

Compétition du 30 novembre 2025

Le dimanche 30 novembre, **plusieurs évènements se tiendront en parallèle** :

- En combat :
 1. Le Championnat de France étape Régionale Combat (Séniors)
 2. Un Critérium (Benjamins/Minimes/Cadets/Juniors)
- En Technique :
 1. Le Championnat de France étape Régionale Technique (toutes catégories)
 2. Un Challenge Technique (toutes catégories)
- Le Tournoi de Noël pour les Marmailles : parcours, assauts, coups de pieds sautés, Zemita (Pupilles, Benjamins, **Minimes**)

*(Fermeture des inscriptions : **dimanche 23 novembre 2025 à minuit**)*

Lieu : Gymnase du complexe sportif Paul Gervais (14ème km) Chemin Picard, 97430 Le Tampon

Qualifications :

Les compétiteurs doivent posséder un passeport sportif à jour, licence 2025/2026, cachet du médecin et autorisation parentale pour les mineurs.

MODALITÉS D'INSCRIPTION

1. **Les inscriptions se feront au plus tard le **dimanche 23 novembre 2025 à minuit** (dernier délai) sur le site <https://www.martial.events/fr>**
2. **Les droits d'engagement (par chèque et voie postale) seront retournés à la :**
 - Par chèque et voie postale :

Ligue de Taekwondo
226 Rue Hubert Delisle
97430 le TAMPON.

- Par virement bancaire :

IBAN	FR76	1131	5000	0108	0154	2686	412
------	------	------	------	------	------	------	-----

Les droits d'engagement par compétiteurs et par coach sont de :

Tournoi de Noël	15€
Critérium Combat	20€
Challenge Technique	20€
Championnat de France étape Régionale COMBAT	30€
Championnat de France étape Régionale TECHNIQUE	30€

La liste prévisionnelle des compétiteurs sera consultable sur le site <https://www.martial.events/fr>

Pour cet évènement, aucune inscription ne sera prise en compte après la date limite et sans le versement des droits d'engagement.

Programme de la compétition

Samedi 29 novembre 2025 :

Pesée de 14h30 à 16h30

- ✓ Dans le Nord-Est au au dojo du Champ de Foire, Bras-Panon tél : 0692 51 03 43 Mr BERGER Benoît.
- ✓ Dans le Sud à la Ligue de Taekwondo de la Réunion au Tampon.

Un coach devra être présent pendant toute la durée de la pesée.

Dimanche 30 novembre 2025 :

Compétition

- ✓ 8h15 : Informations Coachs
- ✓ 08h30 : Informations compétiteurs
- ✓ 09h00 : **Critérium Combat.** (Benjamins/Minimes/Cadets/Juniors) et **Tournoi de Noël** (Pupilles/Benjamins/**Minimes**)
- ✓ 10h00 : **Championnat de France étape Régionale Combat** (Séniors)
- ✓ 11h00 : **Challenge Technique** et **Championnat de France étape Régionale Technique** (toutes catégories)

Règles d'accès aux aires de combat :

- Seuls les compétiteurs, coaches, organisateurs et arbitres ont accès aux aires de combat
- Les coaches se présenteront en survêtement et chaussures de sport.

Nous comptons sur la bonne volonté de tous pour faire de cet évènement, une compétition qui se déroule dans les meilleures conditions possibles.

Il est important pour chacun d'entre nous de rappeler aux familles et à tous les acteurs de cet évènement, les valeurs et le code moral de notre discipline dont le respect et le fair-play font partie. Le Taekwondo a vocation à contribuer, notamment, à l'éducation à la citoyenneté.

ATTENTION : Les horaires sont donnés sous réserve.

