



# Przepisy Rywalizacji Sportowej

Najnowsza aktualizacja: 15.04.2025 r.



Polska Federacja Taekwon-do istnieje od 1993 roku. Jesteśmy nagradzani i wyróżniani przez Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej, Ministra Sportu Rzeczypospolitej Polskiej, Posłów na Sejm Rzeczypospolitej Polskiej oraz Posłów Parlamentu Europejskiego. Polish Taekwon-do Federation was founded in 1993. We are continuously awarded and honoured by the President of the Republic of Poland, the Minister of Sports, Members of the Polish Parliament and Members of the European Parliament.



1. Oficjalną ekipę sędziowską powołuje się każdorazowo przed turniejem. Wszyscy czynni trenerzy PFRT mają obowiązek sędziować. **Prócz nich obowiązkowo sędziują wszyscy kandydaci na 1.dan i powyżej w grupie 13 lat i powyżej chyba, że zgłosili się jako zawodnicy.**

**1a. Każdy trener prowadzi wykaz startów lub wykaz pracy sędziego tychże kandydatów wg minimalnych wymagań: 1 start/sędziowanie w zawodach regionalnych, 1 start/sędziowanie w Mistrzostwach Polski.**

2. Szefami mat zostają trenerzy szczególnie doświadczeni.

3. Każdy szef maty zabiera ze sobą na zawody: elektroniczną wagę, centymetr, 2 poduchy duże, 2 komplety sprzętu do bong matsogi (4 kaski i 4 kije).

4. WSZYSCY SĘDZIOWIE stawiają się w miejscu zawodów 1,5 godziny przed ich rozpoczęciem. Przyjazd sędziów nie może być w jakikolwiek sposób połączony z przyjazdem zawodników.

5. Każdy klub - firma zobowiązana jest do wystawienia 1 sędziego na każdych 10 zgłaszanych zawodników.

6. Strój sędziowski to: biała koszula, czarne spodnie garniturowe, czarny krawat lub firmowa apaszka dla kobiet, białe obuwie sportowe z białymi sznurówkami i białymi bądź czarnymi skarpetkami. Strój zawodnika to firmowy dobok PFRT.

7. Warunki startu w zawodach określa każdorazowo komunikat informujący o tychże zawodach.

8. Sprzęt ochronny do walk jest obowiązkowy i składa się z: kasku, ochraniacza szczęki, rękawic, ochraniaczy na piersi dla kobiet (minimum rozmiar XS dla wszystkich pań), ochraniacza pachwiny, nagolenników i protektorów. Ręk nie wolno owijać bandażem.

9. Sprzęt ochronny do walki miękkim kijem to kask z kratką.

10. Na wszystkich turniejach PFRT musi znajdować się opieka medyczna zgodnie z przepisami w tym zakresie.

11. Plansza do walk ma wymiary 7 m : 7 m lub mniejsze .

12. W PFT mamy następujące kategorie wiekowe (kwalifikuje system zawody.gpft.pl wg daty urodzenia):

Nazwa kategorii wiekowej	Wiek
• młodzik młodszy (MM)	5, 6, 7 lat
• młodzik (M)	8, 9, 10 lat
• kadet (K)	11, 12, 13 lat
• junior (J)	14, 15, 16 lat
• senior (S)	17-29 lat
• senior starszy (SS)	30 lat i powyżej

13. Każdy staruje tylko w swojej kategorii wiekowej z wyjątkiem układów formalnych DR.

**13a. Przy zmianie kategorii wiekowej (szczególnie z M na K) trener weryfikuje podwójnie zdolność startu zawodnika do walki w systemie ciągłym.**

14. W PFT mamy następujące konkurencje w poszczególnych kategoriach wiekowych:

Wiek	Nazwa konkurencji							
	Bong matsogi	Test szybkości	Układy indyw.	Układy drużyn.	Walka punkt-stop	Walka ciągła	Testy siły	Techniki specjalne
MM	+	+	+					
M	+	+	+	+	+			
K			+	+	+	+		+
J			+	+	+	+		+
S			+	+	+	+	+	+
SS			+	+	+		+	+

**14a. Start młodzików w walkach punkt-stop możliwy jest tylko dla najstarszego rocznika (10 lat). Jeśli chcesz wpisać 9-o latka zweryfikuj to podwójnie i zmień świadomie rocznik w systemie.**

**14b. Jeśli chcesz, żeby SS wystartował w walce ciągłej zweryfikuj to podwójnie i zmień świadomie rocznik w systemie (na S).**

