

# Open Hanmadang Gent 2022

Sporthal Bourgoyen, Driepikkelstraat 30 9030 Mariakerke-Gent

Zondag 6 november 2022

**Organisatie:** Taekwondoclubs Gent en Menen, onder auspiciën van Taekwondo Vlaanderen.

**Reglementen:** TKDV/WT-reglementering: [www.taekwondo.be](http://www.taekwondo.be) • downloads • competitie  
Elke atleet neemt deel op eigen verantwoordelijkheid.  
Sommige reglementen in deze uitschrijving kunnen afwijken van het officiële Kukkiwon Hanmadang Reglement, de aanpassingen werden goedgekeurd door de Hanmadang commissie.  
Voor elke discipline moet een minimum aantal van 4 deelnemers, paren of teams aanwezig zijn.  
Indien dit niet het geval is, zullen groepen in bepaalde disciplines worden samengevoegd of kan de discipline eventueel geannuleerd worden.

**Leeftijdsklassen:** Alle leeftijdsgrenzen zijn gebaseerd op het geboortejaar. Bv: Iemand die geboren is op 31/12/2007 wordt in 2022 15 jaar en zal op 6/11/2022 deelnemen in de klasse 15-17 jaar.  
Er kan deelgenomen worden in meerdere categorieën (individueel, paar, groep).

## Individuele disciplines

1. tem 9 jaar : junior I
2. 10 tem 12 jaar : junior I
3. 13 tem 15 jaar : junior III
4. 16 tem 18 jaar : junior IV
5. 19 tem 29 jaar : senior I
6. 30 tem 39 jaar : senior II
7. 40 tem 49 jaar : senior III
8. 50 tem 59 jaar : master I
9. 60 jaar en ouder : master II

## Paar- en groepsdisciplines: geslacht al dan niet gemengd

1. tem 9 jaar : junior I
2. 10 tem 12 jaar : junior II
3. 13 tem 15 jaar : junior III
4. 16 tem 18 jaar : junior IV
5. 19 tem 29 jaar : senior I
6. 30 jaar en ouder : senior II

**Disciplines:** De Open Hanmadang Gent zal bijna alle officiële Hanmadang disciplines bevatten.

- **Individueel authorized poomse** : reglementen volgens het officieel poomse reglement. Taegeuks/poomses zelf te kiezen! Slechts 1 voorronde!!
- **Paar authorized poomse**: geslacht niet opgelegd , reglementen volgens het officieel poomse reglement. Taegeuks/poomses zelf te kiezen! Slechts 1 voorronde!!
- **Team authorized poomse**: 3 - 5 deelnemers, geslacht niet opgelegd. Er kunnen dus teams bestaande uit enkel dames uitkomen tegen teams bestaande uit enkel heren binnen dezelfde categorie. Reglementen volgens het officieel poomse reglement. Taegeuks/poomses zelf te kiezen! Slechts 1 voorronde!!
- **Creative poomse**: in paar of in groep, 3 - 5 deelnemers, duur tussen 70 en 80 seconden. Volgende technieken zijn verplicht om tijdens deze discipline te tonen, en dienen te worden uitgevoerd door iedereen :
  - 2 x 2 of meer yeops.
  - 2 gesprongen yeops.
  - 2 dwits
  - 2 gedraaide trappen (= tolken = dolgaechagi = tornado kick).
  - 2 momdollyos (= spinning kick).
  - Optioneel : 2 gesprongen momdollyo 540° (niet voor -12 jarigen) ; deze techniek is niet verplicht en dient **niet** door iedereen uitgevoerd te worden!
- **Krachtbreektesten**:
  - Minimum 18 jaar en minimum 6e kup.
  - Krachtbreekttest uit te voeren binnen de 20 seconden na aanvang.

