



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE TAEKWON-DO I.T.F.

PERSOANĂ JURIDICĂ DE DREPT PRIVAT, DE UTILITATE PUBLICĂ

Adresa Loc. Călan, str. Braduși, bl. 15, sc. A, ap. 12, jud. Hunedoara
Cod Fiscal 13295884
C.I.S. 0001867
Cont RON RO37 RNCB 0106 0266 0838 0004
Cont EURO RO91 RNCB 0106 0266 0838 0002
E-mail president@taekwondo-itf.ro, secretary@taekwondo-itf.ro
Telefon +40 766 800 330
Web www.taekwondo-itf.ro



REGULAMENTUL DE COMPETIȚIE TAEKWON-DO I.T.F DIN ROMÂNIA

V4.1 – 16.12.2025

CUPRINS

ART. 1.	APLICABILITATE.....	4
ART. 2.	DEFINIȚIA COMPETIȚIEI	4
ART. 3.	MODIFICAREA REGULAMENTULUI	4
ART. 4.	Oficialii competiției sunt următorii.....	4
ART. 5.	Componența consiliilor ringului	5
ART. 6.	Concurenții	6
6.1	Probele de concurs.....	7
6.1.1	Tull individual (M/F).....	7
6.1.2	Tull echipă (M/F)	7
6.1.3	Luptă individual (M/F).....	8
6.1.4	Luptă echipă (M/F)	8
6.1.5	Tehnici speciale individual (M/F).....	8
6.1.6	Tehnici speciale echipă (M/F)	9
6.1.7	Spargerii forță individual (M/F)	9
6.1.8	Măsurarea forței individual – sistem dinamometru (M/F).....	9
6.1.9	Spargerii forță echipă (M/F).....	9
6.1.10	Luptă tradițională (M/F/mixt M-F).....	9
6.1.11	Speed kick (M/F).....	9
ART. 7.	Echipamentul de concurs, protecție și siguranță a sportivilor	10
ART. 8.	Îndatoririle sportivilor în sala de competiții	12
ART. 9.	Îmbrăcămintea oficială a arbitrilor și oficialilor.....	12
ART. 10.	Comportamentul arbitrilor și oficialilor.....	13
ART. 11.	Asistența medicală.....	13
ART. 12.	Responsabilitatea pentru rănire și asigurarea competitorilor	13
ART. 13.	Obligativitatea pentru organizatorul de competiții	13
ART. 14.	Spațiul de concurs (ringul)	14
ART. 15.	Afișarea grilelor și înregistrarea rezultatelor.....	16
ART. 16.	Delegați.....	16
ART. 17.	Antrenori, instructori.....	16
ART. 18.	Premieri	17
ART. 19.	Clasamentul general al echipelor	18

ART. 20.	Secțiunile concursului.....	18
ART. 21.	Ordinea secțiunilor concursului.....	18
ART. 22.	Verificarea greutății sportivilor	19
ART. 23.	Tragerea la sorți și ordinea intrării în competiție.....	19
ART. 24.	Anunțurile	21
ART. 25.	Curtoazie.....	21
ART. 26.	Terminologia oficială a arbitrilor	22
ART. 27.	Grupuri.....	22
ART. 28.	Grile de concurs – eliminări	22
ART. 29.	Durata întâlnirilor	23
ART. 30.	Zone de țintă la secțiunea Luptă	24
ART. 31.	Puncte acordate și desemnarea câștigătorului la secțiunea Tull (individual și echipă), Luptă (individual și echipă), Tehnici Speciale, Sparger Fortă și Luptă Tradițională..	24
31.1	TULL INDIVIDUAL – CRITERIILE DE SCĂDERE A PUNCTAJULUI	24
31.1.1	Se deduc 0.2 puncte pentru fiecare dintre următoarele greșeli:	24
31.1.2	Arbitrii urmează să acorde „0”, doar la nivelul numărul 1, în următoarele cazuri: ...	25
31.2	TULL ECHIPE – CRITERIILE DE SCĂDERE A PUNCTAJULUI	25
31.2.1	Se deduc 0.2 puncte pentru fiecare dintre următoarele greșeli:	25
31.2.2	Arbitrii urmează să acorde „0”, doar la nivelul numărul 1, în următoarele cazuri: ...	26
31.3	LUPTĂ TRADIȚIONALĂ - CRITERIILE DE SCĂDERE A PUNCTAJULUI	30
31.3.1	Deducere de 0,2 puncte pentru:	30
31.3.2	Se vor acorda „0” puncte pentru următoarele greșeli:	30
ART. 32.	Procedee de notare	30
ART. 33.	Descalificări.....	31
ART. 34.	Greșeli (Gam Jum)	32
ART. 35.	Avertismente (Ju Ui)	32
ART. 36.	Rănirile la proba de Luptă.....	33
ART. 37.	Probele la Sparger Fortă / Măsurarea Forței.....	33
ART. 38.	Probele la Tehnici Speciale	35
ART. 39.	Contestația.....	36
ART. 40.	Deciziile contestațiilor	37
ART. 41.	Retragerea echipei.....	37
ART. 42.	Copii ale regulilor de competiție	37

PARTEA I – GENERALITĂȚI

ART. 1. APLICABILITATE

Acest regulament se aplică tuturor competițiilor organizate de către Federația Română de Taekwon-do I.T.F. (denumită în continuare FRTKD ITF), incluzând competițiile cu caracter național (Campionatul Național, Cupa României) și competițiile locale (cupe regionale, cupe de vară, cupe ale orașelor, cupe ale cluburilor, etc.). Regulamentul este valabil pentru toți deținătorii de grade sau clasificări în Taekwon-do I.T.F., indiferent de poziția lor în cadrul FRTKD ITF, adresându-se competitorilor de sex masculin și feminin, juniori III, juniori II sau pre-juniori, juniori I și seniori.

ART. 2. DEFINIȚIA COMPETIȚIEI

Competiția reprezintă o formă organizată de manifestare sportivă, având scopul de a evidenția și compara calitățile fizice, tehnice, psihice și tactice ale sportivilor. Aceasta contribuie la ridicarea nivelului de performanță în Taekwon-do I.T.F. și asigură condiții egale pentru ca participanții să își poată demonstra reciproc calitățile.