Des changements peuvent intervenir. Se tenir informé

Tournoi de Noël

(Pupilles/Benjamins/ Minimes)

Les ateliers du Tournoi de Noël auront pour objectif de montrer différentes facettes de la pratique du Taekwondo enfant. Plusieurs ateliers pourront leur être proposés, notamment :

- Coup de pied sauté : Ap Tchagui
- Vitesse de frappe : Zemita
- Affrontement : Combats en assaut
- Agilité : Parcours

Catégories d'âge :

<i>Pupilles 1 (nés en 2020)</i>
<i>Pupilles 2 (nés en 2019)</i>
<i>Benjamins 1 (nés en 2018)</i>
<i>Benjamins 2 (nés en 2017)</i>
<i>Minimes 1 (nés en 2016)</i>
<i>Minimes 2 (nés en 2015)</i>

Règles de la compétition : Selon les ateliers :

Combats Assauts : La victoire est décidée par les juges en fonction, notamment, de la qualité et la variété des techniques ainsi que de la qualité des déplacements et la vitesse de réaction.

Parcours de motricité : réaliser le meilleur temps en respectant le tracé du parcours.

Zemita : Réaliser le plus de coups de pieds possible en respectant le temps imparti.

Coup de pied sauté : Réussir à frapper une cible le plus haut possible à l'aide de la technique Tuyo Ap Tchagui.

Challenge Technique

(Individuel, Equipes et Paires : Benjamins / Minimes / Cadets / Juniors / -30 ans / -40 ans / -50 ans / -60 ans / -65 ans / 66 ans et +)

Le Challenge Technique a pour objet la démocratisation de la pratique technique en compétition. Le programme des poomsaes sera adapté en fonction des couleurs de ceintures et des connaissances des inscrits. Ce programme moins exigeant en connaissances que le Championnat peut permettre la participation d'un plus grand nombre de pratiquants.

Catégories d'âge :

<i>Benjamins : nés en 2018, 2017</i>
<i>Minimes : nés en 2016, 2015</i>
<i>Cadets : nés en 2014, 2013, 2012</i>
<i>Juniors : nés en 2011, 2010, 2009</i>
<i>Moins de 30 ans : de 2008 à 1996</i>
<i>Moins de 40 ans : de 1995 à 1986</i>
<i>Moins de 50 ans : 1985 à 1976</i>
<i>Moins de 60 ans : 1975 à 1966</i>
<i>Moins de 65 ans : de 1965 à 1969</i>
<i>66 ans et plus : 1960 et avant</i>

Règles de la compétition :

Système de compétition par poules.

Les deux compétiteurs réaliseront en parallèle un Pomsae identique. (Drapeaux)

Le programme des poomsaes sera fixé par le Directeur Sportif de Ligue pour chaque tour en fonction des catégories d'âge et de ceinture.

Critérium Combat

(Benjamins / Minimes / Cadets / Juniors)

Catégories :

Catégories d'âges et de poids	
Benjamins <i>nés en 2018, 2017</i>	<i>Masculins</i> : -21kg / -24kg / -27kg / -30kg / -33kg / -37kg / -41kg / -45kg / -49kg / +49kg <i>Féminins</i> : -17kg / -20kg / -23kg / -26kg / -29kg / -33kg / -37kg / -41kg / -44kg / +44kg
Minimes <i>nés en 2016, 2015</i>	<i>Masculins</i> : -27kg / -30kg / -33kg / -37kg / -41kg / -45kg / -49kg / -53kg / -57kg / +57kg <i>Féminins</i> : -23kg / -26kg / -29kg / -33kg / -37kg / -41kg / -44kg / -47kg / -51kg / +51kg
Cadets <i>nés en 2014, 2013, 2012</i>	<i>Masculins</i> : -37kg / -45kg / -53kg / -61kg / +61kg <i>Féminins</i> : -33kg / -41kg / -47kg / -55kg / +55kg
Juniors <i>nés en 2011, 2010, 2009</i>	<i>Masculins</i> : -48 kg / -55 kg / -63 kg / -73 kg / +73 kg <i>Féminins</i> : -44 kg / -49 kg / -55 kg / -63 kg / +63 kg

Règles de la compétition :

Les règles de compétition F.F.T.D.A / W.T.F seront appliquées.

La compétition se fera par élimination directe ou par poules selon le nombre d'inscrits.

