σκοπό την ομογενοποίηση των τεχνικών του Taekwondo, την προαγωγή και αναβάθμιση του αγωνιστικού επιπέδου σε όλα τα πρωταθλήματα είτε διοργανώνονται είτε υποστηρίζονται από την ITF.

Άρθρο 3. Εφαρμογή των κανονισμών

Οι κανονισμοί εφαρμόζονται απaráκλητα κατά την διεξαγωγή αγώνων που διοργανώνονται είτε υπό την αιγίδα της ITF είτε από την ίδια είτε Ηπειρωτικές ή Εθνικές Ομοσπονδίες.

Άρθρο 4. Τροποποίηση κανονισμών

4.1 Οποιοσδήποτε επιθυμεί την τροποποίηση η την αλλαγή οποιασδήποτε ενότητας, άρθρου η παραγράφου του κανονισμού διεξαγωγής αγώνων θα πρέπει να υποβάλει στα γραφεία της ITF εγγράφως και το αργότερο έξι (6) μήνες πριν την Γενική Συνέλευση της ITF τις προτάσεις του.

4.2 Η Τεχνική Επιτροπή της ITF αφού πρώτα εξετάσει τις προτάσεις και κρίνει ότι μπορούν να συμβάλλουν στην εξυγίανση των κανονισμών θα τις υποβάλει προς έγκριση στην Γενική Συνέλευση.

4.3 Έως την έγκριση των τροποποιήσεων η αλλαγών από την Γενική Συνέλευση όλοι οι αγώνες διεξάγονται με τον παρόντα κανονισμό.

Ενότητα 2^η Επιτροπή Οργάνωσης Αγώνων

Άρθρο 5. Συγκρότηση της Επιτροπής Οργάνωσης Αγώνων (E.O.A)

Προκειμένου για την διοργάνωση Παγκόσμιων ή Πανευρωπαϊκών πρωταθλημάτων η διοργανώτρια χώρα θα πρέπει να προβεί στην συγκρότηση της E.O.A τουλάχιστον ένα χρόνο πριν την διεξαγωγή του πρωταθλήματος.

Άρθρο 6. Αριθμός μελών E.O.A

Ο αριθμός των μελών της E.O.A θα πρέπει να είναι ανάλογος των απαιτήσεων της διοργάνωσης αφού εκτιμηθούν οι πραγματικές ανάγκες από την διοργανώτρια χώρα.

Άρθρο 7. Υποχρεώσεις και δικαιοδοσίες της E.O.A

7.1 Η Ε.Ο.Α είναι υποχρεωμένη να αποστείλει την πρόσκληση των αγώνων για έγκριση στα γραφεία της ITF ένα χρόνο πριν το πρωτάθλημα καθώς και να προβεί και στην διανομή της σε όλες τις Ομοσπονδίες μέλη της ITF.

7.2 Η Ε.Ο.Α παρέχει τις απαραίτητες εγκαταστάσεις, εξοπλισμό καθώς και ανθρώπινο δυναμικό που είναι απαραίτητα για την διεξαγωγή του πρωταθλήματος.

7.3 Η Ε.Ο.Α είναι υπεύθυνη για την προμήθεια όλων των μεταλλίων και βραβείων για το πρωτάθλημα.

7.4 Η Ε.Ο.Α εγγράφει όλες τις δηλωθέντες ομάδες και αθλητές που θα προσέλθουν στο πρωτάθλημα.

7.5 Η Ε.Ο.Α προβαίνει στην κλήρωση και στην ζύγιση των αθλητών σύμφωνα με τον κανονισμό.

7.6 Η Ε.Ο.Α ανακοινώνει τα αποτελέσματα της προηγούμενης μέρας εγκαίρως, διανέμει εγκαίρως τα φύλλα αγώνος της επόμενης ημέρας στις ομάδες και στα Τερέν.

7.7 Η Ε.Ο.Α διανέμει σε όλους τους συμμετέχοντες αθλητές τους αριθμούς τους σε τρία αντίτυπα.

7.8 Οι γιατροί και το ιατρικό προσωπικό πρέπει να παρευρίσκονται στον χώρο διεξαγωγής των αγώνων καθόλη την διάρκεια τους.

7.9 Η Ε.Ο.Α εξασφαλίζει την ασφάλεια των αθλητών και χώρων σε όλη την διάρκεια των αγώνων.

7.10 Η Ε.Ο.Α είναι υπεύθυνη για την διαμονή και σίτιση όλων των επισήμων και διαιτητών της ITF.

7.11 Η Ε.Ο.Α επιλαμβάνεται όλων των θεμάτων που τυχόν θα δημιουργηθούν κατά την διάρκεια των αγώνων και άπτονται των Επιτροπών Αγώνων και Διαιτησίας της ITF.

7.12 Η Ε.Ο.Α είναι υπόλογοι και υπεύθυνη έναντι της ITF ως προς την διοργάνωση και διεξαγωγή του πρωταθλήματος.

Ενότητα 3^η Αιτήσεις συμμετοχής στους αγώνες

Άρθρο 8. Αίτηση για την συμμετοχή στους αγώνες

Όλα τα μέλη της ITF τα οποία επιθυμούν την συμμετοχή τους στο πρωτάθλημα πρέπει να υπολάβουν όλες τις σχετικές δηλώσεις συμμετοχής που είναι απαραίτητες στην Ε.Ο.Α εντός των προκαθορισμένων προθεσμιών.

Άρθρο 9. Όλες οι δηλώσεις συμμετοχής θα πρέπει να φέρουν την υπογραφή και έγκριση των Ομοσπονδιών, μέσω των οποίων οι αθλητές αιτούνται την συμμετοχή τους.

Άρθρο 10. Αποδοχή της αίτησης συμμετοχής στους αγώνες

Σε περίπτωση που οποιαδήποτε Ομοσπονδία δεν έχει υποβάλει της δηλώσεις συμμετοχής των αθλητών της η επιθυμεί να τροποποιήσει ή να αλλάξει αυτές, η Ε.Ο.Α αφού εξετάσει το θέμα θα αποφασίσει συμφώνα με τις παρακάτω περιπτώσεις.

10.1 Η Ομοσπονδία που δεν έχει υποβάλει της δηλώσεις συμμετοχής εντός των προκαθορισμένων προθεσμιών πληρώνει προκαθορισμένο πρόστιμο στην Ε.Ο.Α.

10.2 Η Ομοσπονδία που δεν έχει υποβάλει της δηλώσεις συμμετοχής εντός των προκαθορισμένων προθεσμιών και μέχρι τρις (3) ημέρες πριν το πρωτάθλημα πληρώνει προκαθορισμένο πρόστιμο στην Ε.Ο.Α.

10.3 Η Ομοσπονδία που επιθυμεί να τροποποιήσει ή να αλλάξει τις δηλώσεις συμμετοχής που έχει υποβάλλει πληρώνει προκαθορισμένο πρόστιμο στην Ε.Ο.Α.

Ενότητα 4^η Προϋποθέσεις και κριτήρια για την συμμετοχή στους αγώνες

Άρθρο 11. Προϋποθέσεις για την συμμετοχή σε Παγκόσμια – Πανευρωπαϊκά Πρωταθλήματα

Μόνο Ομοσπονδίες μέλη της ITF και αθλητές κάτοχοι μαύρης ζώνης και διεθνούς διπλώματος έχουν δικαίωμα συμμετοχής σε παγκόσμια και πανευρωπαϊκά πρωταθλήματα της ITF.

Οποιαδήποτε Ομοσπονδία δεν είναι μέλος της ITF επιθυμεί να λάβει μέρος σε παγκόσμιο πρωτάθλημα για οποιονδήποτε λόγο θα πρέπει να έχει την έγκριση της ITF.

Αθλητής κάτοχος μαύρης ζώνης ο οποίος δεν διαθέτει διεθνές δίπλωμα της ITF, είναι όμως αθλητής Ομοσπονδίας που είναι μέλος της ITF χρειάζεται να έχει την έγκριση της Επιτροπής Αγώνων και Διαιτησίας της ITF για να συμμετάσχει στους αγώνες. Είναι καθήκον την Ε.Ο.Α να ενημερώσει τις επιτροπές αυτές οποτεδήποτε παρουσιάζονται τέτοια περιστατικά. Σε αυτές τις περιπτώσεις η ITF έχει την διακριτική ευχέρεια να κάνει δεκτή ή να απορρίψει την συμμετοχή του αθλητή στους αγώνες χωρίς να έχει την υποχρέωση να εξηγήσει τους λόγους. Όλοι οι αθλητές πρέπει να έχουν πιστοποιητικά υγείας από τους γιατρούς για να πιστοποιήσουν ότι είναι υγιείς και μπορούν να αγωνιστούν.

Άρθρο 12. Προϋποθέσεις για την συμμετοχή σε πρωταθλήματα Εφήβων – Νεανίδων

Οι αθλητές που λαμβάνουν μέρος στο πρωτάθλημα Εφήβων – Νεανίδων πρέπει να έχουν ηλικία 14 έως 17 χρονών κατά την ημέρα έναρξης των αγώνων και να είναι κάτοχοι διεθνούς διπλώματος μαύρης ζώνης 1^{ου}, 2^{ου} ή 3^{ου} DAN.

Άρθρο 13. Προϋποθέσεις για την συμμετοχή σε πρωταθλήματα Ανδρών – Γυναικών

Οι αθλητές που λαμβάνουν μέρος στο πρωτάθλημα Ανδρών – Γυναικών πρέπει να έχουν ηλικία 18 έως 39 χρονών κατά την ημέρα έναρξης των αγώνων και να είναι κάτοχοι διεθνούς διπλώματος μαύρης ζώνης 1^{ου}, 2^{ου}, 3^{ου} ή 4^{ου} DAN.

Άρθρο 14. Προϋποθέσεις για την συμμετοχή σε πρωταθλήματα Βετεράνων

Οι αθλητές που λαμβάνουν μέρος στο πρωτάθλημα Βετεράνων πρέπει να έχουν ηλικία 40 έως 49 χρονών (Ασημένια κατηγορία), 50 έως 59 (Χρυσή κατηγορία), 60 και άνω (Πλατινένια κατηγορία) κατά την ημέρα έναρξης των αγώνων και να είναι κάτοχοι διεθνούς διπλώματος μαύρης ζώνης 1^{ου}, 2^{ου}, 3^{ου}, 4^{ου}, 5^{ου}, 6^{ου} DAN.

Άρθρο 15. Επιβεβαίωση στοιχείων για την συμμετοχή σε παγκόσμια πρωταθλήματα

Ο βαθμός και η ηλικία των αθλητών αποδεικνύεται από το διεθνές δίπλωμα και το διαβατήριο.

Άρθρο 16. Έλεγχος αναβολικών και επιβολή πεινών

Οποιοσδήποτε αθλητής υποβληθεί σε ιατρικές εξετάσεις ελέγχου αναβολικών και βρεθεί να έχει κάνει χρήση απαγορευμένων ουσιών θα αποβάλλεται αμέσως από τους αγώνες. Επιπλέον θα παραπέμπεται στην Επιτροπή Πειθαρχικού για την λήψη περαιτέρω πειθαρχικών μέτρων.

Ενότητα 5 Ενδυμασία αθλητών – διαιτητών και εξοπλισμός

Άρθρο 17. Ενδυμασία αθλητών και διαιτητών

17.1 Όλοι οι διαιτητές πρέπει να φέρουν την επίσημη ενδυμασία διαιτητών της ITF που αποτελείται από σκούρο μπλε παντελόνι και σακάκι κοστουμιού, λευκό πουκάμισο, σκούρα μπλε γραβάτα, λευκές κάλτσες και λευκά αθλητικά παπούτσια.

17.2 Τα μέλη της Ε.Ο.Α να φέρουν την στολή που έχει οριστεί από την Ε.Ο.Α

17.3 Ενδυμασία των αθλητών

17.3.1 Οι αθλητές φέρουν το επίσημο Dobok της ITF.

Οι αθλητές που είναι κάτοχοι 4^{ου} Dan δεν επιτρέπεται να φέρουν τα μαύρα διακριτικά σιρίτια στο μανίκι και στο πλάι του παντελονιού κατά την διάρκεια που αγωνίζονται.

17.3.2 Η μαύρη ζώνη που φέρουν οι αθλητές θα πρέπει να έχει διαστάσεις σύμφωνα με τους κανονισμούς της ITF, και να φέρει ευδιάκριτα τον βαθμό του αθλητή.

17.3.3 Ο το ταμπελάκι με τον αριθμό του αθλητή φέρεται στο πίσω κάτω μέρος του σακακιού του Dobok.

17.3.4 Επιτρέπεται στους αθλητές όταν δεν αγωνίζονται να φορούν αθλητικά παπούτσια, αθλητική φόρμα ή την επίσημη ενδυμασία της ομάδας τους.

17.3.5 Οι αθλητές που συμμετέχουν στις τελετές έναρξης και λήξης μπορούν να φορούν Dobok ή την επίσημη στολή της ομάδας τους, δεν επιτρέπεται να φέρουν κατά την παρέλαση φωτογραφική μηχανή, κάμερα, τσαντάκια μέσης και να είναι ξυπόλυτοι.