ART. 3. MODIFICAREA REGULAMENTULUI

Regulile din acest regulament pot fi modificate de către organizatori doar cu aprobarea Biroului Federal al FR TKD ITF.

ART. 4. OFICIALII COMPETIȚIEI SUNT URMĂTORII

- a) Președintele FRTKD;
- b) Secretarul general al FRTKD;
- c) Vicepreședinții FRTKD;
- d) Delegatul structurii superioare de resort de care aparține FRTKD;
- e) Membrii Biroului Federal;
- f) Directorul de concurs din cadrul FRTKD;
- g) Directorul Colegiului Central al Arbitrilor (CCA);
- h) Membrii Comitetul Executiv de Arbitraj (CExA);
- i) Arbitrii competiției, indiferent de funcția pe linie de arbitraj pe care o ocupă în cadrul concursului și care sunt atestați de către FRTKD.

ART. 5. COMPONENTA CONSILIILOR RINGULUI

- a) Consiliile ringului se compun din maxim trei arbitri, care sunt așezați la masa amplasată în fața ringului unul dintre aceștia fiind operator la calculator. Dintre ei, cel care este așezat la mijloc este Președintele Juriului, care va da decizia finală, precum și decizia în caz de neînțelegeri sau contestații.
- b) La probele de **Tull** și **Luptă Tradițională**, pe lângă cei 3 arbitri menționați la punctul a) se vor mai găsi 2 arbitri responsabili cu verificarea echipamentelor de protecție, și 5 arbitri, așezați pe scaune, orientați cu fața spre ring și cu spatele la masa Președintelui Juriului. Distanța dintre cei 5 arbitri va fi de minim 1,5 m. Arbitrul situat la mijloc va da comenzile către sportivi. Dacă numărul arbitrilor nu este suficient, se pot folosi 3 arbitri în loc de 5.
- c) La proba de **Luptă**, pe lângă cei 3 arbitri menționați la punctul a) se vor mai găsi 2 arbitri responsabili cu verificarea echipamentelor de protecție, și 4 arbitri așezați pe scaune, în colțurile ringului (arbitri de colț), orientați cu fața spre ring, care vor efectua punctaje pe sistemul electronic de arbitraj, precum și 3 arbitri de centru, care pot ajuta prin sistemul de rotire a arbitrilor pe colț. Arbitrul de centru se poziționează în interiorul ringului și va conduce meciul. Arbitrul de centru trebuie să fie orientat în așa fel încât să observe mișcările sportivilor dar să aibă în permanență contact vizual cu Președintele Juriului; *Dacă numărul arbitrilor nu este suficient, se pot folosi 3 arbitri în loc de 4.*
- d) La probele de **Tehnici Speciale** și **Sparger**, „inclusiv **Măsurarea Forței - sistem dinamometru**” consiliile ringului sunt alcătuite din 7 arbitri, astfel: 1 Jury President, 1 Jury member / registrator / operator IT, 3 arbitri de decizie și 2 arbitri responsabili cu verificarea echipamentelor de protecție. În cazul în care la aceste probe sunt disponibile fie 5 aparate diferite, fie 1 aparat, deciziile se vor lua de 3 arbitri, dintre care unul va afișa punctajul cu ajutorul unei mape care conține cifre. Acesta este considerat șeful celorlalți 2 arbitri, va da comenzile, va verifica aparatele și plăcile după fiecare încercare și va ridica stegulețul roșu care comandă pornirea cronometrului de la masa președintelui juriului. Ceilalți doi arbitri vor veghea ca sportivul să nu atingă plăcile sau aparatul la reglarea înălțimii acestuia. Cei trei arbitri decid împreună punctajul arătat în funcție de poziția de gardă înainte și după execuție, corectitudinea execuției, a părților anatomice specifice cu care sunt atinse plăcile, poziția finală a plăcilor sau numărul de plăci îndoite/sparte pentru proba respectivă. Deciziile se vor lua în majoritatea simplă de minim 2 arbitri la unul sau în unanimitate. Dacă numărul arbitrilor nu este suficient se pot folosi și mai puțini arbitri.
- e) La proba de **Speed Kick** și **Sparger forță - sistem dinamometru**, Consiliul ringului este format dintr-un arbitru principal, care îndeplinește și funcția de operator de calculator, precum și de alți 2 arbitri, ambii având sarcina de a nota punctele, a centraliza totalul, a da comenzile oficiale și de a verifica echipamentul sportivilor.
- F) Președintele Juriului este singurul dintre oficiali care are dreptul să elimine sportivul în afara situației în care acesta se încadrează în articolele 33 și 41 referitor la eliminări. Dacă, în cazul în care se ajunge la aplicarea acestor articole (cu excepția punctului 3 de la art.

33), eliminarea sportivului se va face de către Directorul de Arbitraj la sesizările arbitrilor, sportivul respectiv ajungând și la Comisia de Disciplină care se va autosesiza.

