

5. NOV  
2023



CHAMPIONNAT & CRITÉRIUM IDF  
T A E K W O N D O  
POOM 품 SAE

INDIVIDUEL | PAIRE | ÉQUIPE | FREESTYLE  
STADE PIERRE DE COUBERTIN  
P A R I S

[www.taekwondo-idf.com](http://www.taekwondo-idf.com)



ENTRÉE  
GRATUITE

Credits photos : LIFTDA / Edoile DUBEROS - Création graphique : Sylvie SORANZO-MARCHAIS TOP IT





## INFORMATIONS GÉNÉRALES

- **Date** : Dimanche 5 Novembre 2023
- **Lieu** : Stade Pierre de Coubertin  
82 avenue Georges Lafont 75016 Paris
- **Cloture des inscriptions** : Dimanche 22 Octobre 23h59
- **Accréditations** : Délivrées le jour même sur place à partir de 8h15
- **Prix des inscriptions** :

Championnat	15€
Critérium	10€
Coaches	gratuit

**! TOUTE INSCRIPTION HORS DELAIS SERA E DE 100%  
LA LIGUE SE RÉSERVE LE DROIT D'ACCEPTER OU DE REFUSER LES  
INSCRIPTIONS HORS DÉLAIS.**



## MODALITÉS D'INSCRIPTION

Les clubs devront effectuer les inscriptions de l'ensemble de leurs coachs et athlètes sur le site internet : <https://www.martial.events/fr>

Ils devront également régler les frais d'inscriptions de 15€ (Championnat) ou 10€ (Critérium) par participation (Individuel, paire ou team) avant la fin inscriptions

Ainsi, les inscriptions, comme le paiement sont à effectuer directement sur le site : <https://www.martial.events/fr>

**Fin des inscriptions : Dimanche 22 Octobre 2023 à 23h59**

### Conditions de Participation

#### Critérium

Keups et jusqu'à 2e Dan à [l'exception des médaillés aux championnats de France & Championnat IDF](#)

Tenue : dobok blanc col blanc pour les keups et col noir pour les Dan + Ceinture

#### Championnat

À partir de ceinture rouge 3e keup

Tenue : Dobok blanc col blanc pour les keups et col noir pour les Dan + Ceinture

ou Dobok poomsae :

- Catégorie **Cadets** : veste blanche col noir - Féminines : Pantalon rouge, - Masculins : pantalon bleu
- Catégories **Juniors, Seniors et Masters 1 (U50)** : veste blanche col noir - Féminines : Pantalon bleu clair - Masculins : pantalon bleu marine
- Catégories **Masters 2 et 3 (+ 50)** : - masculins et féminines : Pantalon bleu foncé - veste or

### Rappel des pièces à fournir lors du retrait des accréditations

#### Athlètes

#### Coachs

Passeport Sportif

Licence fédérale de la saison en cours

Certificat Médical tamponné sur le passeport

Autorisation parentale pour les mineurs





## RÈGLEMENT DE LA COMPÉTITION

### Système par tour (Championnat)

1er tour (1 poomsae)	Demi-Finale (2 Poomsaes)	Finale (2 Poomsaes)
si $\geq 20$ athlètes	50% des meilleurs du premier tour	8 meilleurs de la demi-finale

Les Poomsaes à réaliser durant le premier tour, la demi-finale et la finale seront désignés par tirage au sort, la veille de la compétition en présence d'un officiel de la FFTDA et du Responsable de la Compétition. L'ordre de passage des participants par catégorie sera déterminé par tirage au sort.

### Système par élimination directe (Critérium)

Finale							
demi-finale				demi-finale			
quart de finale		quart de finale		quart de finale		quart de finale	
8e de f.	8e de f.	8e de f.	8e de f.	8e de f.	8e de f.	8e de f.	8e de f.
Etc...							

**Individuels** : Les poomsaes à réaliser de chaque tour seront désignés par tirage au sort, la veille de la compétition en présence d'un officiel de la F.F.T.D.A. et du responsable de la compétition. 2 Poomsaes présentés par tours, en cas d'égalité, un 3e poomsae sera présenté. Les poomsaes seront effectués par les deux compétiteurs en même temps.

**Paires & Equipe** : Les poomsaes à réaliser seront au choix parmi les proposés dans les catégories correspondantes (tableau page suivante). 1 poomsae présenté par passage, une équipe/paire après l'autre.

**Les poomsaes imposés de chaque tour seront tirés au sort Vendredi 3 Novembre 2023**

### Dobok

Seul les athlètes diplômés d'un Dan Fédéral sont autorisés à porter un dobok col noir avec une ceinture noire (pas de ceinture rouge et noire dite « poom ») Les athlètes Keup devront se vêtir d'un dobok col blanc et ceinture de couleur.

