



Taekwondo SM 2022



**Varmt välkomna till Trollhättan och Svenska Mästerskapen i Taekwondo!
Poomsae, 11 december**

Vi hoppas få se er på svenska mästerskapen som i år hålls på Arena Älvhögsborg i Trollhättan. På söndagen är det SM i Poomsae tillsammans med nybörjartävlingen Trollhättan Open och dagen innan är det SM i Kyorugi (se separat inbjudan för mer info om de två andra tävlingarna).

Nytt från SVC 3-21 är att vi i år även fått tillgång till A-hallen där det finns gott om plats för anhöriga och publik.



**Trollhättans
Stad**



Taekwondo SM 2022



Tävlingsprogram:	Söndag den 11 december 2022
Tävlingshallen öppnar:	kl. 08:00
Registrering:	kl. 08:00-08:15
Domarmöte:	kl. 08:15-08:45
Coachmöte:	kl. 08:45
Tävlingsstart:	kl. 09:00
Plats:	Arena Älvhögsgård, Storgatan 1, 461 31 Trollhättan
Inträde:	100 kr. Under 1 meter i längd går in gratis. 1 coach per 5 tävlande får gratis inträde. Max 3 coacher får gratis inträde.
Kontaktperson STU:	Abtin Khoshnood via abtin.khoshnood@svenskataekwoundunionen.se
Kontaktperson Arrangör:	Blerim Ademi via kansli.kumgang@gmail.com
Domare:	Intresseanmälan sker endast genom www.tkdreferee.com
Deltagandekrav:	Rätt att delta i tävling om RF:s mästerskapstecken - SM och JSM, DM och JDM samt Svensk Cup gäller, förutom för svenska medborgare, även för i Sverige bosatt person, som är medlem i en till STU ansluten förening samt som innehar en giltig legitimation. Bosatt är den som har en sammanhängande vistelseperiod i Sverige om minst 6 månader. Personbevis om hemortsbevis ska medtas om tävlande inte har svensk ID handling och svensk GAL. För representation i landslaget krävs att tävlande innehar svenskt medborgarskap. Om det visar sig att tävlande ej uppfyller ovanstående krav kan detta resultera i automatisk diskvalificering samt disciplinanmälan mot både tävlande och ansvarig förening som har angett felaktig information.
GAL-licens och Taekwondopass:	För att anmäla och tävla är innehav av GAL eller STU Taekwondopass obligatoriskt
Barn 7-12 år som saknar legitimation:	För barn 7-12 år som saknar giltig ID-handling ges i stället följande möjlighet till identifikation. Vårdnadshavare får intyga barnets identitet och födelsedatum samt uppvisa ett personbevis på barnet. Personbevis beställs enkelt hos Skatteverket . Den vårdnadshavare som följer med barnet och intygar barnets identitet måste kunna visa upp giltig ID-handling.



Taekwondo SM 2022



Anmälan & betalning:

Anmälan görs via TPSS.eu senast **fredag 25 november 2022** och kommer inte att förlängas oavsett omständigheter. Betalning görs samtidigt som anmälan till Kumgang Taekwondo på **Bankgiro 5948-8023 alt. Swish 123 288 97 15.**

Startavgift:

350 kr/pers.
400 kr/par (2 tävlande).
450 kr/lag (3 tävlanden).
Individuellt Freestyle kostar 450 kr/pers.
Par i Freestyle kostar 400 kr/par (2 tävlanden).
Lag i Freestyle kostar 500 kr/lag. (5 tävlanden).

Kvitto på betalning måste visas vid registreringen. Märk betalningen med namn på klubben och ange *SM i Poomsae*. Betalning sker klubbvis (inbetalningar som sker direkt från olika spelare etc. är ej giltiga och kommer inte heller att återbetalas). Ingen återbetalning sker oavsett anledning.

Registrering:

Registrering sker på tävlingsdagen i tävlingshallen kl. 08:00-08:15. GAL eller STU Taekwondopass tillsammans med giltig legitimation måste uppvisas för samtliga tävlande i samband med registreringen. Vidare måste kvitto för inbetalning uppvisas av respektive klubb.

Lottning och resultat:

Lottning och resultat publiceras på www.svenskataekwoundunionen.se

Tävlingsklasser:

Elit (Poom och Dan), Avancerade (4-1 Gup) och Nybörjare (9-5 Gup).