ART. 6. CONCURENȚII

- a) Concurenții se împart în următoarele categorii: Juniori III (de la 6 la 12 ani), Juniori II sau Pre-Juniori (de la 13 la 15 ani), Juniori I (de la 16 la 18 ani), Seniori (peste 19 ani), masculin și feminin. Se iau în considerare anii împliniți sau care urmează să fie împliniți în anul competițional în curs. Sportivii care împlinesc 18 ani în anul competițional în curs sunt considerați pe tot parcursul anului Juniori I. La concurs, competitorii masculini nu pot participa la probele feminine și viceversa, cu excepția probei de Luptă Tradițională, unde sunt permise și echipe mixte.
- b) Concurenții din categoriile Juniori III, Juniori II (Pre-Juniori) și Juniori I, care urmează să împlinească în anul curent vârsta necesară pentru a avansa la categoria superioară de vârstă, pot opta fie să rămână în categoria lor curentă, fie să concureze în categoria superioară de vârstă pentru competiția respectivă. Scopul principal al acestei opțiuni este de a se califica la lotul național pentru competițiile internaționale din anul următor.
- c) Concurenții **JUNIORI III și II** pot participa la **probe individuale și pe echipă, principale și conexe** și se împart pe categorii de vârstă și de greutate la **proba de luptă** și pe categorii de vârstă și de grade la **proba de Tull**, pe vârstă la probele de **Tehnici speciale și Măsurarea forței - sistem dinamometru**.
- d) **Probele principale** sunt: tull, luptă, tehnici speciale, spargeri forță / măsurarea forței și luptă tradițională.
- e) **Proba conexă** este: speed kick.
- f) Toți competitorii trebuie să aibă viză medicală emisă **numai** de cabinetele specializate pe medicină sportivă sau de medicul sportiv, indiferent de probele la care concurează. Vizele medicale se fac de două ori pe an, o dată la 6 luni și sunt obligatorii. Totodată sportivii trebuie să fie legitimați la cluburile afiliate și înregistrate la FRTKD, precum și posesori ai diplomelor de centuri colorate eliberate de FRTKD sau de centuri negre eliberate de către I.T.F. și recunoscute de FRTKD. Antrenorul / instructorul este obligat să fie în posesia acestor vize medicale pentru toți competitorii membri ai delegației pe care o reprezintă, având totodată obligația de a prezenta la înscrierea în competiție tabel cu asumarea răspunderii în caz de accidentare.
- g) Pentru a se putea înscrie la competițiile cu caracter național (vezi art.1) sportivii trebuie să fie deținători ai următoarelor centuri minime (recunoscute sau eliberate de FRTKD): 9 Gup - individual, 8 Gup - echipe.
- h) Pentru a fi selecționați în **loturile naționale**, sportivii trebuie să dețină un grad minim de **1 Gup**, urmând ca, până la pregătirea centralizată a lotului național, **să susțină examen** pentru obținerea gradului de **1 Dan**. De asemenea, la aceste competiții, numărul maxim

de competitori pe probă este nelimitat. În anumite cazuri, se poate face excepție de la aceste prevederi, dar numai dacă modificările sunt specificate în invitația de concurs.

- i) Tot pentru selecția pentru loturile naționale, la toate probele de concurs numărul sportivilor trebuie să fie minim 4 pentru a se putea demonstra valoarea sportivului câștigător. În acest caz, sportivii care participă la alte categorii de grade, nu este obligatoriu să fie selecționați în Lotul Național decât dacă într-adevăr au valoare internațională sau dacă antrenorii Lotului Național consideră că acești sportivi sunt de viitor și ar putea obține rezultate la campionatele oficiale internaționale.
- j) De asemenea și la celelalte probe competiționale, dacă numărul sportivilor este mic și categoria respectivă nu este valoroasă, nu este obligatoriu ca sportivii să fie selecționați în loturile naționale.
- k) La competițiile cu caracter local se pot înscrie oricât de mulți competitori, cu condiția să fie posesori ai centurii minime **9 Gup** (alb cu galben) sau în funcție de invitația din partea organizatorului.
- l) Organizatorul poate modifica cu acordul Directorului de Concurs, anumite categorii de greutate sau vârstă, precum și timpii, în limita posibilităților.

6.1 Probele de concurs

6.1.1 Tull individual (M/F)

Seniori (M/F)	19+ ani	9-1 Gup, 1 Dan, 2 Dan, 3, Dan, 4-6 Dan
Juniori I (M/F)	16-18 ani	9-1 Gup, 1 Dan, 2 Dan, 3 Dan
Juniori II (pre-juniori) (M/F)	13-15 ani	9-6 Gup, 5-1 Gup, 1 Dan
	13-15 ani Adapted	9-1 Gup
Juniori III (M/F)	11-12 ani	9-5 Gup, 4-1 Gup
	09-10 ani	9-5 Gup, 4-1 Gup
	06-08 ani	9-1 Gup
	06-12 ani Adapted	9-1 Gup

Probele de Tull Individual Centuri Negre pentru seniori, juniori I și Juniori II (pre-juniori) se vor desfășura în sistemul „fiecare cu fiecare”.

6.1.2 Tull echipă (M/F)

Seniori (M/F)	19+ ani	8 Gup - 6 Dan
Juniori I (M/F)	16-18 ani	8 Gup - 3 Dan
Juniori II (pre-juniori) (M/F)	13-15 ani	8 Gup - 1 Dan
Juniori III (M/F)	06-12 ani	8 Gup - 1 Gup

6.1.3 Luptă individual (M/F)

Seniori	36+ ani	9 Gup – 6 Dan	F	-70, +70 kg	Piramidal
			M	-75, +75 kg	
	19-35 ani	2+ Gup	F	-50, -55, -60, -65, -70, -75, +75 kg	Fiecare cu fiecare
			M	-57, -63, -69, -75, -81, -87, +87 kg	
		9-3 Gup	F	-50, -55, -60, -65, -70, -75, +75 kg	Piramidal
			M	-57, -63, -69, -75, -81, -87, +87 kg	
Juniori I	16-18 ani	2+ Gup	F	-45, -49, -53, -57, -61, -65, +65 kg	Fiecare cu fiecare
			M	-50, -55, -60, -65, -70, -75, +75 kg	
		9-3 Gup	F	-45, -49, -53, -57, -61, -65, +65 kg	Piramidal
			M	-50, -55, -60, -65, -70, -75, +75 kg	
Juniori II (pre-juniori)	13-15 ani	2+ Gup	F	-40, -44, -48, -52, -56, -60, +60 kg	Fiecare cu fiecare
			M	-40, -45, -50, -55, -60, -65, +65 kg	
		9-3 Gup	F	-40, -44, -48, -52, -56, -60, +60 kg	Piramidal
			M	-40, -45, -50, -55, -60, -65, +65 kg	
Juniori III	11-12 ani	M/F		-30, -40, -45, -50, +50 kg	Piramidal
	09-10 ani			-25, -30, -35, -40, -45, +45 kg	
	06-08 ani			-25, -30, +30 kg	

În cazul în care se pot asigura premii pentru toate categoriile de vârstă, acestea se vor ține în conformitate cu posibilitățile organizatorului.

În cazul în care nu sunt înscriși minim 3 sportivi per categorie, se comasează categoria mai mică la cea mai mare, cu acordul antrenorilor / instructorilor implicați.

