

SPORHAL  
DE BUITENHOF  
DELFT

ITF NEDERLAND PRESENTEERT

**NK ITF  
TAEKWON-DO**

SPARRING  
TUL  
POWER BREAKING  
SPECIAL TECHNIQUES  
PRE ARRANGED SPARRING

17/11/2019



## Nederlands Kampioenschap ITF Taekwon-Do 2019

<b>Organisatie</b>	I.T.F. Nederland in samenwerking met Ta Graziella Idili. Het NK is onderdeel van de I.T.F. Nederland Master Series.
<b>Datum</b>	17 november 2019
<b>Locatie</b>	Sporthal De Buitenhof, Duke Ellingtonstraat 2, 2625 GB DELFT
<b>Online registratie</b>	Via Sportdata ( <a href="https://tinyurl.com/ITFNK2019">https://tinyurl.com/ITFNK2019</a> ), met clubaccount (via schoolhouder). Uitleg: zie link (scroll naar beneden).
<b>Deadlines</b>	
<b>3 november 2019</b>	<b>Sluiting inschrijving</b> Na deze datum sluit de online registratie en is het niet meer mogelijk zelf online aanpassingen te maken. Verzoek tot aanpassingen mailen naar <a href="mailto:woc@itf-nederland.nl">woc@itf-nederland.nl</a> .
<b>10 november 2019</b>	<b>Sluiting kosteloze aanpassingen</b> Na deze datum wordt de loting gepubliceerd. Geen restitutie meer van inschrijfgeld. Per aanpassing wordt 20,- EUR berekend.
<b>5 november 2019</b>	<b>Betalingsdeadline</b> Op deze datum dient het inschrijfgeld (inclusief evt. aanpassingskosten) op onze bankrekening te zijn bijgeschreven: NL58 INGB 00010180 58, t.n.v. I.T.F. Nederland. Hierna geen poulewijzigingen meer mogelijk.
<b>Deelnamekosten</b>	Individueel: 22.50 (1 onderdeel); 25,- (2 onderdelen); 27.50 (3 of meer onderdelen) Team: 10,- (per team)
<b>Entree toeschouwers</b>	5,- EUR

### Programma

<b>08:00 – 08:15 u.</b>	Inloop
<b>08:15 – 09:00 u.</b>	Meting/Weging
<b>08:15 – 08:30 u.</b>	Scheidsrechtersmeeting
<b>08:30 – 08:45 u.</b>	Coachmeeting
<b>08:45 – 09:00 u.</b>	Opening
<b>09:00 – 12:00 u.</b>	Toernooi Ochtend
<b>12:00 – 12:30 u.</b>	Huldiging Nederlands Team
<b>12:30 – 17:30 u.</b>	Toernooi Middag
<b>17:30 – 17:45 u.</b>	Afsluiting Toernooi

SPORTHAL  
DE BUITENHOF  
DELFT

ITF NEDERLAND PRESENTEERT

**NK ITF**  
TAEKWON-DO

SPARRING  
TUL  
POWER BREAKING  
SPECIAL TECHNIQUES  
PRE ARRANGED SPARRING

17/11/2019



## Algemeen

<b>Deelname</b>	I.T.F. Nederland-leden op vertoon van bondspas. Dit geldt voor deelnemers, coaches en scheidsrechters. Deelnemers mogen alleen voor de eigen school uitkomen.
<b>Wedstrijdregels</b>	Het NK volgt het <a href="#">wedstrijd- en scheidsrechtersreglement</a> van I.T.F. Nederland en de Internationale ITF wedstrijdregels ( <a href="https://www.taekwondoitf.org/rules/#rules-regulations">https://www.taekwondoitf.org/rules/#rules-regulations</a> ), uitgezonderd daar waar anders gespecificeerd in deze uitnodiging.
<b>Wedstrijdonderdelen</b>	Sparring, Tul, Breken, Special Techniques, Pre-Arranged Sparring.
<b>Leeftijdsklassen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li> Kids 4 t/m 6 jaar</li> <li> Jeugd 7 t/m 13 jaar</li> <li> Junioren 14 t/m 17 jaar</li> <li> Senioren 18 jaar en ouder</li> </ul>
<b>Leeftijdsbepaling</b>	De leeftijd op de toernooidatum bepaalt de leeftijdsklasse.
<b>Lengtebepaling</b>	Marge: niet meer dan 1.0 cm.
<b>Gewichtsbepaling</b>	Marge: niet meer dan 0.5 kg.
<b>Poules</b>	Kleine poules kunnen worden samengevoegd.
<b>Kleding</b>	I.T.F. dobok (Trajtenberg); ITF Kids doboks worden ook geaccepteerd, evenals de officiële ITF Kids graduaties. Vrouwen: wit T-shirt onder de dobok.
<b>BONUSPRIJS</b>	<b>Pak 4x GOUD op de individuele onderdelen en win €250,-!!! Houd onze website en social media in de gaten voor meer info...(junioren en senioren zwarte band, poules met 4 deelnemers tellen mee)</b>