Åldersklasser Individuellt:

Minior, Kadett, Junior, Senior -30/-40/-50/-60/+65

Åldersklasser Par/Lag:

Minior, Kadett, Junior, Senior -30, Senior +30

Mönster:

Nybörjare: 2 valfria mönster per rond från tabell 1.
Avancerade: 2 mönster per rond lottat från tabell 2.
Elit: 2 mönster per rond lottat från tabell 3.

Tävlingsform:

Cut-off enligt WT:s reglemente för samtliga kategorier.

Förklaring Cut-off:

Vid 8 eller färre deltagare, Final, 2 mönster enligt tabellen.
Vid 9 till 19 deltagare, Semifinal, 2 mönster enligt tabellen. De 8 deltagarna med högst poäng går till final
Vid 20 eller fler deltagare, Preliminär rond, 2 mönster enligt tabellen. 50% av tävlande med högst poäng går till semifinal.



Taekwondo SM 2022

**Sammanläggning:**

Tävlingsansvarig i samråd med huvuddomare för Poomsae kan vid behov slå samman alt. stryka klasser.

Ordning:

Framgår av startlistorna när dessa publiceras.

Åldersklasser:

Åldersklass	Benämning	Ålder (fyller under året)
Minior	-	-11 år
Kadett	-	12-14 år
Junior	-	15-17 år
Senior -30	U30	18-30 år
Senior -40	U40	31-40 år
Senior -50	U50	41-50 år
Senior -60	U60	51-60 år
Senior -65	U65	61-65 år
Senior +65	O65	66+ år

Kategorier:

Individuell	Tävlare i Dam- resp. Herr-klass
Par	2 personer av olika kön
Lag	3 personer av samma kön (5 i freestyle)
Mix-par (nybörjare och avancerade)	Deltagarna består av samma kön
Mix-lag (nybörjare och avancerade)	Deltagarna består av samma kön

Förklaring mix-par och mix-lag:

Mix-par innebär att utövarna kan bestå av samma kön när de tävlar och mix-lag innebär att utövarna kan bestå av olika kön när de tävlar. Mix-par och mix-team är möjligt för såväl nybörjarklasserna som de avancerade klasserna (Mix-par och mix-lag är alltså inte möjligt för elitklasserna). Dessa tävlar då med övriga par och lag.

Tabell 1 för nybörjarklasser:

Grad	Preliminär	Semifinal	Final
9-5 Gup	2 valfria från T1-T5	2 valfria från T1-T5	2 valfria från T1-T5

OBS! Nybörjare får inte göra samma mönster 2 gånger i samma rond.

Tabell 2 för avancerade klasser:

Klass	Preliminär	Semifinal	Final
Minior	T3-T7	T3-T7	T3-T7
Kadett	T3-T7	T3-T7	T3-T7
Junior	T4-T8	T4-T8	T4-T8
Senior	T4-T8	T4-T8	T4-T8



Taekwondo SM 2022



Tabell 3 för elitklasser:

Klass	Preliminär	Semifinal	Final
Minior	T4-Koryo	T4-Koryo	T4-Koryo
Kadett	T4-Keumgang	T4-Keumgang	T4-Keumgang
Junior	T4-Taebaek	T4-Taebaek	T4-Taebaek
Senior -30	T6-Sipjin	T6-Sipjin	T6-Sipjin
Senior -40	T6-Sipjin	T6-Sipjin	T6-Sipjin
Senior -50	T8-Cheonkwon	T8-Cheonkwon	T8-Cheonkwon
Senior -60/+60	Koryo-Hansu	Koryo-Hansu	Koryo-Hansu
Kadett par/lag	T4-Keumgang	T4-Keumgang	T4-Keumgang
Junior par/lag	T4-Taebaek	T4-Taebaek	T4-Taebaek
Senior -30 par/lag	T6-Sipjin	T6-Sipjin	T6-Sipjin
Senior +30 par/lag	T8-Cheonkwon	T8-Cheonkwon	T8-Cheonkwon

Information om Freestyle

Freestyle innebär att en utövare skapar ett eget mönster med tillhörande musik och koreografi som denne sedan visar upp för domare. I detta mönster inkluderas olika ställningar, Taekwondotekniker, kampsparkar, akrobatiska rörelser, hoppande sparkar osv.

Nedan följer en kort sammanfattning om vad som ska inkluderas i ett Freestyle-mönster samt hur man ska bygga upp det. Även de olika kategorier som det går att tävla i presenteras.