Άρθρο 18. Εξοπλισμός ασφαλείας στον αγώνα

18.1 Προστατευτικά και εξοπλισμός ασφαλείας των αθλητών κατά τον ελεύθερο αγώνα.

18.1.1 Υποχρεωτικός εξοπλισμός ασφαλείας.

18.1.1.1 Ο αθλητής πρέπει να φοράει προστατευτικά χεριών και ποδιών εγκεκριμένα από την ITF.

18.1.1.2 Ο αθλητής πρέπει να φοράει προστατευτικό μασελάκι δοντιών.

18.1.1.3 Οι άντρες αθλητές πρέπει να φορούν προστατευτικό γενετικών οργάνων εσωτερικά από το Dobok.

18.1.1.4 Οι γυναίκες αθλήτριες πρέπει να φορούν προστατευτικό στήθους μέσα από το Dobok.

18.1.2 Προαιρετικός εξοπλισμός ασφαλείας

18.1.2.1 Οι έφηβοι – νεανίδες και οι βετεράνοι μπορούν προαιρετικά να φορούν προστατευτική κάσκα εγκεκριμένη από την ITF.

18.1.2.2 Οι βετεράνοι μπορούν να φορούν εσωτερικά από το Dobok προστατευτικό θώρακα.

18.1.2.3 Οι αθλητές μπορούν προαιρετικά να φορούν προστατευτικά καλαμίδων και βραχιόνων. εσωτερικά από το Dobok.

18.1.2.4 Όλος ο λοιπός εξοπλισμός ασφαλείας πρέπει να είναι κατασκευασμένος είτε από ελαστικό σπόγγο, είτε από μαλακό λάστιχο, είτε από οποιοδήποτε άλλο μαλακό υλικό τα οποία είναι εγκεκριμένα από τις Επιτροπές Αγώνων και Διαιτησίας της ITF.

18.2 Οποιοσδήποτε άλλο είδος εξοπλισμού ασφαλείας απαγορεύεται.

18.2.1 Ο εξοπλισμός ασφαλείας δεν θα πρέπει να περιέχει σκληρά υλικά όπως κόκκαλο, πλαστικό ή μέταλλο.

18.2.2 Ο εξοπλισμός ασφαλείας δεν θα πρέπει να περιέχει φερμουάρ, κουμπιά, κτλ.

18.2.3 Δεν επιτρέπεται οι αθλητές να φορούν όταν αγωνίζονται ρολόγια, ή οποιαδήποτε άλλα διακοσμητικά και κοσμήματα.

18.2.4 Οι γυναίκες αθλήτριες δεν επιτρέπεται να φορούν κοκαλάκια η τσιμπιδάκια η οποιοδήποτε άλλο σκληρό αντικείμενο για την συγκράτηση των μαλλιών τους εκτός από μαλακές ελαστικές κορδέλες.

18.3 Σε περίπτωση τραυματισμένου αθλητή που πρέπει να αγωνιστεί με επίδεσμο, αυτός δεν θα πρέπει σε καμία περίπτωση να του παρέχει πλεονέκτημα, ή μειονέκτημα στον αντίπαλο. Η οποιαδήποτε επίδεση μέρους του σώματος θα πρέπει να πιστοποιείται μόνο από τον ιατρό των αγώνων και σε καμία περίπτωση δεν θα πρέπει να παραβιάζεται ο προηγούμενος περιορισμός.

18.4 Στον ελεύθερο αγώνα οι αθλητές θα πρέπει να φορούν κόκκινα ή μπλε προστατευτικά χεριών ανάλογα με την θέση που αγωνίζεται σε κάθε αγώνα.

Ενότητα 6 Ασφάλιση και παροχή ιατρικής υποστήριξης στους αγώνες

Άρθρο 19. Ασφάλιση

19.1 Η Ε.Ο.Α θα πρέπει να διασφαλίσει ότι όλες οι εγκαταστάσεις του διεξάγεται το πρωτάθλημα έχουν ασφάλεια αστικής ευθυνής, πιστοποιητικά πυρασφάλειας και διαθέτουν όλες τις απαραίτητες άδειες από το κράτος.

19.2 Όλοι οι αθλητές θα πρέπει να υπογράψουν κατά την εγγραφή τους την δήλωση συμμετοχής τους και να έχουν ασφαλιστική κάλυψη για την συμμετοχή τους στους αγώνες.

Άρθρο 20. Παροχή ιατρικής υποστήριξης στους αγώνες

20.1 Όλοι οι αθλητές που τραυματίζονται κατά την διάρκεια των αγώνων τους παρέχεται ιατρική φροντίδα από το ιατρικό προσωπικό των αγώνων.

20.2 Ο γιατρός είναι υπεύθυνος για την απόφαση αν ο αθλητής μετά τον τραυματισμό του μπορεί να συνεχίσει να αγωνίζεται. Η απόφαση του γιατρού είναι οριστική και αμετάκλητη.

Ενότητα 7 Χωροταξία και εγκαταστάσεις

Άρθρο 21. Φωτισμός αγωνιστικού χώρου

Ο φωτισμός πρέπει να βρίσκεται σε ύψος μεγαλύτερο από πέντε (5) μέτρα από το έδαφος του αγωνιστικού χώρου.

Άρθρο 22. Αγωνιστικός χώρος

22.1 Ο αγωνιστικός χώρος στον ελεύθερο αγώνα έχει διαστάσεις εννέα επί εννέα μέτρα (9Χ9 μέτρα) και περιοχή ασφαλείας τουλάχιστον ενός (1) μέτρου.

22.2 Ο αγωνιστικός χώρος μπορεί να είναι υπερυψωμένος. Σε αυτή την περίπτωση η ανύψωση μπορεί να είναι από πενήντα (50) εκατοστά έως ένα (1) μέτρο από το έδαφος, και η περιοχή ασφαλείας πρέπει να είναι τουλάχιστον δύο (2) μέτρα.

22.3 Ο αγωνιστικός χώρος θα πρέπει να είναι καλυμμένος με κατάλληλα στρώματα πάχους δύο (2) εκατοστών.

22.4 Τα στρώματα του αγωνιστικού χώρου θα πρέπει να έχουν κίτρινο ή πορτοκαλί χρώμα. Η περιοχή ασφαλείας μπορεί να έχει οποιοδήποτε άλλο διαφορετικό χρώμα από τον αγωνιστικό χώρο. Ωστόσο το χρώμα του αγωνιστικού χώρου μπορεί να αλλάξει ανάλογα τις περιστάσεις.

22.5 Στην μέση του αγωνιστικού χώρου θα πρέπει να υπάρχουν ένα κόκκινο και ένα μπλε χρώματος στρώμα διαστάσεων ένα επί ένα (1Χ1 μέτρο) που θα υποδεικνύουν την πλευρά του αθλητή που αγωνίζεται με κόκκινο ή μπλε χρώμα. Η απόσταση μεταξύ των δύο αυτών στρωμάτων θα πρέπει να είναι ένα (1) μέτρο.

22.6 Η θέση του κόκκινου στρώματος είναι στο κέντρο και στην δεξιά πλευρά και του μπλε στο κέντρο και αριστερά με κατεύθυνση κοιτώντας το τραπέζι την αγωνοδίκου.

Άρθρο 23. Θέσεις μελών Ε.Ο.Α

Το κεντρικό τραπέζι με της θέσεις των μελών της Ε.Ο.Α θα πρέπει να είναι σε σημείο από όπου θα έχει πανοραμική ορατότητα όλων των αγωνιστικών χώρων και να έχει την δυνατότητα ανακοινώσεων.

Άρθρο 24. Θέσεις Επιτροπής Διαιτησίας

Οι θέσεις της Επιτροπής Διαιτησίας της ITF θα πρέπει να τοποθετηθούν στο πλάι του κεντρικού τραπέζιού.

Άρθρο 25. Θέσεις αναπληρωματικών Διαιτητών

Οι θέσεις των αναπληρωματικών διαιτητών θα πρέπει να τοποθετούνται πίσω από την Επιτροπή Διαιτησίας της ITF.

Άρθρο 26. Θέσεις ιατρικής ομάδας

Οι θέσεις της ιατρικής ομάδας θα πρέπει να είναι σε σημείο που θα μπορούν να προσφέρουν τις πρώτες βοήθειες και σε εμφανές σημείο να είναι αναρτημένος ο κόκκινος σταυρός που θα υποδεικνύει τον χώρο ιατρικής φροντίδας.

Άρθρο 27. Θέσεις Αγωνοδίκης Επιτροπής

Οι θέσεις της αγωνοδίκου επιτροπής θα πρέπει να είναι τοποθετημένες μπροστά από κάθε αγωνιστικό χώρο.

Άρθρο 28. Θέσεις Κριτών

28.1 Ο κεντρικός διαιτητής στον ελεύθερο αγώνα ελέγχει τον αγώνα μέσα στον αγωνιστικό χώρο. Στα TuI και στις αυτοάμυνες ο κεντρικός διαιτητής κάθεται στο κέντρο μεταξύ των πέντε (5) κριτών.

28.2 Οι κριτές στον ελεύθερο αγώνα κάθονται στις τέσσερις (4) γωνίες του αγωνιστικού χώρου.

28.3 Οι κριτές στα TuI και στις αυτοάμυνες κάθονται μπροστά από το τραπέζι τις αγωνοδίκου επιτροπής.

28.4 Οι κριτές των εναέριων τεχνικών και των δοκιμών δύναμης παίρνουν θέσεις κοντά στον στόχο έτσι ώστε να έχουν την καλύτερη δυνατή οπτική επαφή.

Άρθρο 29. Θέσεις πρακτικογράφων και χρονομέτρων

Οι πρακτικογράφοι και οι χρονομέτρες κάθονται στο τραπέζι της αγωνοδίκου επιτροπής.

Άρθρο 30. Θέσεις προπονητών και την διάρκεια των αγώνων.

Οι προπονητές κατά την διάρκεια του ελεύθερου αγώνα κάθονται στις προκαθορισμένες θέσεις της πλευράς του αθλητή τους και σε απόσταση ενός (1) μέτρου από τον αγωνιστικό χώρο.

Άρθρο 31. Εξοπλισμός

Στον χώρο διεξαγωγής των αγώνων θα πρέπει να υπάρχει ο κατάλληλος εξοπλισμός για την εκτέλεση των εναέριων τεχνικών και των δοκιμών δύναμης.

Ενότητα 8 Ζύγιση και κλήρωση

Άρθρο 32. Ζύγιση

32.1 Η ζύγιση ξεκινάει εβδομήντα δύο (72) ώρες πριν και ολοκληρώνετε μία (1) ώρα πριν την έναρξη του πρωταθλήματος, διενεργείται δε από εξουσιοδοτημένα άτομα της E.O.A αφού γίνει ταυτόχρονη ταυτοποίηση στοιχείων σύμφωνα με τις δηλώσεις συμμετοχής που έχουν κατατεθεί από της Ομοσπονδίες.

32.2 Οι αθλητές που προσέρχονται στην ζύγιση πρέπει να επιδεικνύουν την κάρτα διεθνούς διπλώματος της ITF και το διαβατήριό τους.

32.3 Μόνο οι αθλητές που πέρασαν επιτυχώς την ζύγιση έχουν δικαίωμα συμμετοχής στον ελεύθερο αγώνα.

32.4 Οι αθλητές οι οποίοι δεν περάσουν επιτυχώς την ζύγιση δεν μπορούν να συμμετάσχουν στον ατομικό ελεύθερο αγώνα.

Άρθρο 33. Κλήρωση

33.1 Η κλήρωση εκτελείται με την αρχή ότι ο όσοι κατέλαβαν την 1^η, 2^η, και 3^η θέση στο προηγούμενο πρωτάθλημα και αγωνίζονται και πάλι στην ίδια κατηγορία δεν θα πρέπει να κληρωθούν να αγωνιστούν σαν αντίπαλοι από τον πρώτο γύρο. Ο πρώτος και ο δεύτερος θα τοποθετούνται στα άκρα του φύλλου αγώνος (πάνω – κάτω) και οι δύο τρίτοι στις ενδιάμεσες.

33.2 Εξουσιοδοτημένα άτομα της Επιτροπής Αγώνων της ITF και της E.O.A και έως δύο (2) εκπρόσωποι από κάθε συμμετέχουσα χώρα θα συμμετάσχουν στην κλήρωση η οποία γίνεται δημοσίως.

33.3 Όταν στην κατηγορία υπάρχουν δυο ή λιγότεροι αθλητές ή ομάδες τότε δεν απαιτείται κλήρωση για να αγωνιστούν.

33.4 Τα ονόματα των αθλητών που συμμετέχουν στην κλήρωση είναι αποκλειστικά αυτά που έχουν δηλωθεί από την κάθε Ομοσπονδία κατά την δήλωση συμμετοχής στο πρωτάθλημα.

33.5 Κλήρωση των Tui

33.5.1 Η κλήρωση για τους ατομικούς αγώνες Tui γίνεται σύμφωνα με το φύλλο του αθλητή και των βαθμό Dan.

33.5.2 Η κλήρωση για τους ομαδικούς αγώνες Tul γίνεται σύμφωνα με το φύλλο των αθλητών των ομάδων.