SPORTHAL  
DE BUITENHOF  
DELFT

ITF NEDERLAND PRESENTEERT  
I.S.M. TAIBLI

**NK ITF**  
**TAEKWON-DO**

SPARRING  
TUL  
POWER BREAKING  
SPECIAL TECHNIQUES  
PRE ARRANGED SPARRING

17/11/2019



## Coaches & Scheidsrechters

<b>Online registreren officials</b>	<p>Coaches, scheidsrechters en andere officials dienen via <a href="http://Sportdata">Sportdata</a> (<a href="https://tinyurl.com/ITFNK2019">https://tinyurl.com/ITFNK2019</a>) te worden aangemeld door de school (via clubaccount).</p> <p><b>Let op bij opgeven:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>🏳️ <b>Scheidsrechters</b> e-mail, graduatie, licentie en ITFNL-lidnummer verplicht.</li> <li>🏳️ <b>Coaches</b> ITFNL-lidnummer verplicht, minimaal 16 jaar.</li> <li>🏳️ <b>Overige officials</b> accreditatiekaart alleen na goedkeuring door de organisatie</li> </ul>
<b>Aantal coaches</b>	<p>Per 5 deelnemers 1 coachkaart (maximaal 5 coachkaarten per school). <b>Zonder coachkaart kan er niet gecoacht worden</b></p>
<b>Aantal scheidsrechters</b>	<p>Te leveren scheidsrechters per deelnemende school (voor de <b>hele</b> toernooidag):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>🏳️ 1 t/m 5 deelnemers: min. 1 scheidsrechter</li> <li>🏳️ 6 t/m 10 deelnemers: min. 2 scheidsrechters (tenminste 1x C-licentie)</li> <li>🏳️ 11 of meer deelnemers: min. 3 scheidsrechters (tenminste 1x B-licentie)</li> </ul> <p><b>Meer scheidsrechters (met geldige licentie) wordt gewaardeerd!</b></p> <p>Als een deelnemende school niet aan de minimumeis voldoet, zal er 75,- EUR per ontbrekende scheidsrechter in rekening worden gebracht. Contant te voldoen op de wedstrijddag.</p>
<b>Protest</b>	<p>Indienen binnen 5 minuten na einde partij. Kosten: 50,- EUR per protest (contant). Volledige restitutie bij gegronnd verklaard protest.</p>



SPORHAL  
DE BUITENHOF  
DELFTITF NEDERLAND PRESENTEERT  
I.S.M. TAIDU**NK ITF  
TAEKWON-DO**SPARRING  
TUL  
POWER BREAKING  
SPECIAL TECHNIQUES  
PRE ARRANGED SPARRING

17/11/2019



## Tenslotte

<b>Aansprakelijkheid</b>	ITF Taekwon-Do is een contactsport met verhoogd risico op letsel en schade. Door deelname aan het toernooi aanvaardt iedere deelnemer dat I.T.F. Nederland geen aansprakelijkheid accepteert voor welke schade dan ook, door welke oorzaak dan ook. Iedere deelnemer dient daarom te beschikken over de benodigde verzekeringen waaronder een ziektekostenverzekering en een aansprakelijkheidsverzekering. Voorts voldoet iedere deelnemer aan de fysiek medische vereisten. Bij twijfel: raadpleeg je huisarts.
<b>Privacy</b>	Je persoonsgegevens zijn noodzakelijk voor het kunnen organiseren van het toernooi met de toernooimanagementsoftware van Sportdata. Om een transparante ranking bij te houden, worden de gegevens online bewaard, zichtbaar op de website van Sportdata. Meer informatie: <a href="http://set.sportdata.org/wp/index.php/privacy-policy/">http://set.sportdata.org/wp/index.php/privacy-policy/</a>
<b>Foto's &amp; video's</b>	Tijdens het toernooi worden foto's en video's gemaakt t.b.v. verslaglegging op social media en websites van de organisatie. Door te participeren in het toernooi als deelnemer, coach, scheidsrechter, dan wel toeschouwer, ga je hiermee akkoord.
<b>Organisator</b>	De vereniging I.T.F. Nederland is gevestigd aan de Folkingestraat 13A, 9711 JS Groningen, ING rekeningnummer NL58 INGB 00010180 58, KVK 40482128. Meer informatie: <a href="http://www.itf-nederland.nl">www.itf-nederland.nl</a> .
<b>Contact</b>	Algemeen: <a href="mailto:secretariaat@itf-nederland.nl">secretariaat@itf-nederland.nl</a> Inschrijvingen: <a href="mailto:woc@itf-nederland.nl">woc@itf-nederland.nl</a> Poules & wedstrijdreglement: <a href="mailto:wsc@itf-nederland.nl">wsc@itf-nederland.nl</a>

In de bijlage vind je de toelichting per wedstrijdonderdeel (poules, rondes, starthoogtes en -planken, etc.).

