

# 3<sup>de</sup> editie Open Hanmadang Chin Do Jang Gent 2017

## Sporthal Bourgoyen, Driepikkelstraat 30, 9030 Mariakerke-Gent

Zaterdag 8 april 2017

**Organisatie:** Chin Do Jang Gent, onder auspiciën van de Vlaamse Taekwondo Bond vzw.

**Reglementen:** Volgens het VTB/Kukkiwon reglement (zie [Hanmadang reglement VTB](#)). Sommige reglementen in deze uitschrijving kunnen afwijken van het officiële Kukkiwon Hanmadang Reglement, de aanpassingen werden goedgekeurd door de Hanmadang commissie. Voor elke discipline moet een minimum aantal van 4 deelnemers, paren of teams aanwezig zijn. Indien dit niet het geval is, zullen groepen in bepaalde disciplines worden samengevoegd of kan de discipline eventueel geannuleerd worden.

**Leeftijdsklassen:** De leeftijdsklasse wordt bepaald volgens het geboortjaar.

### Individuele disciplines

1. tem 9 jaar : junior I
2. 10 tem 12 jaar : junior I
3. 13 tem 15 jaar : junior III
4. 16 tem 18 jaar : junior IV
5. 19 tem 29 jaar : senior I
6. 30 tem 39 jaar : senior II
7. 40 tem 49 jaar : senior III
8. 50 tem 59 jaar : master I
9. 60 jaar en ouder : master II

### Paar- en groepsdisciplines

1. tem 9 jaar : junior I
2. 10 tem 12 jaar : junior II
3. 13 tem 15 jaar : junior III
4. 16 tem 18 jaar : junior IV
5. 19 tem 29 jaar : senior I
6. 30 jaar en ouder : senior II

**Disciplines:** De Open Hanmadang Chin Do Jang Gent zal bijna alle officiële Hanmadang disciplines bevatten.

- **Individueel authorized poomse** : reglementen volgens het officieel poomse reglement. Taegeuks/poomses zelf te kiezen! Slechts 1 voorronde!!
- **Paar authorized poomse**: geslacht al dan niet gemengd , reglementen volgens het officieel poomse reglement. Taegeuks/poomses zelf te kiezen! Slechts 1 voorronde!!
- **Team authorized poomse**: 3 - 5 deelnemers, geslacht niet opgelegd. Er kunnen dus teams bestaande uit enkel dames uitkomen tegen teams bestaande uit enkel heren binnen dezelfde categorie. Reglementen volgens het officieel poomse reglement. Taegeuks/poomses zelf te kiezen! Slechts 1 voorronde!!
- **Creative poomse**: enkel in groep, 3 - 5 deelnemers, duur tussen 60 en 70 seconden. Volgende technieken zijn verplicht om tijdens deze discipline te tonen, en dienen te worden uitgevoerd door iedereen :
  - 2 x 2 of meer yeops.
  - 2 gesprongen yeops.
  - 2 dwits
  - 2 gedraaide trappen (= tolken = dolgaechagi = tornado kick).
  - 2 momdollyos (= spinning kick).
  - Optioneel : 2 gesprongen momdollyo 540° (niet voor -12 jarigen) ; deze techniek is niet verplicht en dient niet door iedereen uitgevoerd te worden!
- **Krachtbreektesten**:
  - Minimum 18 jaar en minimum 6e kup.
  - Krachtbreektest uit te voeren binnen de 20 seconden na aanvang.
  - Krachtbreektest meshand wordt uitgevoerd met tegelpannen.
  - Krachtbreektest vuist wordt uitgevoerd met dakpannen.
  - Krachtbreektest met voet (yeop chagi en dwit chagi) wordt uitgevoerd met houten planken van 2 cm.
  - Er is geen voorselectie, iedere deelnemer neemt onmiddellijk deel aan de finale.