Plastrons Electroniques Daedo, pitaines génération 2

Se munir de protections homologuées FFTDA. (Liste en lien => [ici](#))

Championnat de France étape Régionale Combat

(Seniors)

Catégories :

Catégories d'âges et de poids	
Séniors <i>de 2008 et avant</i>	<i>Masculins</i> : -54kg/ -58kg/ -63kg/ -68kg/ -74kg/ -80kg/ -87 kg/ +87kg <i>Féminins</i> : -46kg/ -49kg/ -53kg/ -57kg/ -62kg/ -67kg/ -73kg/ +73kg

Règles de la compétition :

Les règles de compétition F.F.T.D.A / W.T.F seront appliquées.

Plastrons Électroniques Daedo, pitaines génération 2

Se munir de protections homologuées FFTDA. (Liste en lien => [ici](#))

Championnat de France étape Régionale Technique

Individuel, Equipes et Paires

(Cadets / Juniors / -30 ans / -40 ans / -50 ans / -60 ans / -65 ans / 66 ans et +)

Catégories d'âge :

<i>Cadets : nés en 2014, 2013, 2012</i>
<i>Juniors : nés en 2011, 2010, 2009</i>
<i>Moins de 30 ans : de 2008 à 1996</i>
<i>Moins de 40 ans : de 1995 à 1986</i>
<i>Moins de 50 ans : 1985 à 1976</i>
<i>Moins de 60 ans : 1975 à 1966</i>
<i>Moins de 65 ans : de 1965 à 1969</i>
<i>66 ans et plus : 1960 et avant</i>

Règles de la compétition :

Les règles de compétition F.F.T.D.A / W.T.F seront appliquées. Il s'agira de **notes**.

Cut-OFF system (élimination par tour) lors du championnat.

Poomsaes par catégories :

Compétitions	Catégories	Poomsaes
Individuel	<i>Cadets</i>	<i>Taegeuk 4,5,6,7,8, Koryo, Keumgang, Taebaek</i>
	<i>Juniors</i>	<i>Taegeuk 5,6,7,8, Koryo, Keumgang, Taebaek, Pyongwon</i>
	<i>Moins de 30 ans</i>	<i>Taegeuk 7,8, Koryo, Keumgang, Taebaek, Pyongwon, Sipjin, Jitae</i>
	<i>Moins de 40 ans</i>	
	<i>Moins de 50 ans</i>	<i>Taegeuk 8, Koryo, Keumgang, Taebaek, Pyongwon, Sipjin, Jitae, Chonkwon</i>
	<i>Moins de 60 ans</i>	<i>Koryo, Keumgang, Taebaek, Pyongwon, Sipjin, Jitae, Chonkwon, Hansu</i>
	<i>Moins de 65 ans</i>	
	<i>66 ans et plus</i>	
Paire	<i>Cadets</i>	<i>Taegeuk 4,5,6,7,8, Koryo, Keumgang</i>
	<i>Juniors</i>	<i>Taegeuk 5,6,7,8, Koryo, Keumgang, Taebaek</i>
	<i>Moins de 30 ans</i>	<i>Taegeuk 6,7,8, Koryo, Keumgang, Taebaek, Pyongwon, Sipjin</i>
	<i>Plus de 30 ans</i>	<i>Taegeuk 8, Koryo, Keumgang, Taebaek, Pyongwon, Sipjin, Jitae, Chonkwon</i>
Equipe	<i>Cadets</i>	<i>Taegeuk 4,5,6,7,8, Koryo, Keumgang</i>
	<i>Juniors</i>	<i>Taegeuk 5,6,7,8, Koryo, Keumgang, Taebaek</i>
	<i>Moins de 30 ans</i>	<i>Taegeuk 6,7,8, Koryo, Keumgang, Taebaek, Pyongwon, Sipjin</i>
	<i>Plus de 30 ans</i>	<i>Taegeuk 8, Koryo, Keumgang, Taebaek, Pyongwon, Sipjin, Jitae, Chonkwon</i>