



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
DU SPORT
TRAVAILLISTE

CHAMPIONNAT DE FRANCE TAEKWONDO CONTACT- FFST



Juniors, Seniors, Masters (masculins/féminins)

ESPACE SPORTIF COUBERTIN 42 rue de LILLE 59480 LA BASSEE

25 et 26
Avril
2020

CONDITIONS D'ACCES

AFFILIATION

Chaque club devra s'être acquitté de l'affiliation club fédérale 2019/2020.

DOCUMENTS A FOURNIR LORS DES ACCREDITATIONS

Pour les compétiteurs :

Licence FFST 2019/2020,

Certificat médical en cours,

Autorisation parentale pour les mineurs (document à télécharger sur le site de la FFST www.ffst-multisports.com)

Pour les coachs/Juges

Licence FFST 2019/2020

INSCRIPTIONS

Les inscriptions sont ouvertes jusqu' au **samedi 28 Mars 2020** via le site : <https://www.martial.events/fr>

Montant des frais d'engagement : 12 € par compétiteur et par coach.

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

Aucune inscription ne sera validée sans le versement des droits d'engagement

DATE LIMITE DES INSCRIPTIONS : Samedi 28 mars 2020

ADRESSE DE L'ENVOI DU REGLEMENT

Les frais d'engagement sont à envoyer avec le bordereau récapitulatif **AVANT le 28 MARS 2020** à la FFST, 51 rue de la Gare - 78370 PLAISIR

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

ACCREDITATIONS ET PESEES

Les Accréditations seront remises à la pesée du vendredi 24 avril 2020

Les Pesées se dérouleront à L'ESPACE SPORTIF COUBERTIN 42 rue de LILLE 59480 LA BASSEE

CATEGORIES Né(e) en

JUNIORS : 2003 & 2004 & 2005

SENIORS : 1991 & avant 2000

MASTERS 1 : 1986 & 1987 & 1988 & 1989 & 1990

MASTERS 2 : 1981 & 1982 & 1983 & 1984 & 1985

MASTER 3 : 1979 et avant

CATEGORIES JUNIORS

Masculins : -48 kg / -55 kg / -63 kg / -73 kg / +73 kg

Féminins : -44 kg / -49 kg / -55 kg / -63 kg / +63 kg

CATEGORIES SENIORS

Masculins : -58 kg / -68 kg / -80 kg / +80 kg

Féminins : -49 kg / -57 kg / -67 kg / +67 kg

RESTAURATION : Un repas chaud offert par la FFST est proposé à tous les compétiteurs, coach et arbitres.

TAEKWONDO « PLEIN CONTACT »

Modalités des combats :

- **Surface de combat** : aire conforme aux combats plastrons

- Durée des combats :

Catégorie Séniors : 3 rounds de 2 minutes avec 1 minute de repos entre chaque reprise,

Catégorie Vétérans : 3 rounds de 1 minute 30 secondes avec une minute de repos entre chaque reprise.

- **Tenue** : Dobok, ceinture, protections tibiales avec dessus de pieds couleur libre (Chausson type Full contact), protections génitales, casque à grille ou à bulle, protège-dents, gants 10oz/12oz.

Chasubles bleu et rouge pour distinguer les combattants.

-Gants rouges pour le chasuble rouge, gants bleus pour le chasuble bleu.

- **Système** : Touches pieds et poings au corps et au visage. Pas d'enchaînement de frappe de poing de plus de 3 techniques sur une même action sans la présence d'un coup de pied (le combattant doit obligatoirement faire un coup de pied après une série de 3 frappes de poings s'il veut pouvoir enchaîner sur une autre série de poings).

Techniques prohibées :

Balayage.

Frappe interdite dès qu'un des deux combattants a un genou au sol.

Frappe derrière la tête ou à la colonne vertébrale.

Saisir, projeter

Frapper avec tête, coude, genou

Back-fist

Attaquer après Kalyo,

Sortir de l'aire

Tomber volontairement.

Notation

- Coup de poing (direct, crochet, uppercut) tête ou corps : 1 point (**Pas de Back fist**)

- Coup de pied au corps : 2 points

- Coup de pied à la tête : 3 points

- **bonus de 1 point** si l'adversaire est compté.

Si le combattant ne reprend pas à 10 l'adversaire est déclaré vainqueur.

-Un juge est dédié au comptage des poings. **Ces points seront cumulés à la fin de chaque round pour s'ajouter à ceux des scoring machine.**

Affichage total des points à la fin de chaque round et non pendant le combat.

Sanctions

- **Kyong Ho** : **Le combattant qui commet les fautes suivantes sera averti une première fois sans pénalité.**

En cas de récidive il sera sanctionné de 1 point, en cas de ko de son adversaire, il sera disqualifié (voir plus bas)

-Sortie de l'aire

-Plus de 3 coups de poing enchaînés

-Coup sous la ceinture involontaire

-Saisie

-Tomber volontairement

Pas de sanction pour pousser (comme en traditionnel)

- **Gam Jeon (-1 point). Ces sanctions seront appliquées immédiatement**

- Coup interdit (genou, coude ou tête,) jugé involontaire

- Frappe de l'adversaire au sol ou avec un genou à terre

- Frappe derrière la tête ou à la colonne vertébrale.

- Frappe après interruption de l'arbitre

- Saisie, balayage, projection