

T A E K W O N D O

CHAMPIONNAT & CRITÉRIUM IDF

# POOM

INDIVIDUEL | PAIRE | ÉQUIPE | FREESTYLE

19 JAN 2025 **SAE**

STADE PIERRE DE COUBERTIN

# PARIS



Credits photos: LIFTDA / FFTDA - Amélie LAUROU / Denis SEKRETEV - Créateur graphique: geniusico



[www.taekwondo-idf.com](http://www.taekwondo-idf.com)



# LIFTDA

Ligue Ile de France de Taekwondo et Disciplines Associées



## INFORMATIONS GÉNÉRALES

**Date :** Dimanche 19 Janvier 2025

**Lieu :** Stade Pierre de Coubertin,  
82 Av. Georges Lafont, 75016 Paris

**Clôture des inscriptions :** Dimanche 12 Janvier 2025 23h59

**Accréditations :** Délivrées à partir du 19 jusqu'à 13h00

**Prix des inscriptions :** 20 € par Athlète  
10 € par Coach



TOUTE INSCRIPTION HORS DELAIS SERA MAJORÉE DE 100%

LA LIGUE SE RÉSERVE LE DROIT D'ACCEPTER OU DE REFUSER LES  
INSCRIPTIONS HORS DÉLAIS.

# LIFTDA

Ligue de Taekwondo IDF – 58 Rue Roger-Salengro Immeuble Dolomites, 94120 Fontenay-sous-Bois  
Tel. 01.55.97.27.23 - Site : <http://www.taekwondo-idf.com> - Siret 443 819 149 00 024 - APE 9312Z





## MODALITÉS D'INSCRIPTION

Les clubs devront effectuer les inscriptions de l'ensemble de leurs coachs et athlètes sur le site internet : <https://www.martial.events/fr>

Ils devront également régler les frais d'inscriptions de 20€ par compétiteur, 10€ par coach avant la fin des inscriptions.

Ainsi, les inscriptions, comme le paiement sont à effectuer directement sur le site : <https://www.martial.events/fr>

**Fin des inscriptions : Dimanche 12 Janvier 2025 à 23h59**

### Conditions de Participation

#### Critérium

les athlètes les athlètes licenciés FFTDA

**Keups et jusqu'à 2e Dan à l'exception des médaillés aux championnats de France & Championnat IDF**

Tenue : dobok blanc col blanc pour les keups et col noir pour les Dan + Ceinture

#### Championnat

les athlètes licenciés en IDF de nationalité française

#### À partir de ceinture rouge 3e keup

Tenue : Dobok blanc col blanc pour les keups et col noir pour les Dan + Ceinture

ou Dobok poomsae :

- Catégorie **Cadets** : veste blanche col noir - Féminines : Pantalon rouge, - Masculins : pantalon bleu
- Catégories **Juniors, Seniors et Masters 1 (U50)** : veste blanche col noir - Féminines : Pantalon bleu clair - Masculins : pantalon noir
- Catégories **Masters 2 et 3 (+ 50)** : - masculins et féminines : Pantalon bleu foncé - veste or

### Rappel des pièces à fournir lors du retrait des accréditations

#### Athlètes

#### Coachs

Passport Sportif

Licence Fédérale de la saison en cours sur le passeport

Certificat Médical sur le passeport

Carte d'identité ou Passeport Français  
(Championnat)

Autorisation Parentale Pour les  
Mineurs



## RÈGLEMENT DE LA COMPÉTITION

### Systeme par Tour (Championnat)

Finale	8 meilleurs de la demi-finale
Demi Finale	50% des meilleurs du premier tour
1er Tour	Si $\geq 20$ athlètes

Les Poomsaes à réaliser durant le premier tour, la demi-finale et la finale seront désignés par tirage au sort, au plus tard l'avant-veille de la compétition en présence d'un officiel de la LIFTDA et du Responsable de la Compétition. L'ordre de passage des participants par catégorie sera déterminé par tirage au sort.

### Systeme par Poules de 4 personnes (Critérium)

P1 & P2		P2 & P3		P3 & P4		P4 & P5		P5 & P6		P6 & P7		P7 & P8	
Poule 1	Poule 2												
Poule 3	Poule 4												

Les poules pourront regrouper des catégories d'âges différentes afin de permettre à chacun(e) de présenter ses poomsaes plusieurs fois.

Chaque participant aura 2 poomsaes à présenter par affrontement pour un total de 6 (pour une poule complète) victoire par drapeau. Un podium par poule de catégorie.

### Dobok

Seul les athlètes diplômé(e)s d'un Dan Fédéral sont autorisé(e)s à porter un dobok col noir avec une ceinture noire (pas de ceinture rouge et noire dite « poom »)

Les athlètes Keup devront se vêtir d'un dobok col blanc et ceinture de couleur.