33.6 Κλήρωση για τον ελεύθερο αγώνα

33.6.1 Η κλήρωση για τον ατομικό ελεύθερο αγώνα γίνεται σύμφωνα με το φύλλο του αθλητή και την κατηγορία βάρους στην οποία ανήκει.

33.6.2 Η κλήρωση για τον ομαδικό ελεύθερο αγώνα γίνεται σύμφωνα με το φύλλο των αθλητών των ομάδων.

33.7 Κλήρωση αυτοαμυνών

33.8 Η σειρά που αγωνίζονται οι ομάδες είναι σύμφωνα με την σειρά δήλωσης και το φύλλο του ήρωα.

33.9 Σειρά εκτέλεσης εναέριων τεχνικών και δοκιμών δύναμης

Η σειρά εκτέλεσης εναέριων δοκιμών ορίζεται σύμφωνα με το άθροισμα των υψών και μηκών εκτέλεσης των τεχνικών που έχει επιλέξει ο αθλητής(ο αθλητής με το μεγαλύτερο άθροισμα αγωνίζεται πρώτος και ούτω καθεξής) . Η σειρά εκτέλεσης των δοκιμών δύναμης ορίζεται σύμφωνα με τον με τον μεγαλύτερο αριθμό σανίδων που έχει επιλέξει ο αθλητής (ο αθλητής με το μεγαλύτερο άθροισμα αγωνίζεται πρώτος και ούτω καθεξής). Ο ίδιος τρόπος επιλογής σειράς ισχύει και στις ομαδικές εναέριες τεχνικές και δοκιμές δύναμης.

Ενότητα 9 Εκπρόσωποι ομάδων και προπονητές

Άρθρο 34. Εκπρόσωποι ομάδων

34.1 Ο αρχηγός της ομάδας είναι ένα εξουσιοδοτημένο άτομο από την Ομοσπονδία της χώρας που εκπροσωπεί.

34.2 Ο αρχηγός της ομάδας εγγράφει τους αθλητές, διαχειρίζεται όλα τα έγγραφα και συνεργάζεται με τους διοργανωτές κατά την διάρκεια του πρωταθλήματος.

Άρθρο 35 Προπονητές

Οι προπονητές θα πρέπει να γνωρίζουν και να εφαρμόζουν απaráκλητα τους Κανονισμούς Διεξαγωγής Αγώνων και Διαιτητών.

Οι προπονητές έχουν την ευθύνη ώστε οι αθλητές να συμπεριφέρονται με ευγενή τρόπο και να σέβονται και να τηρούν τους Κανονισμούς Διεξαγωγής Αγώνων.

35.1 Κανόνες για τους προπονητές.

35.1.1 Οι προπονητές θα πρέπει να σέβονται και τηρούν της εντολές των διαιτητών εφόσον αυτές είναι σύμφωνες με τους Κανονισμούς Διεξαγωγής Αγώνων και Διαιτητών.

35.1.2 Οι προπονητές θα πρέπει να γνωρίζουν μία από τις δύο επίσημες γλώσσες της ITF (Αγγλικά ή Κορεάτικα).

35.1.3 Θα πρέπει κατά την διάρκεια των αγώνων να φορούν αθλητική φόρμα και αθλητικά παπούτσια. Κοντομάνικα μπλουζάκια επιτρέπεται να φοριούνται μόνο σε εξαιρετικές περιπτώσεις, σε καμία περίπτωση όμως δεν επιτρέπεται να φορούν κοντό παντελόνι ή σορτς.

35.1.4 Κατά την διάρκεια διεξαγωγής του ελεύθερου αγώνα θα πρέπει να κάθονται σε απόσταση τουλάχιστον ενός (1) μέτρου από τον αγωνιστικό χώρο.

35.1.5 Κατά την διάρκεια του αγώνα θα πρέπει να συμπεριφέρεται με τρόπο που δεν θα δημιουργεί όχληση.

- Κατά την διάρκεια του αγώνα μπορεί να δίνει οδηγίες στον αθλητή χρησιμοποιώντας μόνο χειρονομίες. Απαγορεύεται να δίνει οδηγίες μιλώντας στον αθλητή.

- Δεν θα πρέπει να εισέρχεται στον αγωνιστικό χώρο χωρίς την άδεια του κεντρικού διαιτητή.

- Κατά την διάρκεια του αγώνα θα πρέπει πάντοτε να είναι καθισμένος και δεν σηκώνεται όρθιος για να δίνει οδηγίες στον αθλητή.

- Κατά βάση απαγορεύεται η αντικατάσταση του προπονητή κατά την διάρκεια του αγώνα. Αν όμως σε ειδικές εξαιρετικές περιπτώσεις αυτό πρέπει να γίνει, είναι δυνατό να γίνει μόνο κατά την διάρκεια του διαλειμματος και με την έγκριση του κεντρικού διαιτητή.

35.1.6 Όταν ο προπονητής δίνει οδηγίες στον αθλητή κατά την διάρκεια του διαλείμματος θα πρέπει να το κάνει με ήρεμο και κόσμιο τρόπο αποφεύγοντας να πίνει νερό η να μασάει τσίχλα.

35.1.7 Κατά την διάρκεια των αγώνων οι προπονητές δεν θα πρέπει να είναι υπό την επήρεια αλκοόλ η ναρκωτικών.

35.1.8 Κανείς αθλητής δεν θα επιτρέπεται να αγωνίζεται χωρίς προπονητή. Σε ειδικές μόνο περιπτώσεις ο αθλητής μπορεί να ορίσει κάποιον για προπονητή. Σε αυτήν όμως την περίπτωση αυτός θα πρέπει να φοράει αθλητική φόρμα και αθλητικά παπούτσια.

35.1.9 Δεν επιτρέπεται από τους προπονητές η χρήση οποιασδήποτε ασύρματης συσκευής επικοινωνίας.

35.1.10 Οι προπονητές θα πρέπει να διασφαλίζουν ότι οι αθλητές θα συμπεριφέροντε σύμφωνα με τα δόγματα του Taekwondo τόσο κατά τον αγώνα όσο και στους δημόσιους χώρους του σταδίου. Οι προπονητές θεωρούνται υπεύθυνοι για αν οι αθλητές επιδεικνύουν κακή συμπεριφορά η δεν τηρούν τους κανονισμούς.

35.2 ΄Πειθαρχικά μέτρα.

Στους προπονητές θα επιβάλλονται πειθαρχικά μέτρα όπως στις παρακάτω περιπτώσεις :

35.2.1 Παρατήρηση

- Όταν δεν φορούν τα προβλεπόμενα ρούχα. Ο χρόνος που θα δίνεται για να φορέσει τα ρούχα που προβλέπονται θα είναι ένα (1) λεπτό.

- Όταν δεν συμπεριφέρονται με ήρεμο και σεμνό τρόπο.
- Όταν πίνουν νερό ή μασούν τσίχλα κατά την διάρκεια του αγώνα.
- Όταν κάποιος αθλητής τους δεν σηκώνεται κατά την ανάκρουση εθνικών ύμνων στην τελετή απονομής.
- Όταν οι αθλητές τους φορούν το dobok χωρίς την ζώνη μέσα στο στάδιο.
- Όταν οι αθλητές τους αλλάζουν τα ρούχα τους δημοσίως. Οι αθλητές θα πρέπει να χρησιμοποιούν τα αποδυτήρια για να αλλάζουν.
- Όταν καταναλώνουν αλκοόλ ή καπνίζουν φορώντας dobok ή αθλητική φόρμα.

35.2.2 Αποβολή.

- Όταν κάποιος αθλητής τους αγωνίζεται και κάποιος άλλος αθλητής της ομάδας τους που παρακολουθεί τον αγώνα κοροϊδεύει ή προσβάλλει τον αντίπαλο.
- Όταν κάποιος αθλητής τους χρησιμοποιώντας χρησιμοποιεί κάποιο θορυβώδες αντικείμενο όπως κόνρες ή τύμπανα κτλ. ενοχλώντας τους υπόλοιπους θεατές κατά την διάρκεια ενός αγώνα.
- Όταν δεχτεί τρεις (3) ή περισσότερες παρατηρήσεις.

35.2.3 Στέρηση δικαιωμάτων και αφαίρεση της πιστοποίησης.

- Όταν εισέρθει στο στάδιο υπό την επήρεια ναρκωτικών ή αλκοόλ.
- Όταν ο προπονητής δεν υπακούει στις εντολές και στις αποφάσεις των διαιτητών ή όταν χρησιμοποιώντας προσβλητικές λεκτικές εκφράσεις ή συμπεριφορά ή επιθετικό τρόπο αμφισβητεί το αποτέλεσμα του αγώνα.
- Όταν αποβληθεί τρεις (3) ή περισσότερες φορές.

Ο προπονητής στον οποίο έχει επιβληθεί η ποινή αυτή, του αφαιρείται η διαπίστευση και δεν του επιτρέπεται να εργασθεί μέσα στο στάδιο μέχρι την λήξη της ποινής του.

Στον προπονητή μπορεί να επιβληθεί η ποινή της στέρησης την πιστοποίησής του από την Πειθαρχική Επιτροπή.

Η Πειθαρχική Επιτροπή αποφασίζει και ορίζει την διάρκεια της ποινής λαμβάνοντας υπόψη την σοβαρότητα του παραπτώματος. Η διάρκεια της ποινής μπορεί να είναι, η διάρκεια του πρωταθλήματος που επιβλήθηκε, από δύο (2) έως τρία (3) χρόνια ή ακόμα και απεριόριστης διάρκειας.

Ενότητα 10 Διεξαγωγή αγώνων

Άρθρο 36. Αγωνίσματα και σειρά διεξαγωγής

36.1 Στους έφηβους – νεανίδες η σειρά διεξαγωγής είναι Tui, ελεύθερος αγώνας, αυτοάμυνες, εναέριες τεχνικές.

36.2 Στους άνδρες – γυναίκες η σειρά διεξαγωγής είναι Tui, ελεύθερος αγώνας, αυτοάμυνες, εναέριες τεχνικές και δοκιμές δύναμης.

36.3 Στους βετεράνους η σειρά διεξαγωγής είναι Tui, ελεύθερος αγώνας και δοκιμές δύναμης.

Άρθρο 37 Κατηγορίες

37.1 Έφηβοι – Νεανίδες

37.1.1 Ατομικά αγωνίσματα

- Tui 1^ο, 2^ο, 3^ο Dan
- Ελεύθερος αγώνας: επτά (7) κατηγορίες
- Εναέριες τεχνικές

37.1.2 Ομαδικά αγωνίσματα

- Tui
- Ελεύθερος αγώνας
- Αυτοάμυνες
- Εναέριες τεχνικές

37.2 Άνδρες – Γυναίκες

37.2.1 Ατομικά αγωνίσματα

- Tui 1^ο, 2^ο, 3^ο, 4^ο Dan
- Ελεύθερος αγώνας: επτά (7) κατηγορίες
- Εναέριες τεχνικές
- Δοκιμές δύναμης

37.2.2 Ομαδικά αγωνίσματα

- Tui
- Ελεύθερος αγώνας
- Αυτοάμυνες
- Εναέριες τεχνικές
- Δοκιμές δύναμης

37.3 Βετεράνοι

37.3.1 Ατομικά αγωνίσματα

Κατηγορίες: - Ασημένια 40 έως 49 χρόνων

- Χρυσή 50 έως 59 χρόνων

- Πλατινένια 60 χρόνων και πάνω.

- Tui 1^ο, 2^ο, 3^ο, 4^ο, 5^ο, 6^ο Dan

- Ελεύθερος αγώνας: πέντε (5) κατηγορίες (Ασημένια κατηγορία)

τρεις (3) κατηγορίες (Χρυσή κατηγορία)

- Ο ελεύθερος αγώνας δεν εκτελείται από την πλατινένια κατηγορία

- Δοκιμές δύναμης (εξαιρείται η πλατινένια κατηγορία)

37.3.2 Ομαδικά αγωνίσματα (Μία ομάδα ανά συμμετέχοντα χώρα)

- Tui

- Ελεύθερος αγώνας (δεν έχουν δικαίωμα συμμετοχής στην ομάδα αθλητές της πλατινένιας κατηγορίας)

Άρθρο 38. Καθορισμός αριθμού συμμετεχόντων

38.1 Ατομικά αγωνίσματα

38.1.1 Στους έφηβους – νεανίδες και άνδρες – γυναίκες ο αριθμός συμμετεχόντων είναι ένας (1) αθλητής ανά χώρα ανά κατηγορία.

38.1.2 Στους βετεράνους ο αριθμός συμμετεχόντων στον ελεύθερο αγώνα (συμφώνα με τις κατηγορίες βάρους στην ασημένια και στην χρυσή κατηγορία) και στα Tui (ανάλογα την κατηγορία του βαθμού Dan, στην ασημένια, χρυσή και πλατινένια κατηγορία) είναι τρεις ανά χώρα.

38.1.3 Οι αθλητές που συμμετέχουν στα ατομικά αγωνίσματα μπορούν επίσης να συμμετέχουν και στα ομαδικά.

38.2 Ομαδικά αγωνίσματα

Οι αθλητές που συμμετέχουν στα ομαδικά αγωνίσματα μπορούν επίσης να συμμετέχουν και στα ατομικά.