15. Walki:

Walka miękkim kijem - kategorie wzrostowe:	
MŁODZICY MŁODSI dziewczynki i chłopcy	-105 cm, -115 cm, -125 cm, -135 cm, + 135 cm
MŁODZICY dziewczynki i chłopcy	-120 cm, -125 cm, -130 cm, -135 cm, -140 cm, -145 cm, +145 cm

Walka punkt-stop i ciągła - kategorie wagowe [kg] / obowiązkowe wagi rękawic [oz] 6 oz = XS, 8 oz = S, 10 oz = M, 12 oz = L, 14 oz = XL	
MŁODZICY dziewczęta	-30 kg/6 oz, -35/6, -40/6, +40/8
MŁODZICY chłopcy	-30 / 6, -35/6, -40/6, -45/8, -50/8, +50/10
KADECI dziewczęta	-35 kg/6 oz, -40/6, -50/8, -60/10, +60/10
KADECI chłopcy	-35/6, -41/6, -47/8, -54/10, -61/10, -71/10, +71/12
JUNIORZY dziewczęta	-45/8, -55/10, -65/10, +65/12
JUNIORZY chłopcy	-50/8, -60/10, -70/10, -80/12, +80/12
SENIORZY kobiety	-50/8, -60/10, -70/10, +70/12
SENIORZY mężczyźni	-60/10, -70/10, -80/12, -90/12, +90/14
SENIORZY STARSI kobiety	-50/8, -60/10, -70/10, +70/12
SENIORZY STARSI mężczyźni	-60/10, -70/10, -80/12, -90/12, +90/14

16. Czas trwania walk:

Kategoria wiekowa	Czas trwania walki
Młodzicy młodsi	1 runda x 1,5 minuty
Młodzicy, kadeci, seniorzy starsi	1 runda x 2 minuty
Juniorzy, seniorzy	2 rundy x 2 minuty (przerwa 30 sekund)

17. Przed każdą konkurencją walk następuje ważenie zawodników. **Każdy zawodnik waży się w doboku, nie ma żadnej tolerancji wagowej.**

18. Każdorazowa zmiana kategorii wagowej zawodnika podczas trwania turnieju wiąże się z dyskwalifikacją lub opłaceniem kary w wysokości podwójnej opłaty startowej. Trenerze! Waż zawodnika osobiście w sekcji !!!

19. Każdy z zawodników może startować w walce w formie przerywanej albo w formie ciągłej, w każdej z tych formuł tylko w jednej kategorii wagowej zgodnie z wymaganym stopniem:

- punkt-stop - minimum 16 cup,
- ciągła - minimum 12 cup.

**19a. Nie dopuszcza się startu w obu tych formułach na jednym turnieju.**

**19b. Zawodnicy startują w systemie pucharowym.**

**19c. W przypadku trzech zawodników w drabince startują oni w systemie każdy z każdym.**

20. Walki ciągłe punktuje 3 sędziów zgodnie z ustawieniem z Podstawowych Procedur Sędziowskich (PPS).

**20a. Dla wzmocnienia i zwizualizowania minus punktów za zbyt twardy kontakt stosujemy PROCEDURĘ NADMIERNEGO KONTAKTU czyli kartki żółte i czerwone. Powinny one znajdować się w widocznym miejscu na każdym stoliku.**

**20b. Po przyznaniu żółtej kartki umieszczamy ją pod punktownikiem po właściwej stronie.**

21. We wszystkich konkurencjach obowiązuje podział na płec żeńską i męską z wyjątkiem układów formalnych DR.

22. Układy formalne indywidualne: zgłoszenia następują zgodnie z posiadany stopniem bez względu na kategorię wiekową. W przypadku łączenia zawodnicy robią układ najwyższy z możliwych w danym przedziale.

23. Integralną częścią niniejszego regulaminu jest załącznik „Tul w PFRT”.

Sortowanie tul wg schematu w systemie	
Brak pasa, 20, 19, 18, 17 cup	Wszystkie pasy białe
16, 15, 14, 13 cup	Wszystkie pasy żółte
12, 11, 10, 9 cup	Wszystkie pasy zielone
8, 7, 6, 5 cup	Wszystkie pasy niebieskie
4, 3, 2, 1 cup	Wszystkie pasy czerwone
1 dan i wzyż	Wszystkie pasy czarne

24. W układach formalnych drużynowych miasto/miejscowość wystawia 3-5 zawodników bez podziału na płec i stopień. Podział na wiek: M, K - razem, J, S, SS - razem.

25. Testy siły. Mężczyźni i kobiety: zgodnie z komunikatem lub decyzjami z zawodów.

26. Techniki specjalne. Mężczyźni i kobiety: zgodnie z komunikatem lub decyzjami z zawodów.

27. W razie remisu we wszystkich rodzajach walk dogrywka 1 minuta.

28. Dozwolone miejsca trafień w punkt-stop i ciągłej: głowa (przód i boki), tułów (przód i boki). W bong matsogi: głowa (cała), tułów (przód i boki), nogi (całe).