- **All-round breaking:** breektesten uitgevoerd door één persoon, gedurende maximum 50 seconden waarbij een minimum aantal van 7 en een maximum aantal van 10 planken van 1 cm moeten gebroken worden. Maximum 15 assistenten mogen het breekmateriaal vasthouden.
- **Zelfverdediging:** 3 – 7 deelnemers. Dit is hosinsul als groepsdiscipline binnen een tijd van maximum 1 minuut.
- **Taekwondo aerobics:** 3 – 9 deelnemers. Dit zijn taekwondotechnieken in harmonie met turnoefeningen en muziek. Volgende technieken moeten verplicht getoond worden:
  - 2 x 2 of meer yeops.
  - 2 dollyos op hoofdhoogte.
  - 2 dwits.
  - 2 gedraaide trappen (= tolken = dolgaechagi = tornado kick).
  - 2 momdollyos (= spinning kick).
  - 2 acrobatische bewegingen. Deze moeten niet door iedereen worden uitgevoerd.
- **Recording contests**
  - Hoogtesprong: zo hoog mogelijk een plankje van 1 cm breken. Men krijgt 3 pogingen.
  - Vertesprong: zo ver mogelijk een plankje breken terwijl men in de lucht hangt, nadat men over een hindernis is gesprongen. Men krijgt drie pogingen.
  - Momdollyo: zoveel mogelijk plankjes van 1 cm breken met momdollyo chagi binnen een periode van 20 seconden. De plank moet hoger zijn dan het bekken.
- **Team competitie:** 4 – 11 deelnemers. Zeven verschillende disciplines moeten door het team worden uitgevoerd binnen een tijdsbestek van 5 minuten en 30 seconden. De volgorde van de disciplines is willekeurig, maar moet wel op voorhand door het team aan de organisatie worden bezorgd.  
 Volgende disciplines moeten worden uitgevoerd:
  - Creatieve poomse.
  - Zelfverdediging.
  - Single jump breaking.
  - Multi-target breaking (= moving multi-direction breaking).
  - Spinning breaking (horizontaal én verticaal).
  - Creative breaking.
  - Power breaking.

Alle disciplines en quoteringen zijn in detail terug te vinden in het document [Hanmadang disciplines VTB](#). Filmpjes van voorbeelden zijn terug te vinden via [deze webpagina](#). Volg ook de [facebook hanmadang pagina](#).

**Registratie:** Ter plaatse van 08u00 tot 09u00.

**Aanvang:** Wedstrijden beginnen om 10u00.

**Inschrijvingen:** Enkel voorinschrijvingen worden aanvaard.  
**Iedere deelnemer kan maximaal deelnemen aan twee disciplines!!!**  
 Inschrijvingsgelden over te schrijven op de rekening van Chin Do Jang Gent,  
**IBAN : BE93 8915 8419 7967 (BIC: VDSPBE91)**  
**Mededeling :** 3<sup>de</sup> Open Hanmadang CDJ Gent 2017 + naam van de club.  
 Graag het betalingsbewijs meebrengen naar de wedstrijd aub.  
 Voorinschrijvingen gebeuren via bijgevoegde spreadsheet. Inschrijvingen worden gestuurd naar [hanmadangbelgianopen@gmail.com](mailto:hanmadangbelgianopen@gmail.com) .  
**Deadline inschrijvingen: zondag 26 maart 2017.**  
 Maximum 250 inschrijvingen. 1 coach per 5 deelnemers gratis. Er wordt 5 €garantie per coach kaart gevraagd.

**Inschrijvingsgelden:** Het inschrijvingsgeld verschilt naargelang de discipline:

- Individueel authorized poomse : 15 €per persoon.
- Paar authorized en creatieve poomse: 25 €per paar.
- Team disciplines (authorized poomse, creative poomse, zelfverdediging, taekwondo aerobic, team demo): 35 €per team.
- Krachtbreektesten: 15 €pp.
- All-round breaking en recording contests: 20 €pp.

De prijs is inclusief het breekmateriaal.

**Toeschouwers:** 5€inkom. Kinderen –12 jaar gratis.

**Prijzen:** Individueel: 1<sup>e</sup>, 2<sup>e</sup> en twee 3<sup>e</sup> plaatsen.

**Inlichtingen:** Chindojang Gent  
Veronique Casters  
E-mail: [hanmadangbelgianopen@gmail.com](mailto:hanmadangbelgianopen@gmail.com)  
Tel.: +32 495 63 94 82