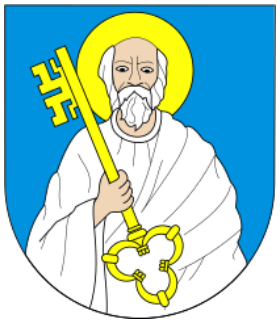
Polski Związek Taekwondo Olimpijskiego
www.pztaekwondo.pl
Warszawa 00-643; ul. Nowowiejska 5/44
tel.: 0 22 840 45 57
e-mail: biuro@pztaekwondo.pl
NIP 779-20-26-124, REGON 430096079

Puchar Polski
POOMSAE
CIECHANÓW



1. **Organizator:** Polski Związek Taekwondo Olimpijskiego
2. **Gospodarz:** Miejskie Ognisko TKKF PROMYK Ciechanów
3. **Termin: 12.04.2026 r.**
4. **Miejsce zawodów:**

Hala WIDOWISKOWO – SPORTOWA ul. 17 Stycznia 60C , 06-400 Ciechanów

5. **Biuro zawodów:**

Hala WIDOWISKOWO – SPORTOWA ul. 17 Stycznia 60C , 06-400 Ciechanów

6. **Osoby funkcyjne:**

- Kierownik Organizacyjny : Paweł Nałęcz, tel.515 132 442 tkkfpromykwp@op.pl
- Dyrektor Zawodów : Mirosław Furman
- Sędzia główny : GM Cheolin Kang, tel. 506 558 421
- Biuro zawodów : Katarzyna Skarżyńska tel. 698 178 577

7. **Warunki uczestnictwa :**

W zawodach mogą wziąć udział zawodniczki i zawodnicy klubów spełniający następujące warunki:

Aktualna licencja klubowa na współzawodnictwo i zawodnicza PZTO na 2026 r.,

Aktualne badania lekarskie (książeczka sportowo-lekarska lub zaświadczenie o zdolności do startu w zawodach taekwondo) Wszyscy zawodnicy muszą posiadać ubezpieczenie indywidualne lub Klubowe od NNW .

Organizator nie ponosi odpowiedzialności za nieszczęśliwe wypadki związane

z uczestnictwem w zawodach i konsekwencje wynikające z braku obowiązkowego

ubezpieczenia.

Wymagania z regulaminów PZTO:

Kategoria wiekowa	Minimalne wymagania stopnia
Dziecko do 9 lat	Minimum 9 KUP
Młodzik (10 – 11 lat)	Minimum 8 KUP
Kadet (12 – 14 lat)	Minimum 7 KUP
Junior (15 – 17 lat)	Minimum 6 KUP
Senior 18 +	Minimum 5 KUP

8. **Wymagania dotyczące ubioru :**

Zawodnicy zobowiązani są posiadać strój zgodny z regulaminami PZTO/WT do konkurencji POOMSAE (UNIFORM). Dopuszczalny jest biały strój DOBOK .

zawodnicy 10-1 kup

- Mężczyźni (biała bluza, białe spodnie, biała kryza)
- Kobiety (biała bluza, białe spodnie, biała kryza)

Zawodnicy z kategorii KADET

- Mężczyźni (biała bluza, niebieskie spodnie, czerwono-czarna kryza)
- Kobiety (biała bluza, czerwone spodnie, czerwono-czarna kryza)