6.1.4 Luptă echipă (M/F)

Seniori (M/F)	19+ ani	8 Gup - 6 Dan
Juniori I (M/F)	16-18 ani	8 Gup - 3 Dan
Juniori II (M/F)	13-15 ani	8 Gup - 1 Dan

6.1.5 Tehnici speciale individual (M/F)

Seniori (M/F)	19+ ani	Twimyo Nopi Ap Cha Busigi
Juniori I (M/F)	16-18 ani	Twimyo Dollyo Chagi
		Twimyo Bandae Dollyo Chagi
Juniori II (M/F)	13-15 ani	Twio Dolmyo Yop Cha Jirugi
		Twio Nomo Yop Cha Jirugi
Juniori III (M/F)	11-12 ani	Twimyo Nopi Ap Cha Busigi
		Twimyo Dollyo Chagi
		Twio Nomo Yop Cha Jirugi
	09-10 ani	Twio Nomo Yop Cha Jirugi
	06-08 ani	

6.1.6 Tehnici speciale echipă (M/F)

Seniori (M/F)	19+ ani	8 Gup - 6 Dan
Juniori I (M/F)	16-18 ani	8 Gup - 3 Dan
Juniori II (M/F)	13-15 ani	8 Gup - 1 Dan

6.1.7 Spargeri forță individual (M/F)

Seniori (M/F)	19+ ani	9 Gup - 6 Dan
Juniori I (M/F)	16-18 ani	9 Gup - 3 Dan

6.1.8 Măsurarea forței individual – sistem dinamometru (M/F)

Juniori II (M/F)	13-15 ani	9 Gup – 1 Dan
		9-1 Gup Adapted
Juniori III (M/F)	11-12 ani	9-1 Gup
		9-1 Gup Adapted
	09-10 ani	9-1 Gup
		9-1 Gup Adapted
	06-08 ani	9-1 Gup
		9-1 Gup Adapted

6.1.9 Spargeri forță echipă (M/F)

Seniori (M/F)	19+ ani	8 Gup - 6 Dan
Juniori I (M/F)	16-18 ani	8 Gup - 3 Dan

6.1.10 Luptă tradițională (M/F/mixt M-F)

Seniori (M/F/mixt M-F)	19+ ani	1 echipă / club, timp: 60-75 sec.
Juniori I (M/F/mixt M-F)	16-18 ani	
Juniori II (M/F/mixt M-F)	13-15 ani	
Juniori III (M/F/mixt M-F)	06-12 ani	1 echipă / club, timp: 25-35 sec.

6.1.11 Speed kick (M/F)

Juniori II (M/F)	13-15 ani	Sistem tabel
Juniori III (M/F)	11-12 ani	
	09-10 ani	
	06-08 ani	

Notă: nu se acordă puncte ranking pentru această probă și medaliile nu se numără la realizarea clasamentului general pe cluburi la finalul competiției.

ART. 7. ECHIPAMENTUL DE CONCURS, PROTECȚIE ȘI SIGURANȚĂ A SPORTIVILOR

- a) Echipamentul sportivilor este echipament de concurs specific ITF, numit DOBOK, compus din bluză, pantalon și centură. Echipamentul de concurs opțional mai conține în partea dreaptă a pieptului tricolorul în formă dreptunghiulară având dimensiunile (lungime x lățime) în centimetri de 7,5x2,5, culoarea albastră fiind înspre mânecă. Opțional, pe mâneca stângă deasupra cotului, pe o suprafață de maxim 8x5 cm² se poate amplasa emblema sponsorului iar analog, pe mâneca dreaptă, emblema clubului având aceeași suprafață (la sportivii de lot pe mâneca dreapta se poate amplasa doar logo-ul sponsorului oficial al concursului la care participă).
- b) Echipamentul de protecție și siguranță a sportivilor se împarte la rândul său în echipament obligatoriu și echipament opțional.
- c) Echipamentul de protecție **obligatoriu** se compune din:
- Protecții pentru mână (mănuși). Protecțiile pentru mână trebuie să fie de tipul aprobat de FRTKD, AETF și ITF și care au degetele acoperite iar degetul mare acoperit și prins de restul mănușii pentru evitarea accidentării adversarilor în timpul desfășurării probei de luptă.
 - Protecții pentru picioare (botoșei). Protecțiile pentru picioare trebuie de asemenea la rândul lor să fie de tipul aprobat de FRTKD, AETF și ITF, și care trebuie să acopere călcâiul pe exterior și degetele picioarelor, iar porțiunea superioară a labei piciorului (baldung) și porțiunea călcâiului (dwitchook) să fie conform regulamentului ITF.
 - Apărători pentru dantură (proteză) **transparentă** pentru sportivii juniori II (pre-juniori), juniori I și seniori. Pentru sportivii juniori III aceasta este opțională.
 - Apărătoare pentru organele genitale (scoică). Apărătoarea trebuie purtată în interiorul pantalonilor de dobok.
 - Cască de protecție de tipul aprobat de ITF.
 - Sportivii care concurează la colțul roșu (hong) vor trebui să aibă protecții roșii, iar cei care concurează la colțul albastru (chong) vor avea protecții albastre, conform regulamentului ITF.
- d) Echipamentul de protecție **opțional** poate fi alcătuit din:
- apărători pentru tibii;
 - apărători pentru șani numai la competițoare.
 - Apărătorile trebuie purtate sub dobok.
- e) Echipamentul de protecție trebuie să fie din tipul aprobat de către regulamentul ITF și să fie făcut din material elastic căptușit cu burete sau cauciuc (care să nu aibă muchii dure sau tăioase), să nu conțină metal, plastic dur, os sau alte materiale dure care pot duce la

rănirea adversarului sau materiale care să conțină sau implică folosirea fermoarelor, capselor, țințelor, șiretelor.