**Alvast veel succes met de voorbereidingen en tot ziens op het NK!**



SPORHAL  
DE BUITENHOF  
DELFT

ITF NEDERLAND PRESENTEERT

**NK ITF**  
TAEKWON-DOSPARRING  
TUL  
POWER BREAKING  
SPECIAL TECHNIQUES  
PRE ARRANGED SPARRING

17/11/2019



## Bijlage: Toelichting Categorieën per Wedstrijdonderdeel

### Sparring

Leeftijdsklassen	Graduatie- klassen	Rondes	Rondetijd / Rust	Verlenging / Golden Point	Systeem	Lengte / Gewichtsklassen		
						V	M	
<b>Kids 4-6</b>	N.v.t.	1	1 min	Nee / Nee	Non-Contact	-120 cm		
							+120 cm	
<b>Jeugd 7-13</b>	A D01-D03	1	1.5 min	1min / Ja	Doorgaand	-130 cm	-130 cm	
	B G04-G01	1	1.5 min	1min / Ja	Doorgaand	-140 cm	-140 cm	
	C G10-G05	1	1.5 min	1min / Ja	Punt-stop	-150 cm	-150 cm	
							-160 cm	-160 cm
							-170 cm	-170 cm
							+170 cm	+170 cm
<b>Junioren 14-17</b>	A D01-D03	2	2min / 1min	1min / Ja	Doorgaand	-45 kg	-50 kg	
	B G04-G01	1	2 min	1min / Ja	Doorgaand	-50 kg	-56 kg	
	C G10-G05	1	2min	1min / Ja	Punt-stop	-55 kg	-62 kg	
							-60 kg	-68 kg
							-65 kg	-75 kg
							+65 kg	+75 kg
<b>Senioren 18+</b>	A D01-D06	2	2min / 1min	1min / Ja	Doorgaand	-50 kg	-57 kg	
	B G04-G01	1	2min	1min / Ja	Doorgaand	-56 kg	-63 kg	
	C G10-G05	1	2min	1min / Ja	Punt-stop	-62 kg	-70 kg	
							-68 kg	-78 kg
							-75 kg	-85 kg
							+75 kg	+85 kg

#### Scoring:

- Non-Contact en Punt-Stop: hoekscheidsrechters geven handmatig de score aan
- Doorgaand: d.m.v. elektronisch scoren (tablets)
- Golden point: d.m.v. elektronisch scoren (tablets)

#### Opmerkingen bij Non-Contact Sparring (Kids 4 t/m 6 jaar):

- Geen contact, wel actie-reactie dus reageren op de tegenstander
- Zonder beschermers
- Er wordt gekeken naar de technische uitvoering, originaliteit en inzet
- Zoals bij het normale sparring, alleen technieken richting toegestane raakvlakken



SPORHAL  
DE BUITENHOF  
DELFT

ITF NEDERLAND PRESENTEERT

**NK ITF**  
TAEKWON-DO

SPARRING  
TUL  
POWER BREAKING  
SPECIAL TECHNIQUES  
PRE ARRANGED SPARRING

17/11/2019



## Tul

Leeftijdsklassen	Graduatieklassen	Systeem	Tuls per ronde	
			Vrij	Verplicht
<b>Kids 4-6</b> (M+V samen)	N.v.t.	Handopsteken	1	-
<b>Jeugd 7-13</b> (M/V apart)	A D03	Punten	-	2
	A D02	Punten	-	2
	A D01	Punten	-	2
	B G03-G01	Handopsteken	-	1
	C G06-G04	Handopsteken	-	1
<b>Junioren 14-17</b> (M/V apart)	D G10-G07	Handopsteken	-	1
	A D03	Punten	-	2
	A D02	Punten	-	2
	A D01	Punten	-	2
	B G03-G01	Handopsteken	-	1
<b>Senioren 18+</b> (M/V apart)	C G06-G04	Handopsteken	-	1
	D G10-G07	Handopsteken	-	1
	A D04-D06	Punten	-	2
	A D03	Punten	-	2
	A D02	Punten	-	2
	A D01	Punten	-	2
B G03-G01	Handopsteken	-	1	
C G06-G04	Handopsteken	-	1	
D G10-G07	Handopsteken	-	1	