Zawodnicy z kategorii JUNIOR i SENIOR U30 do U50

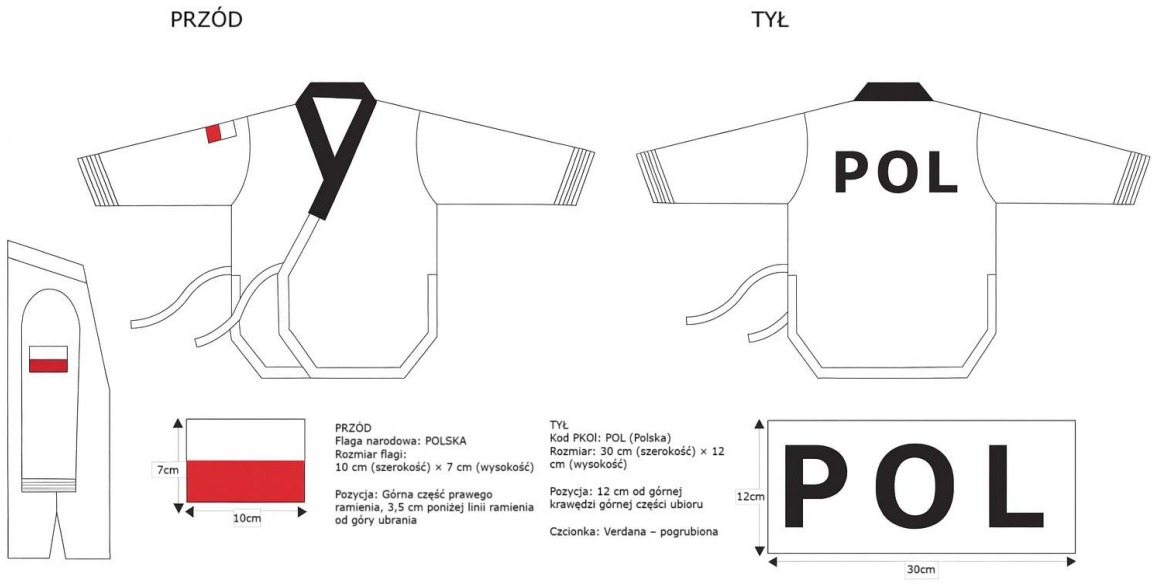
- Kobiety (biała bluza, jasne niebieskie spodnie, czarna kryza)
- Mężczyźni (biała bluza, granatowe spodnie, czarna kryza)

Zawodnicy z kategorii U60 +

- Kobiety (złota bluza, granatowe spodnie, czarna kryza)
- Mężczyźni (złota bluza, granatowe spodnie, czarna kryza)

Zawodnicy ze stopniem DAN – Master i Grand Master

- Mężczyźni ,Kobiety (żółta bluza, czarne spodnie, czarna kryza)



Oznaczenia kraju **POL** dozwolone są wyłącznie dla członków Kadry Narodowej zatwierdzonych przez Zarząd na dany rok kalendarzowy.

9. **Kategorie wiekowe POOMSAE indywidualne z podziałem na płeć :**

Kategoria	Wiek
DZIECKO	Do 9
MŁODZIK	10-11
KADET	12-14
JUNIOR	15-17
SENIOR U30	18-30
SENIOR U40	31-40
SENIOR U50	41-50
SENIOR U60	51-60
SENIOR U65	61-65
SENIOR U65+	66 +

10. **Kategorie PARA POOMSAE indywidualne z podziałem na płeć:**

Obowiązkowe układy poomsae wykonywane na Pucharze Polski w Taekwondo Olimpijskim dla osób niepełnosprawnych w stopniu lekkim.

Kategoria	I Runda 2 Poomsae	II Runda 2 Poomsae
Do lat 14 K/M	X	X
15 – 17 lat K/M	X	X
18- 30 lat K/M	X	X
31 lat plus K/M	X	X

(X) Zawodnicy i zawodniczki wykonują poomsae wymagane na posiadany stopień + jedno poomsae, wybrane przez zawodnika z zakresu 1-8: IL Jang - Pal Jang

11. System rozgrywania zawodów

Zawody będą rozgrywane z wykorzystaniem Taekwondo Poomsae Scoring WOORI SPORTS System.

Metody rozegrania poszczególnych kategorii wiekowych zgodnych z obowiązującym regulaminem PZTO - System Cut -Off .