38.2.1 Στους έφηβους – νεανίδες και άνδρες – γυναίκες ο αριθμός συμμετεχόντων ανά ομάδα είναι πέντε (5) αθλητές και ένας αναπληρωματικός.

38.2.2 Στους βετεράνους η ομάδα αποτελούνται από τρεις (3) αθλητές και ένα αναπληρωματικό.

38.2.3 Η ίδια ομάδα από κάθε χώρα συμμετέχει σε όλα τα ομαδικά αγωνίσματα (Tul, ελεύθερο αγώνα, αυτοάμυνες, εναέριες τεχνικές και δοκιμές δύναμης).

Άρθρο 39. Ανακοινώσεις

39.1 Η ανακοίνωση κάθε αγώνα γίνεται με το όνομα, τον αριθμό, και την χώρα του κάθε αθλητή.

39.2 Ο αθλητής είναι υποχρεωμένος να παρουσιαστεί στην αγωνόδοκο επιτροπή επιδεικνύοντας την κάρτα του.

39.3 Αν ο αθλητής δεν παρουσιαστεί ακολουθούν δυο ακόμη ανακοινώσεις με διάστημα μισού λεπτού. Αν και μετά την τρίτη και τελική ανακοίνωση ο αθλητής και πάλι δεν εμφανιστεί αποκλείεται.

Άρθρο 40. Έλεγχος εξοπλισμού

40.1 Ο κεντρικός διαιτητής είναι υπεύθυνος για ελέγξει αν το dobok, ο εξοπλισμός ασφάλειας κτλ, είναι εγκεκριμένου τύπου και όχι απαγορευμένα.

40.2 Αν κατά τον έλεγχο ο αθλητής βρεθεί να φέρει απαγορευμένο ή εξοπλισμό που δεν πληροί τις προδιαγραφές, τότε δίνεται χρονικό περιθώριο δύο (2) λεπτών να τα αντικαταστήσει.

40.3 Αν η αντικατάσταση δεν γίνει εντός του χρονικού περιθωρίου που του έχει δοθεί ο αθλητής αποκλείεται.

Άρθρο 41. Τυπικό διεξαγωγής των αγωνισμάτων.

Όλοι οι αθλητές πρέπει να απευθύνουν πάντα τον προβλεπόμενο χαιρετισμό στην αγωνόδοκο επιτροπή, αλλά και στον αντίπαλο αθλητή πριν την έναρξη και κατά την λήξη όποιου αγωνίσματος συμμετέχουν.

CHA RYOT	ΠΡΟΣΟΧΗ
KYONG YEA	ΥΠΟΚΛΙΣΗ
JA YU M AT SO GI	ΕΛΕΥΘΕΡΟΣ ΑΓΩΝΑΣ
JUN BI	ΕΤΟΙΜΟΙ
SHI JAK	ΑΡΧΙΣΤΕ
HE CHYO	ΧΩΡΙΣΤΕ
GESOK	ΣΥΝΕΧΙΣΤΕ
GU MAN	ΤΕΛΟΣ
JU UI	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ
GAM JOM	ΑΦΑΙΡΕΣΗ ΠΟΝΤΟΥ
SIL KYOK	ΑΠΟΚΛΕΙΣΜΟΣ
HONG	ΚΟΚΚΙΝΟΣ
CHONG	ΜΠΛΕ
IL HE JON	1 ^{ΟΣ} ΓΥΡΟΣ
YI HE JON	2 ^{ΟΣ} ΓΥΡΟΣ
SAM HE JON	3 ^{ΟΣ} ΓΥΡΟΣ
YONG JANG JON	ΠΑΡΑΤΑΣΗ
SUNG	ΝΙΚΗΤΗΣ
JI JONG TUL	ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΟ TUL
SON TEAK TUL	ΠΡΟΑΙΡΕΤΙΚΟ TUL
HO SIN KYONG GI	ΑΥΤΟΑΜΥΝΕΣ
TUK GI	ΕΝΑΕΡΙΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ
WI RYOK	ΔΟΚΙΜΕΣ ΔΥΝΑΜΗΣ
GAE IN JON	ΑΤΟΜΙΚΟ ΑΓΩΝΙΣΜΑ
DAN CHE JON	ΟΜΑΔΙΚΟ ΑΓΩΝΙΣΜΑ

Ενότητα 11^η Τεχνική ορολογία

Ενότητα 12^η Μετάλλια

Άρθρο 42. Έφηβοι – Νεανίδες

42.1 Ατομικά αγωνίσματα

42.1.1	TuI Εφήβων	3 χρυσά – 3 ασημένια – 6 χάλκινα
	TuI Νεανίδων	3 χρυσά – 3 ασημένια – 6 χάλκινα
42.1.2	Ελεύθερος αγώνας Εφήβων	7 χρυσά – 7 ασημένια – 14 χάλκινα
	Ελεύθερος αγώνας Νεανίδων	7 χρυσά – 7 ασημένια – 14 χάλκινα
42.1.3	Εναέριες τεχνικές Εφήβων	1 χρυσό – 1 ασημένιο – 1 χάλκινο
	Εναέριες τεχνικές Νεανίδων	1 χρυσό – 1 ασημένιο – 1 χάλκινο
42.1.4	Πολυνίκης αθλητής Εφήβων	1 κύπελλο
	Πολυνίκης αθλήτρια Νεανίδων	1 κύπελλο
42.2	Ομαδικά αγωνίσματα	
42.2.1	TuI Εφήβων	6 χρυσά – 6 ασημένια – 12 χάλκινα
	TuI Νεανίδων	6 χρυσά – 6 ασημένια – 12 χάλκινα
42.2.2	Ελεύθερος αγώνας Εφήβων	6 χρυσά – 6 ασημένια – 12 χάλκινα
	Ελεύθερος αγώνας Νεανίδων	6 χρυσά – 6 ασημένια – 12 χάλκινα
42.2.3	Αυτοάμυνες Εφήβων	4 χρυσό – 4 ασημένιο – 4 χάλκινο
	Αυτοάμυνες Νεανίδων	3 χρυσό – 3 ασημένιο – 3 χάλκινο
42.2.4	Εναέριες τεχνικές Εφήβων	6 χρυσό – 6 ασημένιο – 12 χάλκινο
	Εναέριες τεχνικές Νεανίδων	6 χρυσό – 6 ασημένιο – 12 χάλκινο
42.2.5	Πολυνίκης ομάδα Εφήβων	1 κύπελλο
	Πολυνίκης ομάδα Νεανίδων	1 κύπελλο
42.3	Πολυνίκης χώρα 1 ^η θέση	1 κύπελλο
	Πολυνίκης χώρα 2 ^η θέση	1 κύπελλο
	Πολυνίκης χώρα 3 ^η θέση	1 κύπελλο

Άρθρο 43. Άνδρες – Γυναίκες

43.1	Ατομικά αγωνίσματα	
43.1.1	TuI Ανδρών	4 χρυσά – 4 ασημένια – 8 χάλκινα
	TuI Γυναικών	4 χρυσά – 4 ασημένια – 8 χάλκινα
43.1.2	Ελεύθερος αγώνας Ανδρών	7 χρυσά – 7 ασημένια – 14 χάλκινα
	Ελεύθερος αγώνας Γυναικών	7 χρυσά – 7 ασημένια – 14 χάλκινα
43.1.3	Δοκιμές δύναμης Ανδρών	1 χρυσό – 1 ασημένιο – 1 χάλκινο

Δοκιμές δύναμης Γυναικών	1 χρυσό – 1 ασημένιο – 1 χάλκινο
43.1.4 Εναέριες τεχνικές Ανδρών	1 χρυσό – 1 ασημένιο – 1 χάλκινο
Εναέριες τεχνικές Γυναικών	1 χρυσό – 1 ασημένιο – 1 χάλκινο
43.1.5 Πολυνίκης αθλητής Ανδρών	1 κύπελλο
Πολυνίκης αθλήτρια Γυναικών	1 κύπελλο
43.2 Ομαδικά αγωνίσματα	
43.2.1 Τσι Ανδρών	6 χρυσά – 6 ασημένια – 12 χάλκινα
Τσι Γυναικών	6 χρυσά – 6 ασημένια – 12 χάλκινα
43.2.2 Ελεύθερος αγώνας Ανδρών	6 χρυσά – 6 ασημένια – 12 χάλκινα
Ελεύθερος αγώνας Γυναικών	6 χρυσά – 6 ασημένια – 12 χάλκινα
43.2.3 Αυτοάμυνες Ανδρών	4 χρυσό – 4 ασημένιο – 4 χάλκινο
Αυτοάμυνες Γυναικών	3 χρυσό – 3 ασημένιο – 3 χάλκινο
43.2.4 Δοκιμές Δύναμης Ανδρών	6 χρυσό – 6 ασημένιο – 6 χάλκινο
Δοκιμές δύναμης Γυναικών	6 χρυσό – 6 ασημένιο – 6 χάλκινο
45.2.5 Εναέριες τεχνικές Ανδρών	6 χρυσό – 6 ασημένιο – 6 χάλκινο
Εναέριες τεχνικές Γυναικών	6 χρυσό – 6 ασημένιο – 6 χάλκινο
43.2.6 Πολυνίκης ομάδα Ανδρών	1 κύπελλο
Πολυνίκης ομάδα Γυναικών	1 κύπελλο
43.3 Πολυνίκης χώρα 1 ^η θέση	1 κύπελλο
Πολυνίκης χώρα 2 ^η θέση	1 κύπελλο
Πολυνίκης χώρα 3 ^η θέση	1 κύπελλο

Άρθρο 44. Βετεράνοι

44.1 Ατομικά αγωνίσματα	
44.1.1 Τσι Ανδρών	18 χρυσά – 18 ασημένια – 36 χάλκινα
Τσι Γυναικών	18 χρυσά – 18 ασημένια – 36 χάλκινα
44.1.2 Ελεύθερος αγώνας Ανδρών	8 χρυσά – 8 ασημένια – 16 χάλκινα
Ελεύθερος αγώνας Γυναικών	8 χρυσά – 8 ασημένια – 16 χάλκινα
44.1.3 Δοκιμές δύναμης Ανδρών	1 χρυσό – 1 ασημένιο – 1 χάλκινο

Δοκιμές δύναμης Γυναικών	1 χρυσό – 1 ασημένιο – 1 χάλκινο
44.1.4 Βραβείο καλύτερης τεχνικής Ανδρών (κατηγορία)	2 κύπελλα (εξαιρείται η πλατινένια κατηγορία)
Βραβείο καλύτερης τεχνικής Γυναικών (κατηγορία)	2 κύπελλα (εξαιρείται η πλατινένια κατηγορία)
44.1.5 Βραβείο συμμετοχής αθλητή με την μεγαλύτερη ηλικία Ανδρών	1 κύπελλο
Βραβείο συμμετοχής αθλητή με την μεγαλύτερη ηλικία Γυναικών	1 κύπελλο
44.2 Ομαδικά αγωνίσματα	
44.2.1 Τυτ Ανδρών	4 χρυσά – 4 ασημένια – 8 χάλκινα
Τυτ Γυναικών	4 χρυσά – 4 ασημένια – 8 χάλκινα
44.2.2 Ελεύθερος αγώνας Ανδρών	4 χρυσά – 4 ασημένια – 8 χάλκινα
Ελεύθερος αγώνας Γυναικών	4 χρυσά – 4 ασημένια – 8 χάλκινα
44.2.3 Πολυνίκης ομάδα Ανδρών	1 κύπελλο
Πολυνίκης ομάδα Γυναικών	1 κύπελλο
44.3 Πολυνίκης χώρα 1 ^η θέση	1 κύπελλο
Πολυνίκης χώρα 2 ^η θέση	1 κύπελλο
Πολυνίκης χώρα 3 ^η θέση	1 κύπελλο

Άρθρο 45. Κατηγορίες Βραβείων

Όταν σε οποιοδήποτε αγώνισμα συμμετέχουν λιγότεροι από τρεις (3) αθλητές τα μετάλλια αυτά δεν προσμετρούνται για την απονομή των Βραβείων πολυτιμότερου αθλητή και πολυτιμότερης ομάδας.

45.1 Βραβείο πολυτιμότερου αθλητή

45.1.1 Το βραβείο απονέμεται στον αθλητή με τα περισσότερα χρυσά μετάλλια σε ατομικά αγωνίσματα.

45.1.2 Σε περίπτωση που αθλητές κατέχουν τον ίδιο αριθμό χρυσών μεταλλίων θα προσμετρούνται με την σειρά τα ασημένια και τα χάλκινα.

45.1.3 Σε περίπτωση που αθλητές κατέχουν τον ίδιο αριθμό χρυσών, ασημένιων και χάλκινων μεταλλίων θα προσμετρούνται τα μετάλλια από τον ελεύθερο αγώνα, Τυτ, τις αυτοάμυνες, τις εναέριες τεχνικές και τις δοκιμές δύναμης κατά σειρά αξίας των αγωνισμάτων.

45.2 Βραβείο πολυτιμότερης ομάδας

Τα μετάλλια που κατακτούνται από την ομάδα προσμετρούνται σαν ένα. Το βραβείο απονέμεται με σύμφωνα με την ίδια αρχή υπολογισμού με το Βραβείο πολυτιμότερου αθλητή.

