



COMMISSION NATIONALE DE TAEKWONDO



RÈGLEMENT TAEKWONDO SEMI CONTACT



COMMISSION NATIONALE
TAEKWONDO
FFST

Modalités des combats :

- Surface de combat : 8m x 8m
- Temps d'exécution : 3 reprises de 2 minutes avec 1 minute de repos entre chaque reprise
- Tenue : dobok, ceinture, protections tibiales avec dessus de pieds (Chausson type Full contact), génitales, casque à Grille ou à Bulle, protège-dents optionnel, gants mains ouvertes (type gant Karaté). Soit foulards, ceintures ou chasubles bleu et rouge pour distinguer les combattants
- Système : Touches du pied au corps et au casque, et du poing au corps et au casque, coups de pieds fouetté bas (coup appuyés interdits : 1er coup 1 point de pénalité, 2^{ème} coup disqualification).
Pas d'enchaînement de frappe de poing de plus de 3 techniques.
- Techniques prohibées : Balayage. Frappe interdite dès qu'un des deux combattants à un genou au sol. Frappe derrière la tête ou à la colonne vertébrale. Saisir, pousser, projeter, attaquer après Kalyo, fuir le combat, sortir de l'aire, tomber exprès, « cut » (un lever de jambe doit correspondre à une attaque effective).
- Coach
-
- Médecin officiel de la compétition

Notation :

3 points coup de pied à la tête (y compris retourné ou sauté)
2 points coup de pied au corps (y compris retourné ou sauté)
1 point coup pied circulaire bas.
1 point coup de poing (tête ou corps).
Pour les compétitions en plein contact, si Knock down le combattant est compté par l'arbitre et rajout de 3 points
Si combattant ne reprend pas à 8 le décompte continue à 10 et l'adversaire déclaré vainqueur

(Les dispositions suivantes doivent être en adéquation avec le règlement en vigueur de la FFST)

Catégories :

Juniors, Seniors, Vétérans

Poids coupe

Masculines : -48 kg / -55 kg / -63 kg / -73 kg / +73 kg
Féminines : -44 kg / -49 kg / -55 kg / -63 kg / +63 kg

Poids championnats

Masculines: -54 kg / -58 kg / -63 kg / -68 kg / -74 kg / -80 kg / -87 kg / +87 kg
Féminines: -46 kg / -49 kg / -53 kg / -57 kg / -62 kg / -67 kg / -73 kg / +73 kg