- f) Competitorii nu au voie să poarte în timpul competiției nici un fel de bijuterii corporale (ceasuri, cercei, lăncișoare, cleme etc.). Părul competitorilor trebuie să fie prins doar cu material elastic moale.
- g) Sportivele au permisiunea să poarte sub Dobok maieuri, tricouri, sutiene sau bustiere doar de culoare albă.
- h) Nici un alt echipament de protecție nu poate fi purtat în afara celor enumerate mai sus. Competitorii care au răni ce necesită bandaje trebuie să arate adeverința medicală care să ateste necesitatea purtării bandajului iar rana să nu afecteze capacitățile locomotorii ale sportivului și să obțină aprobarea de la Jury President și avizarea de la medicul competiției înainte de participare. Bandajele nu pot fi strânse cu ace sau materiale dure. La probele de Luptă nu este permisă folosirea bandajelor în părțile vizibile ale corpului (gleznă și încheietura mâinii). La proba de Sparger Fortă / Măsurarea Forței, Tehnici Speciale și Speed Kick nu este permisă folosirea bandajelor sau benzilor medicinale în părțile vizibile ale corpului (picior, gleznă, încheietura mâinii, etc) care să confere un avantaj / suport în executarea tehnicilor. Jury President poate aprecia în mod concret asupra respingerii sau aprobării anumitor tipuri de bandaje, benzi, aplicate pe anumite părți ale corpului.
- i) Atunci când nu concurează, sportivii pot purta echipament sport normal.
- j) Pentru deschiderile oficiale, fiecare echipă va delega maxim 5 sportivi (sau conform invitației la concurs) echipați la fel, care să reprezinte clubul. Cei 5 nu vor purta aparate foto, steaguri sau pancarte în afara celor înmânate de comisia de competiție sau de organizator.
- k) Sunt interzise: consumul de droguri, băuturi alcoolice sau fumatul etc. și toate acțiunile prevăzute în legea Antidoping nr 227 și conform legii 4/2008 prevăzute la punctul l) din acest articol – conform Regulamentului de Disciplină și Etică Sportivă.
- l) Sunt interzise orice fel de acte de agresivitate sau de vandalism ale sportivilor sau suporterilor în perimetrul sălilor de sport sau în perimetrul înconjurător al acestora; aceste acte antisociale intră sub incidența legii nr. 4 / 2008 din data de 09.01.2008 publicată în Monitorul Oficial, partea I nr. 24 din 11.01.2008 privind prevenirea și combaterea violenței cu ocazia competițiilor și a jocurilor sportive – conform Regulamentului Comisiei de Combatere a Violenței în Sport.

ART. 8. ÎNDATORIRILE SPORTIVILOR ÎN SALA DE COMPETIȚII

- a) Sportivii au îndatorirea să salute oficialii (vezi art. 4) întâlniți în sala de competiții, prin aplecarea trunchiului specifică Taekwon-do-ului și pronunțarea cuvântului “ Taekwon” și să poarte în permanență atârinate la gât legitimațiile de concurs, când nu concurează, pe toată durata evenimentelor în timpul programului de competiție.
- b) Antrenori au obligația să prezinte sportivilor pe oficiali, ca aceștia să-i poată recunoaște în cadrul sălii și în afara acesteia.
- c) Sportivii nu au voie să părăsească tribuna sau locul destinat publicului și să intre în spațiile de concurs fără a fi chemați.
- d) Sportivii nu au voie să traverseze sala prin spațiul apropiat mesei oficiale sau a președintelui juriului, traversarea va avea loc prin partea îndepărtată a ringului față de cele două mese enumerate mai sus.
- e) Sportivii vor coborî pe spațiul de încălzire doar când se anunță de la masa oficială categoria care urmează să se încălzească pentru concurs, iar în ring doar când se anunță nominal.
- f) La proba de Luptă sportivi care vor fi anunțați pentru meciul următor se vor echipa corespunzător pentru a li se verifica echipamentul.
- g) În spațiul de concurs, vor fi doar oficialii, sportivi care concurează și cei care urmează să concureze, precum și personalul de deservire și oamenii de ordine, persoanele invitate.
- h) Orice încălcare a prevederilor de mai sus vor fi analizate pe loc de către comisia de disciplină sau CExA și poate duce la amendarea echipei cu o sumă conform Regulamentului de Disciplină și Etică Sportivă.

ART. 9. ÎMBRĂCĂMINTEA OFICIALĂ A ARBITRILOR ȘI OFICIALILOR

- a) Oficialii vor îmbrăca costumele cerute de regulamentul ITF al arbitrilor, excepție făcând reprezentantul ministerului de resort de care aparține FRTKD.
- b) Arbitrii trebuie să aibă următorul echipament în sala de competiție:
 - Jachetă bleumarin cu insigna ITF pe partea stângă a pieptului;
 - Cămașă albă cu mânecă lungă
 - Pantaloni bleumarin;
 - Cravată bleumarin sau albastră;
 - Șosete albe lungi;
 - Pantofi sport de culoare albă;
 - Pix de culoare albastru;
 - Opțional cronometru și fluier (pentru igiena personală) pentru arbitrii care sunt cu grade mai mari și la care există posibilitatea să fie nominalizați JP.

ART. 10. COMPORTAMENTUL ARBITRILOR ȘI OFICIALILOR

Toți oficialii și arbitrii trebuie să respecte regulile menționate în Art. 13 din Regulamentul Arbitrilor de Taekwon-do ITF din România.

ART. 11. ASISTENȚA MEDICALĂ

Toate turneele trebuie să aibă un doctor și personal calificat de prim ajutor. După acordarea primului ajutor doctorul trebuie să decidă în **3 minute** dacă sportivul este apt să continue sau nu competiția. Indiferent de câte ori intervine medicul pe suprafața de luptă, timpul total alocat unui sportiv per meci este de 3 minute. Dacă nu este apt, se va analiza cauza din care acesta nu mai poate continua și se va lua măsura care se impune pentru fiecare caz în parte.

ART. 12. RESPONSABILITATEA PENTRU RĂNIRE ȘI ASIGURAREA COMPETITORILOR

Toți sportivii trebuie să semneze un formular la înscrierea în concurs prin care își asumă orice responsabilitate cu privire la accidentările ulterioare și prin care organizatorul, FRTKD și oficialii nu sunt responsabili de accidente care se petrec în spațiul de concurs. Fără acest formular semnat de sportivii participanți sau de antrenorul/instructorul acestora, sportivii nu vor fi lăsați să concureze. Asigurarea competitorilor cu privire la accidentările suferite în timpul concursului sunt individuale, opționale și nu constituie condiție de înscriere în concurs.

