

FEDERATION FRANCAISE DU SPORT TRAVAILLISTE – F.F.S.T.  
N° d'agrément au Ministère de la Jeunesse et des Sports : 13056 du 15 juin 1953  
51 Rue de la Gare 78370 PLAISIR



## Commission Nationale de Taekwondo

### CHAMPIONNAT DE FRANCE FFST 2019

### HOSHINSUL

Complexe Sportif du Val de l'Arc  
35 Avenue des Infirmeries, 13100 Aix-en-Provence

13  
Avril  
2019

#### Conditions de participation

Tous les clubs doivent être obligatoirement affiliés à la FFST pour la saison 2018/2019. Le compétiteur devra présenter un certificat médical en cours, la licence 18/19 et une autorisation parentale pour les mineurs.

#### Les clubs devront :

Chaque club devra transmettre dans les délais impartis le chèque des frais d'engagements de 12,00 € par compétiteur. Le chèque devra être établi à l'ordre de la **FFST**.

Aucune inscription non réglée avant le début de la compétition ne sera validée. Seuls seront enregistrés les clubs qui seront à jour du règlement des inscriptions.

Les frais d'engagement sont à envoyer avec le bordereau avant le 24 Mars 2019

Adresse : FFST, 51 rue de la Gare - 78370 PLAISIR

En cas d'absence du compétiteur, aucune inscription ne sera remboursée.

#### **DATE LIMITE D'INSCRIPTION Samedi 24 Mars 2019**

Les inscriptions sont à effectuer et à renvoyer avec le fichier MARION au plus tard le Samedi 24 Mars 2019 par email à [cntkdffst@gmail.com](mailto:cntkdffst@gmail.com)

#### ACCREDITATIONS

Les accréditations seront directement remises sur place le jour de la compétition.

## **REGLEMENT COMPETITION HOSHINSUL**

Individuel mais sous forme de Battle comme en combat plastron avec élimination directe.

1. Les candidats arrivent avec leur binôme.

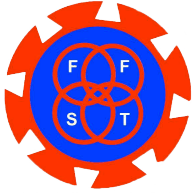
On annonce la technique d'attaque, le candidat Bleu fait sa défense et aussitôt après le candidat rouge fait sa défense. Et cela 4 fois de suite sur des attaques différentes.

2. Trois juges avec drapeau bleu et rouge. A l'issue de la prestation, la table demande aux juges de désigner le vainqueur. Tous ensemble sur un signal pré-établi (coup de sifflet ou autre) lèvent le drapeau bleu ou rouge

3. Critères d'évaluation à prendre en compte : timing, distance, stabilité, efficacité et réalisme.

### **Liste des attaques proposées : Saisie de main directe**

- Saisie de main croisée
- Saisie de col à 1 main
- Saisie de col à 2 mains
- Saisie milieu de manche
- Saisie d'épaule par derrière
- Ceinturage arrière
- Coup de poing direct
- Coup de poing circulaire
- Coup de pied direct (ap chagi)
- Coup de pied aux côtes (Bandal)



FEDERATION FRANCAISE DU SPORT TRAVAILLISTE – F.F.S.T.  
N° d'agrément au Ministère de la Jeunesse et des Sports : 13056 du 15 juin 1953  
51 Rue de la Gare 78370 PLAISIR



## Commission Nationale de Taekwondo

### BORDEREAU DE VERSEMENT

Chèque de règlement à libeller à l'ordre de la « **F. F. S. T.** »

**Adresse :** FFST 51 rue de la Gare - 78370 PLAISIR

**Nom du Club :** \_\_\_\_\_

Contact Tél. \_\_\_\_\_ Email : \_\_\_\_\_

Mode de règlement : \_\_\_\_\_ Adressé le : \_\_\_\_\_

Banque : \_\_\_\_\_ N° du chèque : \_\_\_\_\_

QUANTITE	DESIGNATION	PRIX UNITAIRE	TOTAL
	Droit(s) d'inscription	12 €	
		TOTAL	

**Nom du Président :** .....

*Signature du Président*