  
MINISTÈRE  
DES SPORTS  
ET DES JEUX OLYMPIQUES  
ET PARALYMPIQUES



Au regard de la loi définie dans le Code du Sport [Articles L223-1 et L223-2] et du règlement de compétition FFTDA [Article 2.6.5.1 alinéa 4 et Article 2.6.7 alinéa 6], aucun couvre chef ou signe religieux ostentatoire ne sera accepté sur le plateau des compétitions organisées par la LIFTDA.



CATÉGORIES		SEXE	ANNÉES DE NAISSANCE	POOMSAES POTENTIELS À PRÉSENTER			
				CHAMPIONNAT	CRITERIUM		
P O O M S A E L	I N D I V I D U E L	Benjamin	F / M	2016 à 2017	4 Jang à Keumgam  4 Jang à Taebaek  6 Jang à Shipjin  8 Jang à Chonkwon  Koryo à Hansu	Les participant(e)s seront regroupé(e)s en fonction de leur Poomsae, et il y aura des rassemblements de catégories d'âges	P1 & P2 P2 & P3 P3 & P4 P4 & P5 P5 & P6 P6 & P7 P7 & P8
		Minime	F / M	2014 à 2015			
		Cadet	F / M	2011 à 2013			
		Junior	F / M	2008 à 2010			
		- 30 ans	F / M	1995 à 2007			
		- 40 ans	F / M	1985 à 1994			
		- 50 ans	F / M	1975 à 1984			
		- 60 ans	F / M	1965 à 1974			
		- 65 ans	F / M	1964 à 1960			
		+ 65 ans	F / M	1959 et avant			
I M P O S É	P A I R E	Cadet	Mixte	2011 à 2013	4 Jang à Keumgam	Les participants seront regroupés en fonction de leur Poomsae, et il y aura des rassemblements de catégories d'âges	P1 & P2 P2 & P3 P3 & P4 P4 & P5 P5 & P6 P6 & P7 P7 & P8
		Junior	Mixte	2008 à 2010	4 Jang à Taebaek		
		- 30 ans	Mixte	1995 à 2007	6 Jang à Shipjin		
		+ 30 ans	Mixte	1994 et avant	8 Jang à Chonkwon		
	T E A M	Cadet	Mixte	2011 à 2013	4 Jang à Keumgam		
		Junior	Mixte	2008 à 2010	4 Jang à Taebaek		
		- 30 ans	Mixte	1995 à 2007	6 Jang à Shipjin		
		+ 30 ans	Mixte	1994 et avant	8 Jang à Chonkwon		
F R E E S T Y L E	I N D.	- 17 ans	F / M	2008 et après	<b>Figures à réaliser dans l'ordre chronologique</b> - 1 coup de pied sauté latéral - Enchaînement de 3 coups pieds sautés frontaux (minimum) - 3 steps qui lancent l'enchaînement varié de coup de pieds - 1 coup de pied circulaire sauté - Enchaînement acrobatique avec minimum 1 coup de pied   • Tous les coups de pieds doivent être au dessus de la ceinture • La musique doit strictement durer entre 90 et 100 secondes • Team : les figures difficiles peuvent n'être réalisées que par un(e) athlète		
		+ 18 ans	F / M	2007 et avant			
	P A I R E	- 30 ans	Mixte	1995 et après			
		+ 30 ans	Mixte	1994 et avant			
	T E A M	- 17 ans	Mixte	2008 et après			
		+ 18 ans	Mixte	2007 et avant			



# LIFTDA

Ligue Ile de France de Taekwondo et Disciplines Associées



## ORGANISATION PRÉVISIONNELLE DE LA COMPÉTITION

### Dimanche 19 Janvier

7h30	Arrivée de l'Équipe IDF, Sécurité, Bénévoles et Juges
8h00	Briefing des Juges
8h15	Délivrance des Accréditations
8h45	Présentation et informations aux compétiteurs
9h00	Début du Championnat
12h15	Début du Freestyle
12h40	Fin prévisionnelle du Championnat - Pause Déjeuner
13h40	Cérémonie Spéciale
14h00	Début du Critérium
18h00	Fin prévisionnelle du Critérium et de la journée de compétition

**LA LIGUE SE RÉSERVE LE DROIT DE MODIFIER LES PARAMÈTRES ET/OU LE PROGRAMME CI-DESSUS EN FONCTION DU NOMBRE D'INSCRITS ; LE CAS ÉCHÉANT, LES NOUVELLES MODALITÉS D'ORGANISATION SERONT ANNONCÉES DÈS LE DÉBUT DE LA COMPÉTITION**

Ligue de Taekwondo IDF – 58 Rue Roger-Salengro Immeuble Dolomites, 94120 Fontenay-sous-Bois  
Tel. 01.55.97.27.23 - Site : <http://www.taekwondo-idf.com> - Siret 443 819 149 00 024 - APE 9312Z