**28a. Zawodnik uderza maksymalnie 4 technikami ręcznymi pod rząd, później musi nastąpić minimum jedno kopnięcie lub przerwanie akcji. Jeśli nie następuje, sędzia przerywa walkę i zawodnik otrzymuje ostrzeżenie.**

29. W systemie trójkowym w BONG MATSOGI jeden sędzia sędziuje wszystkie walki w danej trójce.

30. Punkty w walce w formule punkt-stop i ciągłej:

1 pkt.	Za technikę ręczną na twarz lub tułów, z ziemi i z wysokości
2 pkt.	Za technikę nożną w tułów z ziemi i z wysokości
3 pkt.	Za technikę nożną na twarz z ziemi i z wysokości, <b>za technikę nożną obrotową na tułów.</b>
4 pkt.	<b>Za technikę nożną obrotową na twarz.</b>

31. Dozwolone są wszystkie kopnięcia z wyjątkiem ciosów kolanem. Wśród technik ręcznych ciosy proste i ciosy Dung Joomuk, ale bez obrotów.

32. Nie wolno przyznać jednocześnie kary i punktu temu samemu zawodnikowi.

33. Punkty w walce miękkim kijem (z ziemi i z wysokości):

2 pkt.	Głowa
1 pkt.	Tułów
1 pkt.	Nogi

34. Dwa ostrzeżenia to minus punkt.

35. Sędzia planszowy kończy walkę przed czasem jeśli w formule punkt-stop przewaga wyniesie 10 pkt.

36. W przypadku remisu przyznane ostrzeżenie ani nie wygrywa ani nie przegrywa walki.

37. W układach formalnych IND 1 lub 3 sędziów ocenia zawodników w systemie pucharowym. W układach formalnych DR 5 sędziów ocenia zawodników w systemie punktowym.

38. Testy siły i techniki specjalne ocenia 2 sędziów: złamanie 2 pkt., pęknięcie 1 pkt.

39. Po każdym starcie zawodnik wygrany podchodzi z sędzią do stolika celem przepisania do dalszej części drabinki.

40. WALKI DRUŻYNOWE są rozgrywane tylko na MISTRZOSTWACH POLSKI po zakończeniu rywalizacji indywidualnej, tylko w formule ciągłej dla juniorów i seniorów i tylko w formule przerywanej dla młodzików i kadetów.

41. Obowiązuje podział na kategorie wagowe, ale niezbędna jest praca sekundanta-trenera (szczególnie każdorazowo przed rozpoczęciem rywalizacji).

42. Podział: ilość zawodników w drużynach jest zgodna z ilością kategorii wagowych w poszczególnych kategoriach wiekowych.

43. Drużyny mogą być niekompletne na zasadach walkowera.

44. Drużyny zgłaszamy telefonicznie.

45. Wszystkie drużyny muszą być od jednego trenera, dopuszcza się więcej niż jedną drużynę z danej kategorii wiekowej.

46. Możliwe są oficjalne odwołania od decyzji sędziowskich. Przed jego złożeniem u szefa maty należy wnieść opłatę w wysokości 500 zł.

47. W zawodach nie mogą brać udziału instruktorzy PFRT, którzy aktualnie prowadzą grupy szkoleniowe.

48. Za bezpieczeństwo na macie i 1,5 m wokół niej odpowiada sędzia – szef maty.

49. Jeśli na zawodach nie będzie trenera, to zawodnicy z jego sekcji nie mogą wziąć udziału w tym turnieju. Obowiązuje zakaz dopisywania zawodników do innych sekcji.

**50. Żaden zawodnik nie może posiadać sekundanta.**

**51. Jeśli zawodnik potrzebuje pomocy podczas walki otrzymuje ją od sędziego planszowego i opieki medycznej (w razie potrzeby). Decyzję o kontynuacji walki po kontuzji lub złym samopoczuciu podejmuje opieka medyczna.**

**52. Jeśli zawodnik nie walczy (nie jest w trakcie danej konkurencji) i potrzebuje pomocy musi to zgłosić do jakiegokolwiek stolika sędziowskiego lub opieki medycznej.**

Inne informacje dotyczące przebiegu rywalizacji sportowej w PFRT znajdują się w załączniku Podstawowe Procedury Sędziowskie w PFRT, w załączniku Tul w PFRT oraz w Regulaminie Powoływania Kadry PFRT.

**Pozostałe ważne decyzje podejmuje szef maty. Decyzje te nie mogą pozostawać w sprzeczności z niniejszym regulaminem i innymi zasadami w PFRT.**