

L'Open challenge de Libourne

25 Mai 2025
- 3 Epreuves techniques -

Pupille – Benjamin – Minime – Cadet – Junior – Senior – Master

CATEGORIE A et CATEGORIE B



Accessible dès le 1^{er} poomsae



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

Contact : Fanny ALBASINI
fanny@taekwondo-club.fr

06-64-48-71-20

Association
Challengers Taekwondo-club Main Ho



Gymnase des DAGUEYS
Rue Léo Lagrange
33500 Libourne



L'Open challenge de Libourne
25 Mai 2025

Public concerné :

Pupille : 2018/2019 (si des enfants de la catégorie Babies année 2020/2021 souhaitent participer une dérogation peut être faite pour les inscrire en pupilles)

Benjamin : 2016/2017

Minime : 2014/2015

Cadet : 2011/2012/2013

Junior : 2008/2009/2010

Senior et plus : à partir de 2007

| Déroulé pour les deux catégories | Remise des récompenses prévu |
|---|-------------------------------------|
| - 8h30-9h : convocation Senior – Master - 9h30 : Début compétition - individuel - équipe - épreuve Zémita | 11h30 |
| - 10h-10h30 : convocation pupille - 11h : Début compétition - individuel - zémita /parcours | 12h30 |
| - 11h30-12h : convocation Junior - Cadet - 12h : Début compétition - individuel - équipe - zémita /parcours | 14h |
| - 13h30-14h : convocation Benjamin-minime - 14h30 : Début compétition - individuel - équipe - zémita / parcours | 17h |

Le

s horaires sont susceptibles d'être modifiés selon les inscriptions

La compétition se compose de trois épreuves :

Pour toutes les catégories :

- Une épreuve technique avec présentation de kibons pour les pupilles et de poomsaes pour les autres catégories (voir le tableau ci dessous)
- Une épreuve de rapidité : le plus grand nombre de frappes comptabilisé dans un temps donné par l'équipe sur plastron Zémita

Pour les catégories de pupilles à Cadet en équipe

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

Pour les catégories Junior et Senior en équipe:

- 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

CATEGORIE B

Epreuve technique

Individuel :

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.**

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 | 2^{ème} tour (8 participants) | Final (5 participants) |
|-----------------------------|---|---|--|
| Pupille | ligne kibon à suivre - technique bras - technique jambe | ligne kibon à suivre - technique bras - technique jambe | A suivre ou seul : 6 premières techniques du premier poomsae |
| Benjamin | Choisir entre les 4 premiers poomsae | | |
| Minime | Choisir entre les 5 premiers poomsae | | |
| Cadet | Choisir entre les 6 premiers poomsae | | |
| Junior | Choisir entre les 7 premiers poomsae | | |
| Senior et Master | Choisir entre les 8 premiers poomsae | | |

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

| Kibon pupille du 1 ^{er} tour | |
|---------------------------------------|-----------------------------|
| 1 ^{er} passage | 2 ^{ème} passage |
| Aré makki Jireugui | Eulgoul makki AP tchagui |

| Kibon pupille du 2 ^{ème} tour | |
|--|--------------------------|
| 1 ^{er} passage | 2 ^{ème} passage |
| Menton makki nelio tchagui | Jireugui Yop tchagui |

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

CATEGORIE A

Les poomsae sont imposé selon le tableau suivant

| | 1 ^{er} tour | 2 ^{ème} tour (8 participants) | Final (5 participants) |
|-----------------------------|-----------------------|---|---------------------------|
| Cadet | Sam jang Youk jang | Sa jang Tchil jang | Oh jang Pal jang |
| Junior | Sa jang Tchil jan | Oh jang Pal jang | Youk jang Koryo |
| Senior et Master | Oh jang Pal jang | Youk jang Koryo | Tchil jang Taebeck |

Les règles de passage et de notation sont les mêmes que pour la catégorie B

Equipe uniquement sur le choix de tableau catégorie B:

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 tout en
- ✚ Le critère le plus important de notation pour les équipes sera la synchronisation.

Epreuve Zémitta : aux nombres de frappes (pour tous)

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)

Les équipes seront les mêmes que pour l'épreuve Zémitta.

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.

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.

Toute personne majeure accompagnante peut être coach, merci à celui-ci d'être en jogging.

Les compétiteurs commenceront par l'épreuve poomsae, puis poursuivront sur l'épreuve Zémitta 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

Tarif de la compétition :

- 12 euros par compétiteur (pour les trois épreuves de bases)
- 6 euros par catégorie supplémentaire (catégorie challenge et/ou équipe par personne)
- Gratuit pour les coaches et les accompagnateurs

Les inscriptions devront être effectuées au plus tard le 21 Mai 2025 sur Martial Event

Règlement sur place

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**