Graduatie	Laagste Tul	Hoogste Tul
<b>G10</b> wit	Saju Jirugi	Saju Makgi
<b>G09</b> wit/geel	Saju Jirugi	Chon-Ji
<b>G08</b> geel	Saju Jirugi	Dan-Gun
<b>G07</b> geel/groen	Saju Jirugi	Do-San
<b>G06</b> groen	Chon-Ji	Won-Hyo
<b>G05</b> groen/blauw	Chon-Ji	Yul-Gok
<b>G04</b> blauw	Chon-Ji	Joong-Gun
<b>G03</b> blauw/rood	Chon-Ji	Toi-Gye
<b>G02</b> rood	Chon-Ji	Hwa-Rang
<b>G01</b> rood/swart	Chon-Ji	Choong-Moo
<b>D01</b>	Chon-Ji	Ge-Baek
<b>D02</b>	Chon-Ji	Juche
<b>D03</b>	Chon-Ji	Choi-Yong
<b>D04-D06</b>	Chon-Ji	Moon-Moo

**N.B. In het geval dat twee deelnemers een ongelijke graduatie hebben, wordt bij de lofing van het patroon uitgegaan van de deelnemer met de laagste graduatie.**

## Pre-Arranged Sparring

SPORTHAL  
DE BUITENHOF  
DELFTITF NEDERLAND PRESENTEERT  
I.S.M. TAIDJI**NK ITF  
TAEKWON-DO**SPARRING  
TUL  
POWER BREAKING  
SPECIAL TECHNIQUES  
PRE ARRANGED SPARRING

17/11/2019



Leeftijdsklassen	Graduatieklassen	Geslachtsklassen	Duur	Teamgrootte
Jeugd 7-13 Junior/Senior 14+	A G04-D06 B G09-G05	M+V samen	60-75s	2 personen

## Breken

Leeftijds- klassen	Graduatie- klassen	Geslachts- klassen	Aantal		Aantal planken per techniek				
			Hand	Voet	Handtechnieken		Voettechnieken		
					Ap Joomok Ap Jirugi	Sonkal Taerigi	Yopcha Jirugi	Dollyo Chagi	Bandae Dollyo Chagi
Junioren 14-17	A D01-D03	V	1	2	-	1	2	1	-
		M	2	3	1	1	2	1	1
	B G06-G01	V	1	1	-	1	2	2	-
		M	1	1	1	1	2	2	2
Senioren 18+	A D01-D06	V	1	2	-	1	2	1	-
		M	2	3	2	2	3	2	2
	B G06-G01	V	1	1	-	1	2	2	-
		M	1	2	2	2	3	3	3

Alleen Junioren en Senioren Heren A-klasse breken alle (2) hand- en (3) voettechnieken.  
 De overige klassen kiezen het aangegeven aantal hand- en voettechnieken.  
 Per techniek staat het aantal planken aangegeven.

SPORHAL  
DE BUITENHOF  
DELFT

ITF NEDERLAND PRESENTEERT  
I.S.M. TAIDJI

**NK ITF  
TAEKWON-DO**

SPARRING  
TUL  
POWER BREAKING  
SPECIAL TECHNIQUES  
PRE ARRANGED SPARRING

17/11/2019



## Special Techniques

Leeftijdsklasse	Graduatie- klassen	Lengte- klassen	Starthoogtes per techniek (cm)									
			Nopi Ap Cha Busigi		Twimyo Dollyo Chagi		Twio Dolmyo Yop Cha Jirugi		Twimyo Bandae Dollyo Chagi		Nopi Yop	
			V	M	V	M	V	M	V	M	V	M
<b>Kids 4-6</b> (M+V samen)	N.v.t.	-120 cm	130	-	-	-	-	-	-	-	-	-
		+120 cm	140	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>Jeugd 7-13</b>	A D01-D03	-140 cm	170	180	-	-	-	-	-	-	-	-
		-160 cm	180	190	-	-	-	-	-	-	-	-
		+160 cm	200	210	-	-	-	-	-	-	-	-
	B G04-G01	-140 cm	170	180	-	-	-	-	-	-	-	-
		-160 cm	180	190	-	-	-	-	-	-	-	-
		+160 cm	200	210	-	-	-	-	-	-	-	-
	C G10-G05	-140 cm	150	160	-	-	-	-	-	-	-	-
		-160 cm	160	170	-	-	-	-	-	-	-	-
		+160 cm	170	180	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>Junioren 14-17</b>	A D01-D03	-	210	220	190	200	-	180	-	180	100	100
	B G04-G01	-	200	210	-	-	-	-	-	-	-	-
	C G10-G05	-	190	200	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>Senioren 18+</b>	A D01-D06	-	220	260	200	230	-	220	-	220	110	130
	B G04-G01	-	200	210	-	-	-	-	-	-	-	-
	C G10-G05	-	190	200	-	-	-	-	-	-	-	-