45.3 Βραβείο συμμετοχής αθλητή με την μεγαλύτερη ηλικία.

Το βραβείο αυτό απονέμεται στον αθλητή και στην αθλήτρια με την μεγαλύτερη ηλικία και συμμετέχει στο πρωτάθλημα Βετεράνων.

Άρθρο 46. Βραβείο πολυνίκης χώρας

46.1 Το βραβείο απονέμεται στην ομάδα με τα περισσότερα χρυσά μετάλλια σε ατομικά αγωνίσματα και ομαδικά αγωνίσματα (τα μετάλλια των ομαδικών αγωνισμάτων προσμετρούνται σαν ένα).

46.2 Σε περίπτωση που αθλητές κατέχουν τον ίδιο αριθμό χρυσών μεταλλίων θα προσμετρούνται με την σειρά τα ασημένια και τα χάλκινα.

46.3 Σε περίπτωση που αθλητές κατέχουν τον ίδιο αριθμό χρυσών, ασημένιων και χάλκινων μεταλλίων θα προσμετρούνται τα μετάλλια από τον ελεύθερο αγώνα, Tul, τις αυτοάμυνες, τις εναέριες τεχνικές και τις δοκιμές δύναμης κατά σειρά αξίας των αγωνισμάτων.

Ενότητα 13^η TUL

Άρθρο 47. Τρόπος διεξαγωγής Αγώνων Tul

Διεξαγωγή των αγώνων Tul γίνεται με το σύστημα πυραμίδας αποκλεισμού.

Άρθρο 48. Βαθμολόγηση των Tul

48.1 Ατομικά Tul

48.1.1 Στον αγώνα Tul βαθμολογείται το τεχνικό περιεχόμενο, η δύναμη, ο ρυθμός, η ισορροπία και ο έλεγχος αναπνοής

48.1.2 Βαθμολογία

Τεχνικό περιεχόμενο	10 Βαθμοί
Δύναμη	6 Βαθμοί
Ρυθμός	6 Βαθμοί
Ισορροπία	6 Βαθμοί
Έλεγχος αναπνοής	6 Βαθμοί

48.2 Ομαδικά Tul

48.2.1 Στον αγώνα ομαδικών Tul βαθμολογείται η ομαδικότητα (χορογραφία), το τεχνικό περιεχόμενο, η δύναμη, ο ρυθμός, η ισορροπία και ο έλεγχος αναπνοής.

48.2.2 Βαθμολογία

Ομαδικότητα (χορογραφία)	10 Βαθμοί
Τεχνικό περιεχόμενο	10 Βαθμοί
Δύναμη	6 Βαθμοί

Ρυθμός	6 Βαθμοί
Ισορροπία	6 Βαθμοί
Έλεγχος αναπνοής	6 Βαθμοί

Άρθρο 49. Ατομικά Tul

Οι αθλητές αγωνίζονται σε ζευγάρια και σε κατηγορία σύμφωνα με τον βαθμό Dan που φέρουν.

49.1.1 1° Dan

Tul Επιλογής Kwang Gae έως Ge Baek

Tul Υποχρεωτικό Chon Ji έως Ge Baek

49.1.2 2° Dan

Tul Επιλογής Eui Am έως Ju Che

Tul Υποχρεωτικό Chon Ji έως Ju Che (για την ασημένια κατηγορία Βετεράνων)

Chon Ji έως Ge Baek (για την χρυσή και πλατινένια κατηγορία

βετεράνων)

49.1.3 3° Dan

Tul Επιλογής Sam IL έως Choi Yong

Tul Υποχρεωτικό Chon Ji έως Choi Yong (για την ασημένια κατηγορία Βετεράνων)

Chon Ji έως Ge Baek (για την χρυσή και πλατινένια κατηγορία

βετεράνων)

49.1.4 4° Dan

Tul Επιλογής Yong Gae έως Moon Moo

Tul Υποχρεωτικό Chon Ji έως Moon Moo (για την ασημένια κατηγορία

Βετεράνων)

Chon Ji έως Ge Baek (για την χρυσή και πλατινένια κατηγορία

βετεράνων)

49.1.5 5° Dan

Tul Επιλογής So San έως Se Jong

Tul Υποχρεωτικό Chon Ji έως Se Jong (για την ασημένια κατηγορία Βετεράνων)

Chon Ji έως Ge Baek (για την χρυσή και πλατινένια κατηγορία

βετεράνων)

49.1.6 6° Dan

Tul Επιλογής Tong IL

Tul Υποχρεωτικό Chon Ji έως Se Jong (για την ασημένια κατηγορία Βετεράνων)
Chon Ji έως Ge Baek (για την χρυσή και πλατινένια κατηγορία βετεράνων)

49.2 Ανάδειξη νικητή

Ο πρόεδρος της αγωνοδίκου επιτροπής ανακοινώνει την νικητή σύμφωνα με την απόφαση που έχουν υποδείξει οι πέντε (5) κριτές με τις σημαίες τους.

49.2.1 Όταν τρεις (3) ή περισσότεροι κριτές δίνουν νίκη σε ένα αθλητή τότε αυτός αναδεικνύεται νικητής.

49.2.2 Όταν δύο (2) κριτές δίνουν νίκη σε ένα αθλητή, ένας (1) κριτής δίνει νίκη στον αντίπαλο και δύο (2) κριτές δίνουν ισοπαλία τότε νικητής αναδεικνύεται ο αθλητής με τις δύο νίκες.

49.2.3 Όταν τρεις (3) ή περισσότεροι κριτές δίνουν ισοπαλία τότε ο αγώνας είναι ισόπαλος.

49.2.4 Όταν δύο (2) κριτές δίνουν νίκη σε ένα αθλητή, δύο (2) κριτές δίνουν νίκη στον αντίπαλο και ένας κριτής δίνει ισοπαλία τότε ο αγώνας είναι ισόπαλος.

49.2.5 Σε περίπτωση ισοπαλίας ο πρόεδρος της αγωνοδίκου επιτροπής κληρώνει ένα ακόμη Tul που θα εκτελέσουν οι αθλητές. Η διαδικασία επαναλαμβάνεται εωςότου αναδειχτεί νικητής.

Άρθρο 50. Ομαδικά Tul

50.1 Οι ομάδες εκτελούν ένα (1) Tul επιλογής τους και ένα (1) υποχρεωτικό (το υποχρεωτικό Tul είναι κοινό και για τις δύο (2) ομάδες και δεν μπορεί να είναι κανένα από τα Tul επιλογής που εκτέλεσαν οι ομάδες) το οποίο επιλέγεται από τον πρόεδρο της αγωνοδίκου επιτροπής.

Στους ομαδικούς αγώνες Tul σε αντίθεση με τον ατομικό η ομαδική εκτέλεση γίνεται από τους πέντε (5) αθλητές οι οποίοι επιδεικνύουν ομαδικότητα. Ωστόσο οι κινήσεις του Tul εκτελούνται σε συγχρονισμό και σύμφωνα με την χορογραφία που έχει επιλέξει η κάθε ομάδα. Σε όλες τις περιπτώσεις όμως το τεχνικό περιεχόμενο του Tul (αργές, γρήγορες, συνεχόμενες κτλ κινήσεις) δεν επιδέχονται καμία αλλοίωση και θα πρέπει να εκτελούνται όπως έχουν διδαχτεί και καταγραφεί στην εγκυκλοπαίδεια.

50.2 Tul επιλογής και υποχρεωτικά για έφηβους – νεανίδες, άνδρες – γυναίκες και βετεράνους

50.2.1 Έφηβοι – Νεανίδες

Tul Επιλογής Kwang Gae έως Ge Baek

Tul Υποχρεωτικό Chon Ji έως Ge Baek

50.2.2 Άνδρες – Γυναίκες

Tul Επιλογής Kwang Gae έως Ge Baek

Tul Υποχρεωτικό Chon Ji έως Ge Baek

50.2.3 Βετεράνοι

Tul Επιλογής Kwang Gae έως Ge Baek

Tul Υποχρεωτικό Chon Ji έως Ge Baek

50.3 Οι ομάδες σε κάθε αγώνα εκτελούν τα Tul εναλλάξ. Και οι δύο (2) ομάδες εκτελούν το ίδιο υποχρεωτικό Tul.

50.4 Η ανάδειξη της νικήτριας ομάδας γίνεται όπως στα ατομικά Tul.

Άρθρο 51. Συγκρότηση συμβουλίου Τερέν για Tul

Ένας (1) Πρόεδρος αγωνοδίκου επιτροπής

Δύο (2) μέλη αγωνοδίκου επιτροπής

Πέντε (5) Κριτές

Ένας (1) Πρακτικογράφος

Ενότητα 14^η Ελεύθερος αγώνας

Άρθρο 52. Τρόπος διεξαγωγής ελεύθερου αγώνα

Διεξαγωγή του ελεύθερου αγώνα γίνεται με το σύστημα πυραμίδας αποκλεισμού.

Άρθρο 53. Επιθετικά εργαλεία

53.1 Χέρι – Μπροστινό μέρος τις γροθιάς, επάνω μέρος γροθιάς, εξωτερική και εσωτερική κόψη της παλάμης

53.2 Πόδι – Μήλο του ποδιού, ξίφος, φτέρνα, κουντουπιέ, και πατούσα.

Άρθρο 54. Περιοχές στόχευσης

54.1 Στο μπροστινό και πλαϊνό μέρος του κεφαλιού.

54.2 Στο μπροστινό μέρος του κορμού και στο πλαϊνό και των δύο πλευρών μέχρι την κάθετη νοητή ευθεία από τον ώμο μέχρι την μέση. Όχι στο πίσω μέρος του κορμού και πέρα τον νοητών αυτών κάθετων γραμμών.

54.3 Στην περίπτωση που η περιοχή του χεριού από τα δάκτυλα έως τον αγκώνα εφάπτεται με τον κορμό τότε θεωρείται σαν επέκταση του κορμού και οποιοδήποτε σωστή τεχνική στοχεύσει εκεί θεωρείται πόντος.

Άρθρο 55. Βαθμολόγηση

55.1 Ένας (1) πόντος δίνεται για:

Γροθιά στην ψηλή η μεσαία περιοχή με το ένα (1) ή και τα δυο (2) πόδια σε επαφή με το έδαφος

Επιτόπιο λάκτισμα με το πόδι στην μεσαία περιοχή

Τέλεια άμυνα

55.2 Δύο (2) πόντοι δίνονται για:

Λάκτισμα επιτόπιο στην ψηλή περιοχή

ψηλή περιοχή
Γροθιά εναέρια (και τα δυο πόδια να μην είναι σε επαφή με το έδαφος) στην

Εναέριο λάκτισμα με το πόδι στην μεσαία περιοχή

55.3 Τρεις (3) πόντοι δίνονται για:

Εναέριο λάκτισμα με το πόδι στην ψηλή περιοχή

Γυριστό εναέριο λάκτισμα με το πόδι 180° στην μεσαία περιοχή

επαφή με το έδαφος) στην ψηλή περιοχή
Γυριστή γροθιά εναέρια 180° ή περισσότερο (και τα δυο πόδια να μην είναι σε

55.4 Τέσσερις (4) πόντοι δίνονται για:

Γυριστό εναέριο λάκτισμα με το πόδι 180° στην ψηλή περιοχή

περιοχή
Γυριστό εναέριο λάκτισμα με το πόδι 360° ή περισσότερο στην μεσαία

55.5 Πέντε (5) πόντοι δίνονται για:

Γυριστό εναέριο λάκτισμα με το πόδι 360° ή περισσότερο στην ψηλή περιοχή

Άρθρο 56. Παρατηρήσεις

56.1 Παρατηρήσεις

56.1.1 Παρατηρήσεις δίνονται για τα παρακάτω παραπτώματα:

Επίθεση σε μη επιτρεπόμενη περιοχή στόχευσης

Πάτημα και με τα δύο πόδια εκτός του τερέν (9X9)

Σε περίπτωση που εκτός από τα πόδια οποιοδήποτε άλλο μέρος του σώματος έρθει σε επαφή με το έδαφος

Για κράτημα ή αρπαγή

Για σπρώξιμο

Προσποίηση τραυματισμού

τεχνική
Εκτέλεση τριών ή περισσότερων γροθιών χωρίς να εκτελείται διαφορετική

Επανειλημμένος προσποιούμενος πανηγυρισμός για επίτευξη πόντου

Εσκεμμένο γύρισμα πλάτης στον αντίπαλο

Συζήτηση χωρίς λόγο κατά την διάρκεια του αγώνα

Αδιαφορία για τις υποδείξεις του κεντρικού διαιτητή

56.1.2 Ένας (1) πόντος αφαιρείται για κάθε τρεις (3) παρατηρήσεις.

56.1.3 Εάν ο αθλητής συγκεντρώσει τρεις αφαιρέσεις πόντων από παρατηρήσεις δεν αποβάλλεται από τον αγώνα.

56.2 Αφαίρεση πόντων (κίτρινη κάρτα).