ART. 13. OBLIGATIVITATEA PENTRU ORGANIZATORUL DE COMPETIȚII

Organizatorul trebuie să se asigure că pentru competiția ce urmează să se desfășoare are stabilite toate condițiile precum și toate aprobările necesare bunei desfășurări a concursului. Aprobările trebuie să se găsească în original la organizator într-un dosar, care poate fi pus pentru consultare la dispoziția oricărui oficial sau a vreunei persoane care este îndreptățită să verifice aceste documente.

Acele care trebuie să se găsească în dosar sunt: Aprobările de la Direcția de Sport Județeană (DSJ), Primărie, Poliție, Jandarmerie, Salvare. Programul competiției pe zile și ore de desfășurare precum și pauzele; Listă cu necesarul de materiale: numărul de spații de luptă, nr. de aparate de tehnici speciale, sparger, nr. de scaune, mese, stegulețe, mape, pixuri, diplome, medalii, ecusoane, un afiș cu concursul respectiv.

Pentru concursurile naționale (Campionat Național și Cupa României), organizatorul este obligat să desfășoare competiția într-o sală cu tribune, să asigure măsurile de pază în baza prevederilor legale, conform Regulamentului Comisiei de Combatere a Violenței în Sport și să afișeze la loc vizibil bannere cu denumirea evenimentului, steaguri cu Federația Română de Taekwon-do ITF, Federația Internațională și cea Europeană de Taekwon-do ITF.

Organizatorul unui concurs trebuie să respecte necesarul de materiale impus de Comisia de Competiții, modalitatea de organizare a suprafețelor de luptă, a mesei oficiale, etc. Înainte de

Începerea competiției Directorul de concurs va verifica sala amenajată pentru desfășurarea competiției.

ART. 14. SPAȚIUL DE CONCURS (RINGUL)

- a) Oficial, dimensiunile spațiului de concurs pentru probele de Tull, Luptă Tradițională și Tehnici Speciale este de maxim 10 x 10 metri ce include și suprafață de asigurare de 1 metru. La probele de Luptă, Spargerii Forță dimensiunile spațiului de concurs este de 7 x 7 metri. La acesta se mai adaugă o suprafață de asigurare de 1 metru. Dacă ringul este ridicat, acesta trebuie să prezinte o suprafață de 12 x 12 metri din care suprafață de asigurare trebuie să fie de cel puțin 2 metri. Ringul poate fi ridicat la o înălțime cuprinsă între 50 cm și maxim 100 cm de la nivelul podelei sălii de concurs. Iluminarea ringului se va face astfel încât aceasta să nu fie mai jos de 5 m deasupra solului. Masa oficială a ringului înălțat va fi amplasată lângă ring. Dacă necesitatea o cere, spațiul de concurs poate avea orice dimensiune a laturii cuprinsă între 7 și 10 metri, cu condiția ca acesta să fie pătrat iar spațiul de excludere să fie marcat cu altă culoare.
- b) Orice depășire a ringului de către competitori, în timpul desfășurării probelor oficiale, va fi sancționată corespunzător probei care se derulează.