12. Zakres obowiązujących POOMSAE do kategorii wiekowych

l.p.	Kategoria wiekowa	Eliminacje	Półfinał	Finał
1	Dzieci do 9 lat	Taegeuk (1)	Taegeuk (2)	Taegeuk (1) Taegeuk (2)
2	Młodzik 10-11 lat	Taegeuk (1)	Taegeuk (2)	Taegeuk (2) Taegeuk (3)
3	Kadet 12-14 lat	Taegeuk (3)	Taegeuk (4)	Taegeuk (5) Taegeuk, (6)
4	Junior 15-17 lat	Taegeuk (6)	Taegeuk (7)	Taegeuk (8) Taeguk KORYO
5	Senior I 18-30 lat	Taegeuk (8)	Poomsae KORYO	Poomsae KEUMGANG Poomsae TAEBEK
6	Senior II 31-40 lat	Taeguk KORYO	Poomsae KEUMGANG	Poomsae TAEBEK Poomsae PYONGWON
7	Masters I 41 – 50 lat	Taegeuk PAL JANG	Poomsae TAEBEK	Poomsae PYONGWON Poomsae SIP JIN

8	Masters II 51-60 lat	Poomsae TAEBEK	Poomsae KEUMGANG	Poomsae KORYO Poomsae PYONGWON
9	Masters III 61-65 lat	Poomsae Taebek	Poomsae SIP JIN	Poomsae KEUMGANG Poomsae JITAE
10	Masters IV 66+ lat	Poomsae KEUMGANG	Poomsae PYONGWON	Poomsae KEUMGANG Poomsae HANSU

13. Opłaty startowe

Opłata startowa wynosi **150 zł** od osoby uczestniczącej w konkurencji indywidualnej
Opłaty należy wnosić na konto **TKKF Promyk Ciechanów** do dnia 03.04.2026 r. po tym terminie opłata dodatkowa 30 zł od zawodnika.

Numer konta: 44 1600 1462 1807 7080 3000 0002
ul. 17 Stycznia 56, 06-400 Ciechanów

Tytuł wpłaty: „nazwa klubu – wpisowe PPP 2026 oraz ilość zawodników"

Dowód wpłaty należy okazać podczas rejestracji w biurze zawodów.
W uzasadnionych przypadkach możliwe będzie dokonanie opłaty startowej w biurze zawodów podczas rejestracji.

14. Zgłoszenia

Zgłoszenia zawodników do konkurencji indywidualnych, kluby dokonują elektronicznie, za pośrednictwem platformy **SPORT ZONA** ostatecznie do dnia **03.04.2026 roku do godz. 23:59**.

Kluby zgłaszające zawodników niepełnosprawnych powinni posiadać również zaświadczenie o posiadanym stopniu niepełnosprawności swoich zawodników.

Kierownik drużyny zobowiązany jest dostarczyć oryginał zgłoszenia (podpisany przez prawnego przedstawiciela klubu) oraz potwierdzenie dokonania opłaty w biurze zawodów, podczas rejestracji.

15. Nagrody

- Medale i dyplomy za miejsca 1 – 4 .Wręczenie medali, odbędzie się na zakończenie zawodów oddzielna ceremonia.
- Puchary dla najlepszego technika w kategorii mężczyzn i kategorii kobiet z kategorii KADET – JUNIOR – SENIOR U30 – SENIOR U40
- Organizator przewiduje nagrodę rzeczową dla najlepszych zawodników kategorii KADET, JUNIOR, SENIOR U30 – miejsca 1-4.

16. Sędziowie

Sędziowie otrzymują powołania do sędziowania zawodów z biura PZTO. Informacje organizacyjne otrzymują powołani sędziowie od gospodarza turnieju. Na zawody powoływani są sędziowie PZTO z aktualną licencją na 2026 r

17. Program zawodów

- Rejestracja zawodników - od godziny 08:30 do 9:30
- Odprawa techniczna sędziów i kierowników drużyn godzina 9:30-9:45
- Oficjalne otwarcie godzina 10:00
- Rozpoczęcie zawodów godzina 10:30
- Ceremonia wręczenia medali, pucharów, nagród 16:00
- Wspólne zdjęcia zawodników, trenerów i sędziów. 17:00
- Zakończenie zawodów godzina 17:20

Biuro Pucharu Polski Poomsae

ORGANIZATOR ZASTRZEGA SOBIE MOŻLIWOŚĆ DOKONANIA KOREKT CZASOWYCH POWYŻSZEGO HARMONOGRAMU INFORMUJĄC BEZPOŚREDNIO W TRAKCIE ZAWODÓW