56.2.1 Ένας (1) πόντος (κίτρινη κάρτα) αφαιρείται για τα παρακάτω παραπτώματα :

- Προσβολή του αντιπάλου με οποιονδήποτε τρόπο.
- Δάγκωμα, γρατζούνισμα, σκαρφάλωμα πάνω στον αντίπαλο.
- Επίθεση σε πεσμένο ή ανέτοιμο αντίπαλο ενώ ο διαιτητής έχει σταματήσει τον αγώνα.
- Υπερβολικά δυνατή επαφή
- Επίθεση με το κεφάλι.

56.2.2 Ο διαιτητής για να υποδείξει την αφαίρεση πόντου δείχνει στον αθλητή κίτρινη κάρτα.

56.2.3 Δύο (2) πόντοι αφαιρούνται σε κάθε γύρο από την βαθμολογία του αθλητή αν δεν εκτελέσει ένα τουλάχιστον γυριστό εναέριο λάκτισμα 180° μοιρών η περισσότερο με το πόδι. Το λάκτισμα προσμετράτε στον αθλητή ακόμα και αν δεν επιτύχει πόντο εφόσον εκτελέστηκε από αυτόν με πρόθεση να σκοράρει. Το λάκτισμα μπορεί να είναι είτε επιθετικό είτε αμυντικό. Δεν θα προσμετρώνται όμως λακτίσματα που εκτελεστήκαν χωρίς ο αθλητής να έχει οπτική επαφή με τον αντίπαλο (τυφλό λάκτισμα).

56.2.4 Η αφαίρεση των δύο (2) πόντων για την μη εκτέλεση γυριστού εναέριου λακτίσματος 180° μοιρών η περισσότερο δεν εφαρμόζεται στους Βετεράνους.

56.3 Αποκλεισμός (κόκκινη κάρτα).

56.3.1 Ένας αθλητής τιμωρείται με αποκλεισμό (κόκκινη κάρτα) για τα παρακάτω παραπτώματα :

- Χειροδικία κατά διαιτητή.
- Αγνόηση των εντολών του κεντρικού διαιτητή.
- Πρόκληση στον αντίπαλο σοβαρού τραυματισμού συνεπεία του οποίου δεν μπορεί να συνεχίσει να αγωνίζεται.
- Να είναι υπό την επήρεια αλκοόλ η ναρκωτικών.
- Να λάβει τρεις αφαιρέσεις πόντων (κίτρινες κάρτες) στον ίδιο αγώνα.

56.3.2 Ο κεντρικός διαιτητής δείχνει κόκκινη κάρτα σε ένα αθλητή όταν αυτός αποκλείεται λόγω απευθείας αφαιρέσεων πόντων.

Άρθρο 57. Ατομικοί αγώνες

57.1 Κατηγορίες

57.1.1 Έφηβοι - Νεανίδες

Δικαίωμα συμμετοχής έχει ένας αθλητής ανά χώρα ανά κατηγορία

57.1.1.1 Έφηβοι

- 45 κιλά
- 51 κιλά
- 57 κιλά
- 63 κιλά
- 69 κιλά
- 75 κιλά
- + 75 κιλά

57.1.1.2 Νεανίδες

- 40 κιλά
- 46 κιλά
- 52 κιλά
- 58 κιλά
- 64 κιλά
- 70 κιλά
- + 70 κιλά

57.1.2 Άνδρες – Γυναίκες

Δικαίωμα συμμετοχής έχει ένας αθλητής ανά χώρα ανά κατηγορία

57.1.2.1 Άνδρες

- 50 κιλά
- 57 κιλά

- 64 κιλά
- 71 κιλά
- 78 κιλά
- 85 κιλά
- + 85 κιλά

57.1.2.2 Γυναίκες

- 45 κιλά
- 51 κιλά
- 57 κιλά
- 63 κιλά
- 69 κιλά
- 75 κιλά
- + 75 κιλά

57.1.3 Βετεράνοι

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν τρεις αθλητές ανά χώρα ανά κατηγορία

57.1.1.1 Άνδρες

Ασημένια κατηγορία

- 64 κιλά
- 73 κιλά
- 80 κιλά
- 90 κιλά
- + 90 κιλά

Χρυσή κατηγορία

- 66 κιλά
- 80 κιλά
- + 80 κιλά

57.1.1.2 Γυναίκες

Ασημένια κατηγορία

- 54 κιλά
- 61 κιλά
- 68 κιλά
- 75 κιλά
- + 75 κιλά

Χρυσή κατηγορία

- 60 κιλά
- 75 κιλά
- + 75 κιλά

57.2 Διάρκεια γύρων αγώνα

57.2.1 Στους έφηβους – νεανίδες και άνδρες – γυναίκες η διάρκεια του αγώνα είναι δύο (2) γύροι των δύο λεπτών ο καθένας συμπεριλαμβανομένου και του τελικού.

57.2.2 Στους βετεράνους η διάρκεια του αγώνα είναι δύο (2) γύροι του ενάμιση (1,5) λεπτού ο καθένας.

57.2.3 Ενδιάμεσα στους δύο (2) γύρους γίνεται διάλειμμα ενός (1) λεπτού.

57.3 Ανάδειξη νικητή

Ο πρόεδρος της αγωνοδίκου επιτροπής καταδεικνύει τον νικητή σύμφωνα με τα αποτελέσματα των τεσσάρων (4) γωνιακών κριτών.

57.3.1 Όταν τρεις (3) ή περισσότεροι κριτές δίνουν νίκη σε ένα αθλητή τότε αυτός αναδεικνύεται νικητής.

57.3.2 Όταν δύο (2) κριτές δίνουν νίκη σε ένα αθλητή, ένας (1) κριτής δίνει νίκη στον αντίπαλο και ένας κριτής δίνει ισοπαλία τότε νικητής αναδεικνύεται ο αθλητής με τις δύο νίκες.

57.3.3 Όταν δύο (2) κριτές δίνουν νίκη σε ένα αθλητή, και δύο κριτές δίνουν ισοπαλία τότε νικητής αναδεικνύεται ο αθλητής με τις δύο νίκες.

57.3.4 Όταν τρεις (3) ή περισσότεροι κριτές δίνουν ισοπαλία τότε ο αγώνας είναι ισόπαλος.

57.3.5 Όταν δύο (2) κριτές δίνουν νίκη σε ένα αθλητή, δύο (2) κριτές δίνουν νίκη στον αντίπαλο και ένας κριτής δίνει ισοπαλία τότε ο αγώνας είναι ισόπαλος.

57.3.6 Όταν ένας (1) κριτής δίνουν νίκη σε ένα αθλητή, ένας (1) κριτής δίνει νίκη στον αντίπαλο και δύο κριτές δίνουν ισοπαλία τότε ο αγώνας είναι ισόπαλος.

57.3.7 Σε περίπτωση ισοπαλίας διεξάγεται ένας τρίτος γύρος παράτασης(διάρκειας ενός (1) λεπτού). Σε περίπτωση που και πάλι δεν αναδειχτεί νικητής οι αθλητές αγωνίζονται στον γύρο με τον χρυσό πόντο. Στον γύρο αυτό ο οποίος δεν έχει χρονικό περιορισμό νικητής αναδεικνύεται ο αθλητής που θα σκοράρει πρώτος πόντο. Σε περίπτωση που ένας αθλητής λάβει απευθείας αφαίρεση πόντου ή συνεπεία τριών παρατηρήσεων τότε ο αντίπαλος αναδεικνύεται νικητής.

Άρθρο 58. Ομαδικοί αγώνες

58.1 Οι ομάδες αποτελούνται από αθλητές ανεξαρτήτου κατηγορίας βάρους και βαθμού Dan.

58.2 Η επιλογή της ομάδας που θα παρουσιάσει πρώτη αθλητή στον πρώτο αγώνα γίνεται με το στρίψιμο κέρματος από τον κεντρικό διαιτητή. Στην συνέχεια η διαδικασία γίνεται εναλλάξ.

58.3 Διάρκεια αγώνων

58.3.1 Στους έφηβους – νεανίδες και άντρες – γυναίκες κάθε γύρος έχει διάρκεια δύο (2) λεπτά

58.3.2 Στους βετεράνους κάθε γύρος έχει διάρκεια ενάμιση (1,5) λεπτό

58.3.3 Μεταξύ των γύρων υπάρχει διάλειμμα ενός (1) λεπτού.

58.4 Ανάδειξη νικήτριας ομάδας

58.4.1 Για την ανάδειξη του νικητή σε κάθε γύρο ισχύει ότι και στον ατομικό αγώνα (με εξαίρεση τους ισόπαλους αγώνες).

58.4.2 Για κάθε νικηφόρο γύρο η ομάδα κερδίζει δύο (2) βαθμούς και για κάθε ισόπαλο ένα (1). Νικήτρια αναδεικνύεται η ομάδα που θα συγκεντρώσει 6 βαθμούς. Σε περίπτωση που μία ομάδα κερδίσει 6 βαθμούς και υπάρχουν εναπομείναντες γύροι να παιχτούν αυτοί δεν διεξάγονται.

58.4.3 Σε περίπτωση που μετά από την διεξαγωγή και των πέντε (5) γύρων οι ομάδες είναι ισόπαλες διεξάγεται ένας γύρος παράταση στον οποίο νικήτρια ομάδα ανακηρύσσεται η ομάδα του αθλητή που θα κερδίσει αυτό τον γύρο.

58.4.4 Σε περίπτωση ισοπαλίας στον γύρο της παράτασης ο αγώνες συνεχίζει και διεξάγεται με τους ίδιους αθλητές στον χρυσό πόντο μέχρι την ανάδειξη νικητή.

58.4.5 Όταν μια ομάδα έχει ένα λιγότερο αθλητή η αντίπαλη ομάδα κερδίζει δύο (2) πόντου. Αν έχει δύο λιγότερους αθλητές η άλλη ομάδα κερδίζει τέσσερις (4) πόντους.

Άρθρο 59. Τραυματισμός

59.1 Σε περίπτωση τραυματισμού αθλητή κατά την διάρκεια του αγώνα ο κεντρικός διαιτητής διακόπτει τον αγώνα και καλεί τον γιατρό. Αφού παρασχεθούν οι απαραίτητες ιατρικές βοήθειες στον αθλητή ο γιατρός ενημερώνει τον κεντρικό διαιτητή αν ο αθλητής είναι σε θέση να συνεχίσει τον αγώνα. Η απόφαση του γιατρού είναι τελική και αμετάκλητη.

59.2 Ανάδειξη νικητή σε περίπτωση αδυναμίας του αθλητή να αγωνιστεί λόγω τραυματισμού στην διάρκεια του αγώνα.

59.2.1 Όταν ο αθλητής αδυνατεί να συνεχίσει τον αγώνα συνεπεία τραυματισμού από τον αντίπαλο τότε ο τραυματισμένος αθλητής είναι ο νικητής του γύρου.

59.2.2 Όταν ο αθλητής αδυνατεί να συνεχίσει τον αγώνα συνεπεία τραυματισμού που δεν οφείλεται στον αντίπαλο τότε νικητής του γύρου είναι ο αντίπαλος αθλητής.

59.2.3 Σε περίπτωση που λόγω ταυτόχρονου τραυματισμού και οι δύο αθλητές αδυνατούν να συνεχίσουν τον αγώνα τότε νικητής είναι ο αθλητής που την στιγμή διακοπής του αγώνα είχε το προβάδισμα πόντων. Σε περίπτωση που την συγκεκριμένη στιγμή το αποτέλεσμα είναι ισόπαλο ο νικητής αναδεικνύεται αφού ο πρόεδρος της αγωνοδίκου συγκαλέσει τους κριτές και τον κεντρικό διαιτητή σε σύσκεψη.

Άρθρο 60. Συγκρότηση συμβουλίου τερέν για ομαδικό ελεύθερο αγώνα.

Ένας (1) Πρόεδρος αγωνοδίκου

Ένα ή δύο (1-2) Μέλη αγωνοδίκου

Ένας (1) Κεντρικός διαιτητής

Τέσσερις (4) Γωνιακοί διαιτητές

Ένας (1) Χρονομέτρης

Ένας (1) Πρακτικογράφος

Ενότητα 15^η Εναέριες Τεχνικές

Οι αθλητές ή οι ομάδες εκτελούν με σειρά βάση του αθροίσματος των υψών και μηκών που έχουν δηλώσει στην διαδικασία της δήλωσης του ύψους και μήκους κάθε τεχνικής.

Σε περίπτωση που οι αθλητές ή ομάδες των τριών μεγαλύτερων αθροισμάτων υψών και μηκών, επιτύχουν να εκτελέσουν όλες τις τεχνικές σωστά και αναδειχτούν νικητές 1^{ης}, 2^{ης}, και 3^{ης} θέσης ο αγώνας σταματάει εκεί και οι υπόλοιποι αθλητές και ομάδες δεν αγωνίζονται. Όλοι οι αθλητές και ομάδες όμως εκτελούν την τεχνική πρόκρισης που έχουν επιλέξει με σειρά σύμφωνα με την κατάσταση του φύλου αγώνος.

- Στις εναέριες τεχνικές οι αθλητές ή οι ομάδες θα πρέπει να δηλώσουν τα ύψη η το μήκος των τεχνικών και θα πρέπει να είναι τα ίδια ή υψηλότερα και μακρύτερα από τα ύψη που επέτυχε ο αθλητής η ομάδα που κατέλαβε την 3^η θέση στο προηγούμενο πρωτάθλημα.