  
MINISTÈRE  
DES SPORTS  
ET DES JEUX OLYMPIQUES  
ET PARALYMPIQUES



Au regard de la loi définie dans le Code du Sport [Articles L223-1 et L223-2] et du règlement de compétition FFTDA [Article 2.6.5 alinéa 4 et Article 2.6.7 alinéa 6], aucun couvre chef ou signe religieux ostentatoire ne sera toléré sur le plateau des compétitions organisées par la LIFTDA.



# LIFTDA

Ligue Ile de France de Taekwondo et Disciplines Associées



CATÉGORIES		SEXE	ANNÉES DE NAISSANCE	POOMSAES POTENTIELS À PRÉSENTER			
				CHAMPIONNAT	A CRITÉRIUM	B	
P O O M S A E	I N D I V I D U E L	Benjamin	F / M	2015 à 2016			
		Minime	F / M	2013 à 2014			
		Cadet	F / M	2010 à 2012			4 Jang à Keumgam
		Junior	F / M	2007 à 2009			4 Jang à Taebaek
		- 30 ans	F / M	1994 à 2006			6 Jang à Shipjin
		- 40 ans	F / M	1984 à 1993			
		- 50 ans	F / M	1974 à 1983			8 Jang à Chonkwon
		- 60 ans	F / M	1964 à 1973			Koryo à Hansu
		- 65 ans	F / M	1963 à 1959			
		+ 65 ans	F / M	1958 et avant			
I M P O S É	P A I R E	Cadet	Mixte	2010 à 2012	4 Jang à Keumgam	4 à 7 Jang	1 à 3 Jang
		Junior	Mixte	2007 à 2009	4 Jang à Taebaek		
		- 30 ans	Mixte	1994 à 2006	6 Jang à Shipjin		
		+ 30 ans	Mixte	1993 et avant	8 Jang à Chonkwon		
	T E A M	Cadet	Mixte	2010 à 2012	4 Jang à Keumgam	4 à 7 Jang	1 à 3 Jang
		Junior	Mixte	2007 à 2009	4 Jang à Taebaek		
		- 30 ans	Mixte	1994 à 2006	6 Jang à Shipjin		
+ 30 ans		Mixte	1993 et avant	8 Jang à Chonkwon			
F R E E S T Y L E	I N D.	- 17 ans	F / M	2007 et après	<p><b>Figures à réaliser dans l'ordre chronologique</b></p> <p>1 coup de pied sauté latéral</p> <p>Enchaînement de 3 coups pieds sautés frontaux (minimum)</p> <p>3 steps qui lancent l'enchaînement varié de coup de pieds</p> <p>1 coup de pied circulaire sauté</p> <p>Enchaînement acrobatique avec minimum 1 coup de pied</p> <p style="text-align: center;">!</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tous les coups de pieds doivent être au dessus de la ceinture</li> <li>• La musique doit strictement durer entre 90 et 100 secondes</li> <li>• Team : les figures difficiles peuvent n'être réalisées que par un(e) athlète</li> </ul>		
		+ 18 ans	F / M	2006 et avant			
	P A I R E	- 30 ans	Mixte	2007 et après			
		+ 30 ans	Mixte	2006 et avant			
	T E A M	- 17 ans	Mixte	2007 et après			
		+ 18 ans	Mixte	2006 et avant			

Ligue de Taekwondo IDF – 58 Rue Roger-Salengro Immeuble Dolomites, 94120 Fontenay-sous-Bois  
Tel. 01.55.97.27.23 - Site : <http://www.taekwondo-idf.com> - Siret 443 819 149 00 016 - APE 9312Z





## ORGANISATION PRÉVISIONNELLE DE LA COMPÉTITION

### ATTENTION

La Ligue se réserve le droit de modifier les paramètres et/ou le programme ci-dessus en fonction du nombre d'inscrits. Le cas échéant, les nouvelles modalités d'organisation seront annoncées dès le début de la compétition.

### PODIUMS :

**Les Podiums de toutes catégories se feront directement à l'issue des finales.**

### Dimanche 5 Novembre 2023

7h30	Arrivée de l'Équipe IDF, Sécurité, Bénévoles et Juges
8h00	Briefing des Juges
8h15	Délivrance des Accréditations
8h45	Présentation et informations aux compétiteurs
9h00	Début du Championnat
12h15	Début du Freestyle
13h00	Fin prévisionnelle du Championnat - Pause Déjeuner
14h00	Début du Critérium
17h00	Fin prévisionnelle du Critérium et de la journée de compétition