Diagram 2 Ring Size – Sparring, Team Sparring

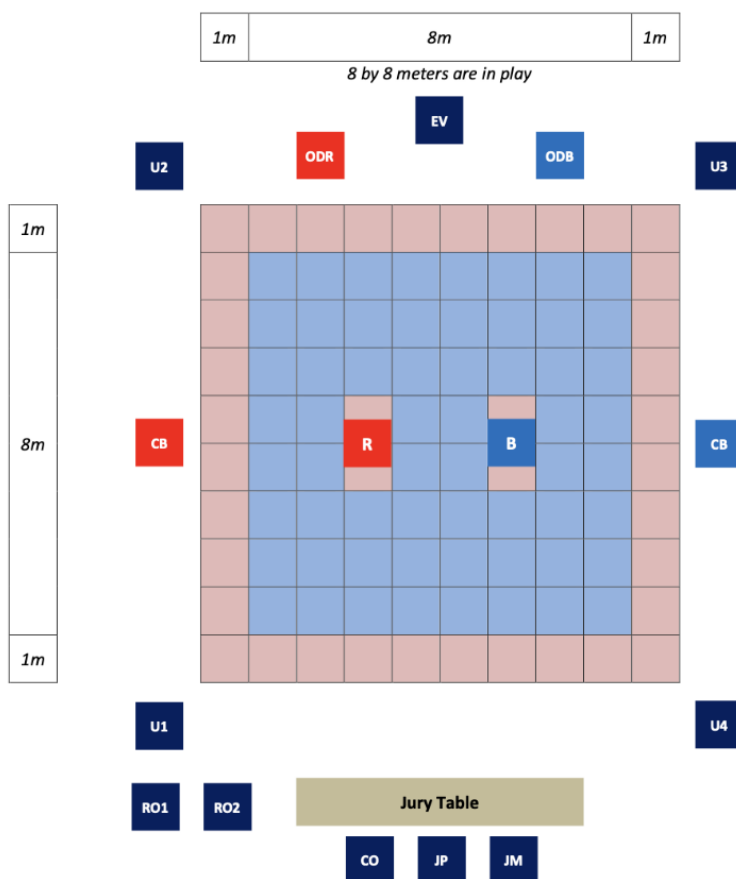


Diagram 3 Ring Size – Power Breaking

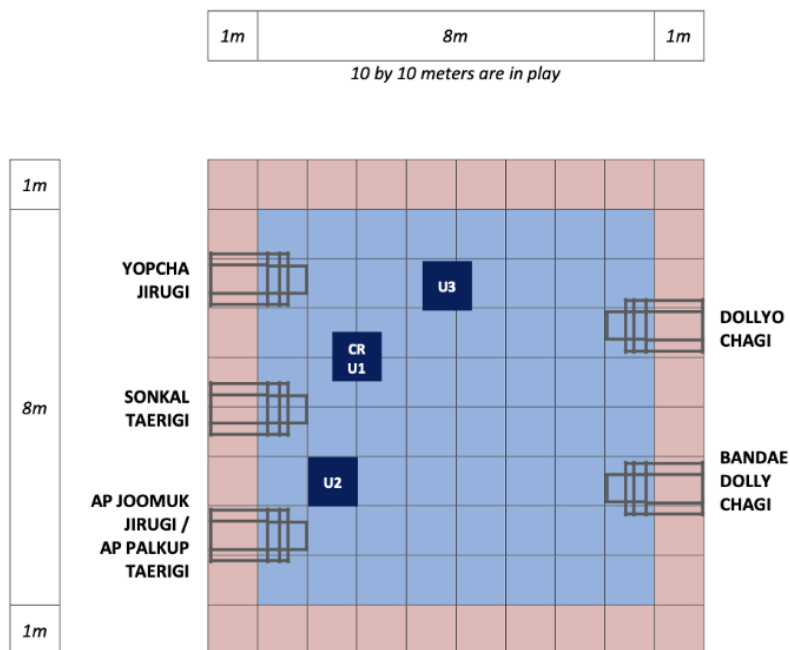
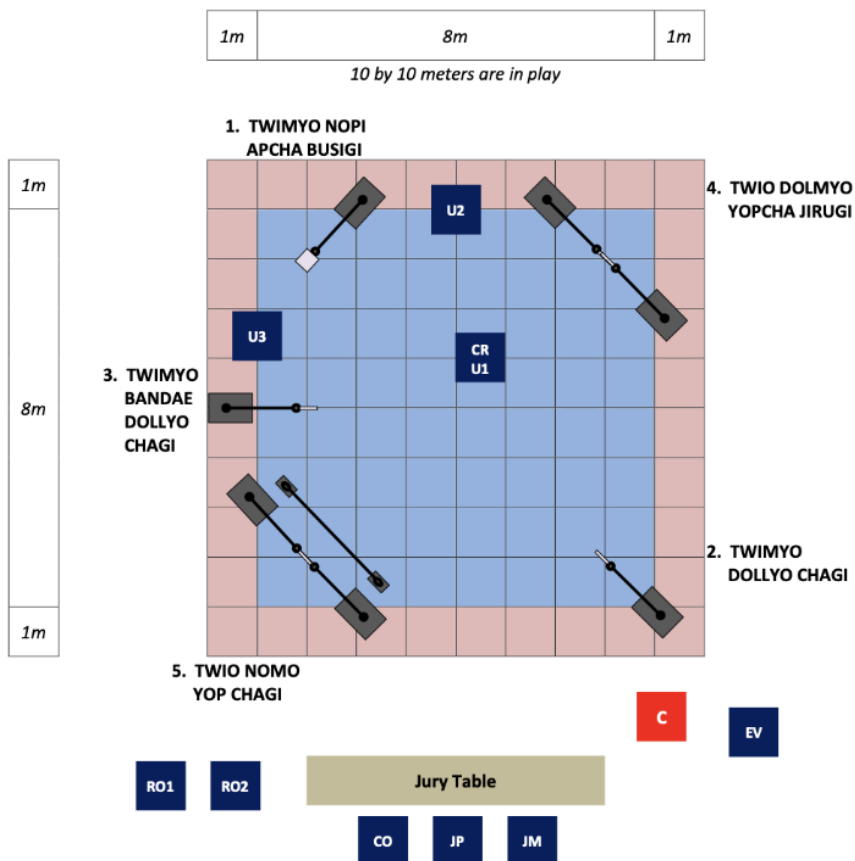


Diagram 4 Ring Size – Special Technique



Special Technique Machines from an ITF TUIIC approved type are required.

- World Championship: A minimum of five (5) are required however, where possible, seven (7) is preferred.
- World Cup: A minimum of three (3) are required.

For the techniques Twio Dolmyo Yopcha Jirugi and Twio Nomo Yop Chagi, two (2) of each of these machines are required. One (1) from each side.

The horizontal positions of the boards in the ring are fixed. They can only be changed vertically.

- c) Spațiul pentru Spargeri forță va avea dimensiunile corespunzătoare probei respective, dar nici o latură a acestuia nu trebuie să depășească 8 m. Depășirea spațiului nu se penalizează.
- d) Spațiul pentru Tehnici speciale va avea dimensiunile corespunzătoare probei respective, dar nici o latură a acestuia nu trebuie să depășească 10 m (cu tot cu suprafața de asigurare de 1 metru).

ART. 15. AFIȘAREA GRILELOR ȘI ÎNREGISTRAREA REZULTATELOR

Fiecare concurs poate să aibă mai multe forme de afișare a grilelor și rezultatelor, iar ca cerință minimă, trebuie să aibă un afișier pe care trebuie afișate grilele de concurs, în cazul în care acestea nu sunt afișate electronic pe site sau trimise cluburilor. Amplasarea acestuia trebuie să fie făcută la intrarea în sala de concurs, iar accesul să fie permis pentru orice persoană interesată. Acest afișier va fi păzit de o persoană din partea organizatorului.

ART. 16. DELEGAȚI

Un delegat de la clubul respectiv, care poate fi oficial, antrenor, instructor sau arbitru poate înscrie sportivii clubului în competiție. Acesta va prezenta documentele necesare înscrierii în concurs, achită toate obligațiile financiare către federație și organizator și va fi prezent la cântărirea sportivilor. Totodată delegatul este obligat să participe la ședința tehnică din seara înscrierii în concurs.

ART. 17. ANTRENORI, INSTRUCTORI

- a) Pentru proba de Luptă individual și echipe va fi un singur antrenor sau instructor care va sta lângă ring pe scaunul special amplasat pentru acesta. Echipamentul acestuia se compune din pantofi sport, bluză de trening, pantalon lung de trening și prosop. Antrenorul de la ring are obligația să fie așezat pe scaun și poate să își sfătuiască sportivul pe perioada desfășurării probei de luptă. Antrenorul de la ring nu are voie să vorbească cu arbitrii, să gesticuleze sau să strige la aceștia, în caz contrar, arbitrul central, cu acordul JP, poate lua măsura înlăturării de la scaun a acestuia după un avertisment verbal, iar comportamentul acestuia putând fi analizat de către Comisia de Disciplină în funcție de gravitate. Totodată antrenorul de la ring nu are voie să intre pe spațiul de luptă în timpul desfășurării probei, decât în cazul în care propriul sportiv suferă vreo accidentare și meciul este întrerupt de către arbitrul de centru.
- b) Antrenorul, instructorul care însoțește sportivul la scaun este singurul în măsură să prezinte un protest oficial (contestație), în maxim 5 minune după terminarea meciului contestat, dacă acesta are licență de antrenor/instructor valabilă pentru anul în curs și este trecut la rubrica antrenori/instructori de pe fișa de înscriere în competiție.