- Οι πέντε (5) πρώτοι αθλητές και πέντε (5) πρώτες ομάδες συμφωνά με τις δηλώσεις συμμετοχής και τα αποτελέσματα του προκριματικού γύρου θα επιλέγονται και ο αγώνας θα διεξάγεται μεταξύ αυτών. Και η σειρά που θα εκτελούν τις τεχνικές θα είναι συμφωνά με το υποσύνολο βάση των δηλώσεων συμμετοχής και του προκριματικού γύρου για τις πέντε (5) τεχνικές (Twimyo nori chagi, Twimyo dollyo chagi, Twimyo bandae dollyo chagi, Twiyo dolmyo chagi 360°, Twiyo nomo chagi).

- Όταν εκτελείται το Twimyo nopi chagi και Twimyo dollyo chagi, ο αθλητής θα πρέπει να παίρνει φόρα και να πηδά πατώντας στο πόδι που τα εκτελέσει την τεχνική τραβώντας το άλλο πόδι στο ύψος του στέρνου και τεντώνοντάς το την ώρα του λακτίσματος.

Άρθρο 61. Τεχνικές Εφήβων – Ανδρών

- Twimyo nopi chagi
- Twimyo dollyo chagi
- Twimyo bandae dollyo chagi
- Twiyo dolmyo chagi 360°
- Twiyo nomo chagi

Άρθρο 62. Τεχνικές Νεανίδων – Γυναικών

- Twimyo nopi chagi
- Twimyo dollyo chagi
- Twimyo bandae dollyo chagi
- Twiyo dolmyo chagi 360°
- Twiyo nomo chagi

Άρθρο 63. Προδιαγραφές Σανίδων

63.1 Οι διαστάσεις των σανίδων θα πρέπει να είναι πλάτους τριάντα επί τριάντα (30X30) και πάχους ενάμιση (1,5) εκατοστό.

63.2 Ο διαιτητής θα πρέπει να ελέγχει την σανίδα πριν από την κάθε προσπάθεια του αθλητή. Σε περίπτωση που χρησιμοποιούνται ξύλινες σανίδες δεν μπορούν να χρησιμοποιούνται δεύτερη φορά. Οι πλαστικές σανίδες μπορούν να χρησιμοποιούνται πολλές φορές.

63.3 Η σανίδα που θα χρησιμοποιείται για το Twiyo nomo chagi θα πρέπει να είναι από εύθραυστο υλικό και δεν υπάρχει συγκεκριμένο ύψος με ελάχιστο όμως αυτό της κορδέλας.

Άρθρο 64. Βαθμολόγηση

64.1 Πέντε διαιτητές κρίνουν την κάθε προσπάθεια. Ο κάθε διαιτητής κρατάει μία μπλε και μία κόκκινη σημαία. Μετά από κάθε προσπάθεια του αθλητή σηκώνει την κόκκινη σημαία για άκυρη προσπάθεια και την μπλε για έγκυρη ή δεν σηκώνει καμιά σημαία όταν δεν έχουν δει καλά την προσπάθεια και δεν μπορεί να την κρίνει.

64.2 Σε περίπτωση που υπάρχει ισοβάθμια μεταξύ έγκυρων και άκυρων προσπαθειών δηλαδή δύο (2) μπλε και δύο (2) κόκκινες σημαίες ενώ ο πέμπτος διαιτητής δεν έχει σηκώσει καμιά σημαία. Τότε η απόφαση θεωρείται ισοπαλία και ο αθλητής παίρνει τους μισούς βαθμούς από την τεχνική που έχει εκτελέσει.

64.3 Κάθε σπασμένη σανίδα βαθμολογείται με τρεις (3) βαθμούς. Κάθε ραγισμένη βαθμολογείται με ένα (1) βαθμό.

64.4 Βαθμοί δίνονται για κάθε τεχνική που έχει εκτελεστεί με: θέση ετοιμότητας – εκτέλεση τεχνικής – ισοροπία - χρήση κατάλληλου εργαλείου θραύσης. Σε περίπτωση που ο αθλητής ακουμπήσει την κορδέλα στο Twigo no mo chagi η προσπάθειά του θεωρείται άκυρη.

Άρθρο 65. Ατομικές εναέριες τεχνικές

65.1 Τρόπος διεξαγωγής

65.1.1 Οι αθλητές μπορούν να επιλέξουν αν θα εκτελέσουν και τις πέντε (5) τεχνικές η μέρος αυτών.

65.1.2 Ο κάθε αθλητής έχει μόνο μία προσπάθεια για κάθε τεχνική και του επιτρέπεται να κάνει μία δοκιμή πριν την προσπάθειά του χωρίς όμως να ακουμπήσει την σανίδα. Ο αθλητής έχει χρόνο τριάντα (30) δευτερολέπτων να εκτελέσει την προσπάθειά του από το παράγγελμα του διαιτητή (στάση ετοιμότητας – δοκιμή – στάση ετοιμότητας – εκτέλεση τεχνικής – στάση ετοιμότητας).

65.2 Ανάδειξη νικητή

65.2.1 Σε κάθε τεχνική όταν ολοκληρωθεί και από τους πέντε (5) αθλητές ο αθλητής που θα έχει την πρώτη θέση θα παίρνει τρεις (3) βαθμούς, ο δεύτερος δύο (2) βαθμούς και ο τρίτος ένα (1) βαθμό. Σε περίπτωση που σε μία από τις θέσεις υπάρχουν περισσότεροι από ένας αθλητές τότε ο καθένας από αυτούς λαμβάνει τους βαθμούς τις θέσης που κατέλαβε.

65.1.3 Όταν ολοκληρωθεί ο αγώνας και των πέντε (5) τεχνικών οι βαθμολογίες που έχουν συγκεντρώσει οι αθλητές προστίθενται και ο αθλητής με την υψηλότερη βαθμολογία καταλαμβάνει την 1^η θέση, ο αμέσως επόμενος την 2^η θέση και ο αμέσως επόμενος την 3^η θέση.

65.1.4 Μόνο ένας αθλητής μπορεί να υπάρξει στην 1^η, ένας στην 2^η και ένας στην 3^η θέση. Σε περίπτωση ισοβαθμίας μεταξύ αθλητών ο πρόεδρος της αγωνοδίκου κληρώνει μία τεχνική που εκτελείται από τους αθλητές που ισοβάθμησαν. Η διαδικασία επαναλαμβάνεται μέχρι να υπάρξει νικητής για την θέση που αγωνίζονται.

Άρθρο 66. Ομαδικές Εναέριες Τεχνικές

66.1 Τρόπος διεξαγωγής ομαδικών εναέριων τεχνικών

66.1.1 Η ομάδα αποτελείται από πέντε (5) αθλητές και κάθε αθλητής εκτελεί μία τεχνική.

66.1.2 Η διεξαγωγή του αγώνα γίνεται όπως και στις ατομικές εναέριες τεχνικές.

66.2 Η βαθμολογία είναι ίδια όπως και στις ατομικές εναέριες τεχνικές.

66.3 Ανάδειξη νικήτριας ομάδας

66.3.1 Η ανάδειξη της νικήτριας ομάδας για την 1^η, 2^η και 3^η θέση γίνεται όπως και στις ατομικές εναέριες τεχνικές.

66.3.2 Σε περίπτωση ισοπαλίας ακολουθείται η ίδια διαδικασία με τις ατομικές εναέριες τεχνικές.

Άρθρο 67. Συγκρότηση συμβουλίου τερέν για Εναέριες τεχνικές.

Ένας (1) Πρόεδρος αγωνόδικου

Ένα ή δύο (1-2) Μέλη αγωνόδικου

Πέντε (5) Διαιτητές

Ένας (1) Χρονομέτρης

Ένας (1) Πρακτικογράφος

Ενότητα 16^η Δοκιμές Δύναμης

Το αγώνισμα διεξάγεται συγκεντρώνοντας κατά προτεραιότητα δηλώσεις για τον αριθμό των σανίδων ανά τεχνική για κάθε αθλητή.

Σε περίπτωση που αθλητής ή ομάδα επιλέξει να εκτελέσει τις τεχνικές των δοκιμών δύναμης με περισσότερες σανίδες από τις στάνταρ και ανάλογα τον αριθμό των σανίδων θα εκτελούν κατά προτεραιότητα και αν επιτύχουν να εκτελέσουν όλες τις τεχνικές σωστά και αναδειχτούν νικητές 1^{ης}, 2^{ης}, και 3^{ης} θέσης ο αγώνας σταματάει εκεί και οι υπόλοιποι αθλητές και ομάδες δεν αγωνίζονται.

- Στις δοκιμές δύναμης οι αθλητές ή οι ομάδες θα πρέπει να δηλώσουν τον ίδιο ή μεγαλύτερο αριθμό σανίδων με αυτόν που επέτυχε να σπάσει ο αθλητής η ομάδα που κατέλαβε την 3^η θέση στο προηγούμενο πρωτάθλημα.

- Οι πέντε (5) πρώτοι αθλητές και πέντε (5) πρώτες ομάδες συμφωνά με τις δηλώσεις συμμετοχής και τα αποτελέσματα του προκριματικού γύρου θα επιλέγονται και ο αγώνας θα διεξάγεται μεταξύ αυτών. Η διαδικασία για την επιλογή της σειράς που θα εκτελούν τις τεχνικές είναι ο ίδιος όπως στις εναέριες τεχνικές.

Άρθρο 68. Τεχνικές Ανδρών

68.1 Άνδρες

- Ap Joomuk Jirugi
- Sonkal Taerigi
- Yopchagi

- Dollyo Chagi
- Bandae Dollyo Chagi

68.2 Βετεράνοι

- Sonkal Taerigi
- Yopchagi
- Dolmyo Chagi (180° Yopchagi)

Άρθρο 69. Τεχνικές Γυναικών

69.1 Γυναίκες

- Sonkal Taerigi
- Appalgub Taerigi
- Yopchagi
- Dollyo Chagi
- Dolmyo Chagi (180° Yopchagi)

69.2 Βετεράνοι

- Sonkal Taerigi
- Yopchagi
- Dolmyo Chagi (180° Yopchagi)

Άρθρο 70. Προδιαγραφές Σανίδων

70.1 Οι διαστάσεις των σανίδων θα πρέπει να είναι πλάτους τριάντα επί τριάντα (30X30) και πάχους δύο (2) εκατοστών.

70.2 Ο διαιτητής θα πρέπει να ελέγχει την σανίδα πριν από την κάθε προσπάθεια του αθλητή. Σε περίπτωση που χρησιμοποιούνται ξύλινες σανίδες δεν μπορούν να χρησιμοποιούνται δεύτερη φορά. Οι πλαστικές σανίδες μπορούν να χρησιμοποιούνται πολλές φορές.

Άρθρο 71. Βαθμολόγηση

71.1 Πέντε διαιτητές κρίνουν την κάθε προσπάθεια. Ο κάθε διαιτητής κρατάει μία μπλε και μία κόκκινη σημαία. Μετά από κάθε προσπάθεια του αθλητή σηκώνει την κόκκινη σημαία για άκυρη προσπάθεια και την μπλε για έγκυρη ή δεν σηκώνει καμιά σημαία όταν δεν έχουν δει καλά την προσπάθεια και δεν μπορεί να την κρίνει.

71.2 Σε περίπτωση που υπάρχει ισοβάθμια μεταξύ έγκυρων και άκυρων προσπαθειών δηλαδή δύο (2) μπλε και δύο (2) κόκκινες σημαίες ενώ ο πέμπτος διαιτητής δεν έχει σηκώσει καμιά σημαία. Τότε η απόφαση θεωρείται ισοπαλία και ο αθλητής παίρνει τους μισούς βαθμούς από την τεχνική που έχει εκτελέσει.

71.3 Κάθε σπασμένη σανίδα βαθμολογείται με τρεις (3) βαθμούς. Κάθε ραγισμένη βαθμολογείται με ένα (1) βαθμό.

71.4 Για τεχνική που δεν έχει εκτελεστεί με σωστή θέση ετοιμότητας, χωρίς ισορροπία ή δεν έγινε χρήση κατάλληλου εργαλείου θραύσης δεν δίνονται βαθμοί έστω και αν οι σανίδες έχουν σπάσει. Σε αυτή την περίπτωση η προσπάθειά του θεωρείται άκυρη.

Άρθρο 72. Ατομικές Δοκιμές Δύναμης

72.1 Τρόπος διεξαγωγής

72.1.1 Οι αθλητές μπορούν να επιλέξουν αν θα εκτελέσουν και τις πέντε (5) τεχνικές η μέρος αυτών.

72.1.2 Ο αθλητής για κάθε τεχνική μπορεί να ξεκινήσει με μια θέση ετοιμότητας και να τελειώσει με διαφορετική. Η δοκιμή είναι προαιρετική, αν ο αθλητής δεν επιθυμεί να κάνει δοκιμή μπορεί από την στάση ετοιμότητας να εκτελέσει απευθείας την τεχνική και να επιστρέψει στην στάση ετοιμότητας. Ο αθλητής μπορεί να χρησιμοποιήσει είτε την στάση L είτε τον παράλληλο βηματισμό. Ο αθλητής μπορεί να εκτελέσει την προσπάθειά του με το παράγγελμα του διαιτητή (στάση ετοιμότητας – δοκιμή – στάση ετοιμότητας – εκτέλεση θραύσης – στάση ετοιμότητας).