För mer detaljerad och djupgående förklaring om hur man skapar, utför, sätter ihop etc. ett Freestyle-mönster, vänligen besök STU:s hemsida:

<http://svenskataekwoundunionen.se/poomsae/freestyle/>

Riktlinjer för WT Poomsae Freestyle-tävlingar:

Kategorier och åldersklasser för Freestyle

Kategori		under 17	över 17
Ålder		12-17 år	18 år och över
Individuell	m	1	1
	f	1	1
Par		2	2
Blandat Lag (Bestående av 5 medlemmar inkluderat mer än 2 damer och 2 herrar)		5 (+1 ersättare max.)	

Även avancerade kan tävla i freestyle, dock under förutsättningen att de kommer att tävla med elitkategorierna. Avancerad freestyle kommer följaktligen att slås ihop med elit freestyle. Observera dock att ett Freestyle lag eller par inte får innehålla både avancerad och elit, utan ett lag eller par i Freestyle måste antingen bestå av avancerade eller elit. Därtill får även miniorer tävla i Freestyle.



Taekwondo SM 2022



1. Sammansättningen av Freestyle Poomsae

- 1.1 Yeon-mu (startpunkten) bestäms av utövaren
- 1.2 Musik och koreografi bestäms av utövaren. Dock får de inte innehålla något politiskt, socialt eller religiöst budskap eller dylikt.
- 1.3 Utförda tekniker måste ske inom Taekwondos gränser.

2. Kategorier

- 2.1 Individuellt: Herr/dam
- 2.2 Par: Bestående av 2 utövare av vardera kön
- 2.3 Mixed lag: Bestående av 5 utövare inkluderande fler än två herrar och damer.
3. Freestyle-mönstrets varaktighet

- 3.1 Från 90 till 100 sekunder

4. Poängsättning

- 4.1 Poäng utdelas i enlighet med WT:s regler (se STU:s hemsida)
- 4.2 Följande bentechniker ska beaktas och utföras:
 - 4.2.1 Höjden på hoppet – Sidospark (Yeop chagi) Samtliga i paret/laget måste utföra denna teknik.
 - 4.2.2 Antalet sparkar i ett hopp – Framåtspark (Ap chagi) Åtminstone en person i paret/laget måste utföra denna teknik.
 - 4.2.3 Antalet grader i en snurrspark – Snurrande krokspark eller snurrspark. Åtminstone en person i paret/laget måste utföra denna teknik.
 - 4.2.4 Nivån på utförandet av på varandra följande sparkar – Kyorugi-sparkar (sparkar som utförs i kampmoment). 3–5 studsar är obligatoriskt innan kyorugi-sparkarna utförs. Åtminstone en person i paret/laget måste utföra denna teknik.
 - 4.2.5 Akrobatiska rörelser – Vilka akrobatiska rörelser som helst med efterföljande spark. Åtminstone en person i paret/laget måste utföra denna teknik.
- 4.3 Poäng utdelas endast om utövaren framför sitt mönster i samma ordning som det föreskrivits ovan i artikel 4.2.
- 4.4 Vid utförandet av varje bentechnik får man ta sats i maximalt 5 steg innan sparken utförs.
- 4.5 Det är obligatoriskt att minst en gång inkludera en av dessa ställningar i mönstret:
 - Dwickubi soegi (L-ställning)
 - Beom soegi (Tigerställning)
 - Hakdari soegi (Tranställning)

Musik: Ta med er musik på både en USB-sticka och mobiltelefonen.

OBS! En plan för freestyle-mönstrets utförande samt tillhörande musik måste skickas till abtin.khoshnood@svenskataekwoundunionen.se senast den 3 december 2022 för godkännande.



Taekwondo SM 2022



Covid- 19

Alla individer och verksamheter har ansvar för att motverka smittspridning, därmed är det fortsatt viktigt att var och en som är förkyld eller har lindriga symptom som är friska i övrigt stannar hemma och vårda sig i hemmet. För information om nuläget hänvisas till [Folkhälsomyndighetens webbplats](#).

Försäljning:

Det kommer att säljas internationellt godkänd utrustning från bl.a. Daedo på plats.

Restaurang:

Det finns fika- och matförsäljning på plats.

Parkering:

Utanför tävlingshallen finns det avgiftsbelagd parkering.

Övernattning:

Följande hotell rekommenderas för övernattning:
[Clarion Collection Hotel Kung Oscar](#), Drottninggatan 17 i Trollhättan. Koden som skall användas för 15% rabatt är *Event15*.
eller:
Best Western Hotell Trollhättan, Polhemsgatan 6 i Trollhättan. Koden som ska användas är *SM i Taekwondo*.

HJÄRTLIGT VÄLKOMNA!



Taekwondo SM 2022



KUMGANG TAEKWONDO



Trollhättans Stad