- Krachtbreektest meshand wordt uitgevoerd met tegelpannen.
- Krachtbreektest vuist wordt uitgevoerd met dakpannen.
- **Krachtbreektest met voet is niet aanwezig!!**
- Er is geen voorselectie, iedere deelnemer neemt onmiddellijk deel aan de finale.
- **All-round breaking:** breektsten uitgevoerd door één persoon, gedurende maximum 50 seconden waarbij een minimum aantal van 10 en een maximum aantal van 15 planken van 1 cm moeten gebroken worden. Maximum 15 assistenten mogen het breekmateriaal vasthouden.
- **Zelfverdediging:** 3 – 7 deelnemers. Dit is hosinsul als groepsdiscipline binnen een tijd van maximum 1 minuut. Muziek is toegelaten.
- **Taekwondo aerobics:** 3 – 9 deelnemers. Dit zijn taekwondotechnieken in harmonie met turnoefeningen en muziek. Volgende technieken moeten verplicht getoond worden:
  - 2 x 2 of meer yeops.
  - 2 gesprongen yeopchagi's
  - 2 dollyo's op hoofdhoogte.
  - 2 dwits.
  - 2 gedraaide trappen (= tolken = dolgaechagi = tornado kick).
  - 2 momdollyos (= spinning kick).
  - 2 acrobatische bewegingen. Deze moeten niet door iedereen worden uitgevoerd.
- **Recording contests**
  - Hoogtesprong: zo hoog mogelijk een plankje van 1 cm breken. Men krijgt **2** pogingen.
  - Vertesprong: zo ver mogelijk een plankje breken terwijl men in de lucht hangt, nadat men over een hindernis is gesprongen. Men krijgt **2** pogingen.
  - Momdollyo: zoveel mogelijk plankjes van 1 cm breken met momdollyo chagi binnen een periode van 20 seconden. De plank moet hoger zijn dan het bekken.
- **Team competitie:** 4 – 11 deelnemers. Zeven verschillende disciplines moeten door het team worden uitgevoerd binnen een tijdsbestek van 5 minuten en 30 seconden. De volgorde van de disciplines is willekeurig, maar moet wel op voorhand door het team aan de organisatie worden bezorgd.  
 Volgende disciplines moeten worden uitgevoerd:
  - Creatieve poomse.
  - Zelfverdediging.
  - Single jump breaking.
  - Various target breaking (= moving multi-direction breaking).
  - Spinning breaking (horizontaal én verticaal).
  - Freestyle team breaking (werd vroeger creative breaking genoemd).
  - Power breaking.

Volg ook de facebook pagina [Open Hanmadang Gent | Facebook](#)

**Registratie:** Ter plaatse van 08u00 tot 09u00.

**Aanvang:** Wedstrijden beginnen om 10u00.

**Inschrijvingen:** Enkel voorinschrijvingen worden aanvaard.  
**Iedere deelnemer kan maximaal deelnemen aan twee disciplines!!!**  
 Inschrijvingsgelden over te schrijven op de rekening van Chindojang Gent,  
**Iban nummer : BE93 8915 8419 7967 (BIC: VDSPBE91,**  
 met vermelding : Open Hanmadang Gent 2022 + naam van de club. Graag het betalingsbewijs meebrengen naar de wedstrijd aub.  
 Voorinschrijvingen gebeuren via bijgevoegde spreadsheet. Inschrijvingen worden gestuurd naar [hanmadanggent@gmail.com](mailto:hanmadanggent@gmail.com) .  
**Deadline inschrijvingen: dinsdag 25 oktober 2022.**  
 Maximum 250 inschrijvingen. 1 coach per 5 deelnemers gratis. Er wordt 5 € garantie per coach kaart gevraagd.

**Inschrijvingsgelden:** Het inschrijvingsgeld verschilt naargelang de discipline:

- Individueel authorized poomse : 15 € per persoon.
- Paar authorized en creatieve poomse: 25 € per paar.
- Team disciplines (authorized poomse, creative poomse, zelfverdediging, taekwondo aerobic, team demo): 35 € per team.

- Krachtbreektesten: 15 € pp.
  - All-round breaking en recording contests: 20 € pp.
- De prijs is inclusief het breekmateriaal.

**Toeschouwers:** 5€ inkom. Kinderen –12 jaar gratis.

**Prijzen:** Individueel: 1<sup>e</sup>, 2<sup>e</sup> en twee 3<sup>e</sup> plaatsen.

**Inlichtingen:** Chindojang Gent  
Veronique Casters  
E-mail: [hanmadanggent@gmail.com](mailto:hanmadanggent@gmail.com)  
Tel.: +32 495 63 94 82