72.1.3 Ο αθλητής έχει χρόνο τριάντα (30) δευτερολέπτων να εκτελέσει την προσπάθειά του από το παράγγελμα του διαιτητή (στάση ετοιμότητας – δοκιμή – στάση ετοιμότητας – εκτέλεση θραύσης – στάση ετοιμότητας).

72.1.4 Ο αθλητής μπορεί να ρυθμίσει το ύψος των σανίδων πριν την δοκιμή, αυτό όμως γίνεται εντός των τριάντα (30) δευτερολέπτων που έχει ο αθλητής στην διάθεσή του για να εκτελέσει την προσπάθειά του.

72.1.5 Ο αθλητής μπορεί να εκτελέσει με συρτό βηματισμό την τεχνική αρκεί την στιγμή της θραύσης ο ένα πόδι να είναι σε επαφή με το έδαφος.

72.1.6 Η τεχνική που εκτελείται με την κόψη του χεριού μπορεί να γίνει είτε με την εσωτερική είτε με την εξωτερική κόψη.

72.1.7 Εάν απαιτηθεί μπορεί να διεξαχθεί διαδικασία πρόκρισης.

72.2 Ανάδειξη νικητή

72.2.1 Σε κάθε τεχνική οι βαθμοί προστίθενται σύμφωνα με τον αριθμό των σπασμένων και ραγισμένων σανίδων.

72.2.2 Όταν ολοκληρωθεί η εκτέλεση και των πέντε (5) τεχνικών οι βαθμολογίες που έχει συγκεντρώσει ο αθλητής σε κάθε τεχνική προστίθενται σε ένα γενικό σύνολο. Ο αθλητής με την υψηλότερη βαθμολογία καταλαμβάνει την 1^η θέση, ο αμέσως επόμενος την 2^η θέση και ο αμέσως επόμενος την 3^η θέση. Μόνο ένας αθλητής μπορεί να υπάρξει στην 1^η, ένας στην 2^η και ένας στην 3^η θέση. Σε περίπτωση ισοβαθμίας μεταξύ αθλητών ο πρόεδρος της αγωνοδίκου κληρώνει μία τεχνική που εκτελείται από τους αθλητές που ισοβάθμησαν. Η διαδικασία επαναλαμβάνεται μέχρι να υπάρξει νικητής για την θέση που αγωνίζονται.

Άρθρο 73. Ομαδικές Δοκιμές Δύναμης

73.1 Τρόπος διεξαγωγής ομαδικών δοκιμών δύναμης

73.1.1 Η ομάδα αποτελείται από πέντε (5) αθλητές και κάθε αθλητής εκτελεί μία τεχνική.

73.1.2 Η διεξαγωγή του αγώνα γίνεται όπως και στις ατομικές δοκιμές δύναμης.

73.2 Η βαθμολογία είναι ίδια όπως και στις ατομικές δοκιμές δύναμης.

73.3 Ανάδειξη νικήτριας ομάδας

73.3.1 Η ανάδειξη της νικήτριας ομάδας για την 1^η, 2^η και 3^η θέση γίνεται όπως και στις ατομικές εναέριες τεχνικές. Σε περίπτωση ισοπαλίας ακολουθείται η ίδια διαδικασία με τις ατομικές εναέριες τεχνικές.

Άρθρο 74. Συγκρότηση συμβουλίου τερέν για Εναέριες τεχνικές.

Ένας (1) Πρόεδρος αγωνόδικου

Ένα ή δύο (1-2) Μέλη αγωνόδικου

Πέντε (5) Διαιτητές

Ένας (1) Χρονομέτρης

Ένας (1) Πρακτικογράφος

Ενότητα 17^η Αυτοάμυνες

Άρθρο 75. Πρόκριση με το σύστημα ομίλων

75.1 Οι ομάδες χωρίζονται σε δύο ή περισσότερους όμιλους, ο κάθε όμιλος δεν μπορεί να έχει περισσότερες από οκτώ (8) ομάδες.

75.2 Όλες οι ομάδες εκτελούν τις αυτοάμυνες που έχουν επιλέξει και βαθμολογούνται. Η δύο ομάδες από κάθε όμιλο που θα συγκεντρώσουν την υψηλότερη βαθμολογία προκρίνονται στο τελικό.

Άρθρο 76. Κατηγορίες

76.1 Στους έφηβους – άνδρες, ένας (1) έφηβος ή άνδρας αγωνίζεται με τρεις (3) αντίπαλους έφηβους ή άνδρες αντίστοιχα.

76.2 Στις νεανίδες – γυναίκες, μία (1) έφηβη ή γυναίκα αγωνίζεται με δύο (2) αντίπαλους (έφηβους ή άνδρες και νεανίδες ή γυναίκες αντίστοιχα), η ηρωίδα θα πρέπει να έχει και ανάλογο βαθμό Dan. Οι αντίπαλοι μπορούν να φέρουν οποιοδήποτε βαθμό Dan.

Άρθρο 77. Ενδυμασία

Ο αθλητής που υποδύεται τον ήρωα φοράει το επίσημο ITF Dobok, οι αντίπαλοι μπορούν να φέρουν οποιαδήποτε άλλη ενδυμασία ανάλογος του ρόλου τους. Δεν επιτρέπεται στους αντιπάλους να φέρουν ενδυμασίες άλλων πολεμικών τεχνών.

Άρθρο 78. Διάρκεια αγώνα

78.1 Για τους έφηβους και άνδρες η διάρκεια είναι κατ' ελάχιστο σαράντα (40) και το μέγιστο εξήντα (60) δευτερόλεπτα.

78.2 Για τις νεανίδες και γυναίκες η διάρκεια είναι κατ' ελάχιστο τριάντα (30) και το μέγιστο πενήντα (50) δευτερόλεπτα.

Άρθρο 79. Διαδικασία διεξαγωγής

79.1 Ο αθλητής υποκλίνεται στην αγωνίδικο επιτροπή και παίρνει την στάση ετοιμότητας και φωνάζει " Υα " και ξεκινάει να μετράει ο χρόνος.

79.2 Όταν ο αθλητής ολοκληρώσει και την τελευταία τεχνική παίρνει και πάλι την στάση ετοιμότητας και φωνάζει " Υα " τότε ο χρόνος σταματάει. Ο αθλητής κάνοντας νόημα στους αντιπάλους σηκώνονται και σε μία ευθεία υποκλίνονται στην αγωνίδικο επιτροπή και αποχωρούν από το τερέν.

Άρθρο 80. Υποχρεωτικές τεχνικές που πρέπει να εκτελεστούν στις αυτοάμυνες

- Τουλάχιστον μία (1) εναέρια τεχνική με μονό χτύπημα.
- Τουλάχιστον μία (1) εναέρια τεχνική με διπλό ή τριπλό χτύπημα.
- Τουλάχιστον μία (1) εναέρια τεχνική με χτύπημα διπλής κατεύθυνσης.
- Τουλάχιστον δύο (2) τεχνική με αρπαγή.
- Τουλάχιστον μία (1) τεχνική ελευθέρωσης από πιάσιμο η κράτημα.
- Τουλάχιστον μία (1) αυτοάμυνα σε αντικείμενο (μαχαίρι, ψεύτικο πιστόλι, καρέκλα κτλ.)
- Τουλάχιστον μία (1) τεχνική διπλού μπλοκ ενάντια σε διπλή επίθεση.

Άρθρο 81. Βαθμολόγηση

81.1 Υπολογισμός περιεχομένου

- Τεχνικό περιεχόμενο (περιλαμβάνει σωστή εκτέλεση των τεχνικών, δύναμη, ισορροπία, έλεγχος αναπνοής και ρυθμός).
- Ομαδικότητα (περιλαμβάνει την ακρίβεια, τον συγχρονισμό, και την ρεαλιστικότητα) .
- Θεατρικότητα (περιλαμβάνει την χορογραφία και τον ρεαλισμό).

81.2 Βαθμολόγηση

- Τεχνικό Περιεχόμενο 10 Βαθμοί
- Ομαδικότητα 10 Βαθμοί
- Θεατρικότητα 10 Βαθμοί

Για τους έφηβους – νεανίδες και άντρες – γυναίκες οι παραπάνω τεχνικές πρέπει υποχρεωτικά να εκτελεστούν όλες.

Για τους βετεράνους στους άντρες μπορούν να επιλέξουν τέσσερις (4) από τις παραπάνω και οι γυναίκες μπορούν να επιλέξουν τρεις (3).

Άρθρο 82. Ανάδειξη του νικητή

Όταν ο αθλητής ολοκληρώσει τον αγώνα τα έντυπα βαθμολόγησης των κριτών παραδίδονται στον πρόεδρο της αγωνοδίκου. Αφού εξαιρεθεί η μεγαλύτερη και η μικρότερη βαθμολογία προστίθενται οι βαθμολογίες των υπολοίπων τριών .

82.1 Σε περίπτωση που στην διαδικασία της πρόκρισης περισσότερες από δύο ομάδες συγκεντρώσουν την ίδια υψηλότερη βαθμολογία οι ομάδες αυτές αγωνίζονται και πάλι μεταξύ τους μέχρι να αναδειχτούν οι δύο καλύτερες που θα προκριθούν στον τελικό. Μόνο μία ομάδα μπορεί να υπάρξει στην 1^η , μία στην 2^η και μία στην 3^η θέση στον τελικό. Σε περίπτωση ισοβαθμίας δύο ή περισσότερων ομάδων στην ίδια από τις τρεις πρώτες θέσεις στην βαθμολογία του τελικού προστίθεται και η βαθμολογία που έλαβαν κατά την πρόκριση για να αναδειχτεί η νικήτρια. Σε περίπτωση που και πάλι υπάρχει ισοβαθμία οι ομάδες που ισοβαθμούν αγωνίζονται και πάλι μεταξύ τους και η διαδικασία επαναλαμβάνεται μέχρι την ανάδειξη νικητή για την θέση.

Άρθρο 83. Συγκρότηση συμβουλίου τερέν για τις αυτοάμυνες.

Ένας (1) Πρόεδρος αγωνοδίκου

Ένα ή δύο (1-2) Μέλη αγωνοδίκου

Πέντε (5) Διαιτητές

Ένας (1) Χρονομέτρης

Ένας (1) Πρακτικογράφος

Ενότητα 18^η Ενστάσεις και εκδίκαση ενστάσεων

Άρθρο 84. Ενστάσεις

84.1 Όλες οι ενστάσεις υποβάλλονται στην Επιτροπή Εκδίκασης. Μόνο ο προπονητής που είναι για τους αθλητές η τις ομάδες μπορεί να υποβάλει στον πρόεδρο αγωνοδίκου την ένσταση.

84.1.1 Η ένσταση πρέπει να συμπληρωθεί και να υποβληθεί εντός πέντε λεπτών από την λήξη του αγώνα.

84.1.1 Η ένσταση υποβάλλεται μαζί με το κόστος 100 ευρώ. Άν η ένσταση γίνει αποδεκτή και ή ομάδα ή ο αθλητής δικαιωθεί το κόστος της ένστασης επιστρέφεται.

84.2 Η ένσταση υποβάλλεται από τον πρόεδρο της αγωνοδίκου στην Επιτροπή Εκδίκασης και εξηγεί τις λεπτομέρειες της ένστασης.

Άρθρο 85. Εκδίκαση

85.1 Ο πρόεδρος κατά την εκδίκαση της ένστασης μπορεί αν κρίνει απαραίτητο να καλέσει οποιονδήποτε σχετίζεται με το γεγονός (πρόεδρο αγωνοδίκου, κεντρικό διαιτητή, προπονητές, η και αν υπάρχει εξουσιοδοτημένος κινηματογραφιστής της ITF).

85.2 Η Επιτροπή Εκδίκασης ενστάσεων μπορεί να αποφασίσει να κατοχυρώσει το αποτέλεσμα του αγώνα, να επαναληφθεί ο αγώνας η και να δώσει την νίκη στον αντίπαλο.

85.3 Όταν η επιτροπή εκδικάσει την ένσταση ανακοινώνει το αποτέλεσμα στους ενδιαφερόμενους.

85.4 Ο νικητής του αγώνα στον οποίο έχει γίνει ένσταση δεν μπορεί να συνεχίσει να αγωνίζεται μέχρι την εκδίκαση της ένστασης.

85.5 Ο αθλητής ή ομάδα που δεν αποδέχεται το αποτέλεσμα της εκδίκασης της Επιτροπής Εκδίκασης μπορεί να αντιμετωπίσουν την ποινή του αποκλεισμού από όλα τα υπόλοιπα αγωνίσματα.

Άρθρο 86. Αποκλεισμός

Σε περίπτωση που αθλητής η ομάδα χρησιμοποιήσουν σαν μέσο διαμαρτυρίας την αποχώρηση τότε:

86.1 Αποκλείονται αυτόματα από το αγώνισμα που έχουν αποχωρήσει.

86.2 Αποκλείονται αυτόματα και από όλα τα υπόλοιπα αγωνίσματα που τυχόν θα συμμετείχαν.