- c) Orice altă persoană care însoțește sportivul la suprafața de concurs și care nu îndeplinește condițiile Art. 17, lit. b), nu poate depune contestații.
- d) Sportivii la probele de Tull și luptă nu pot concura fără antrenori la scaun.
- E) Doar antrenorului / instructorului principal îi este permis să rămână în permanență în aria de concurs dacă dorește, ceilalți însoțitori putând rămâne doar cât asistă un sportiv la scaun, fiind obligat să părăsească aria imediat ce sportivul respectiv a terminat proba.

ART. 18. PREMIERI

- a) Premierile se vor face pentru toți competitorii care s-au clasat pe locurile I , II și două locuri III, (tull, luptă și luptă tradițională) care au participat la probele care s-au desfășurat și nu au abandonat. Competitorii care au abandonat din alte motive decât medicale și s-au situat pe locurile premiabile **NU VOR FI PREMIAȚI**.
- b) Premierile se fac pentru fiecare categorie sau grilă, pentru copii, juniori, seniori, masculin și feminin. În cazul echipelor, premierile acestora se fac pentru fiecare component al echipei cu diplomă sau medalie, după cum este cazul dar nu mai mult de 6 persoane la probele unde sunt 6 participanți sau 4. La probele de Sparger forță / Măsurarea Forței și Tehnici Speciale dacă pe locul III s-au clasat doar doi sportivi sau echipe, atunci nu este necesară departajarea lor. La proba de tehnici speciale si sparger forță, dacă sportivul nu reușește să dobândească niciun punct la toate probele efectuate, acesta, indiferent dacă este singur pe categorie, nu se premiază.
- c) În cazul în care la o categorie sau la o probă sunt mai puțini de 4 sportivi, aceștia se vor premia în funcție de rezultatele obținute, dar rezultatele lor nu vor aduce puncte la clasamentul general pe cluburi. În cazul în care există un singur sportiv la o categorie, acesta se va premia cu medalie și diplomă, dar rezultatul nu va aduce puncte la clasamentul general. Rezultatele obținute la probele conexe nu sunt luate în calculul clasamentului general.
- d) Numărul total de medalii se va calcula de către organizator însumând medaliile pentru fiecare categorie în parte, conform criteriilor de mai sus.
- e) În cazul în care este posibil, se va desemna campionul general, după numărul de locuri I la probe diferite, dar la care au existat minim 4 concurenți. Dacă sunt mai mulți candidați la campion general la egalitate, departajarea lor se va face după numărul de medalii de argint și/sau de bronz. Dacă nici așa nu se poate face departajarea, atunci campionii generali vor fi premiați luându-se în calcul numărul de meciuri ale competitorilor respectivi la categoriile de Tull și luptă, respectiv al numărului de competitori de la categoriile de tehnici speciale și sparger forță / Măsurarea Forței, pe considerentul că efortul efectuat pentru obținerea medaliei să fie mai mare pentru a decide departajarea.

ART. 19. CLASAMENTUL GENERAL AL ECHIPELOR

- a) Clasamentul general va fi întocmit separat pentru următoarele categorii: Juniori III, Juniori II (Pre-Juniori), Juniori I și Seniori. Organizatorul Campionatului Național (C.N.) și al Cupei României (C.R.) are obligația de a premia clasamentul general pentru secțiunile: copii (Juniori III), Pre-Juniori (Juniori II), Juniori (Juniori I) și Seniori. Pentru fiecare dintre aceste categorii se va acorda câte o cupă pentru locurile I, II și III. Pe soclul fiecărei cupe trebuie să fie înscris „CLASAMENT GENERAL” urmat de categoria specifică (Juniori III, Juniori II, Juniori I sau Seniori), locul ocupat (I, II sau III), denumirea competiției, data și locația desfășurării concursului. Pentru alte competiții, premiarea clasamentului general este la discreția organizatorului.
- b) În cazul echipelor, la clasamentul general pe medalii, se va lua în considerare o singură medalie luată de o echipă și nu atâtea câți componenți are echipa.

ART. 20. SECȚIUNILE CONCURSULUI

- a) Concursul se împarte în meciuri individuale și pe echipe și va funcționa pe grile de tip piramidă la secțiunile Tull, Luptă și Luptă Tradițională. La probele Tehnici Speciale și Sparger Fortă / Măsurarea Forței și Speed Kick – ca probă conexă - departajarea se va face după punctajul maxim acumulat în urma disputării probelor respective.
- b) La secțiunea echipe pot participa și competitorii de la individual, după cum urmează:
- competitorii **masculini** vor prezenta 6 sportivi (5 obligatoriu + 1 rezervă opțional), pentru fiecare probă de: Tull, Tehnici Speciale, Sparger Fortă / Măsurarea Forței și Luptă;
 - la **feminin** se vor prezenta 6 sportive (5 obligatoriu + 1 rezervă opțional), pentru fiecare probă de Tull, Luptă, Tehnici Speciale și Sparger Fortă;
 - înainte de fiecare probă la echipe, antrenorul de club va anunța nominal sportivii care vor participa la proba respectivă, conform probelor la care intră. Din acel moment componența echipei nu mai poate fi modificată la acea probă.
 - la secțiunea Luptă pe echipe, competitorii pot avea orice greutate. În caz de egalitate, se va desemna proba de baraj, la care poate participa oricare din cei ce alcătuiesc echipa la proba respectivă, indiferent de aparatul sau lupta la care a concurat mai înainte sau a fost rezervă.

ART. 21. ORDINEA SECȚIUNILOR CONCURSULUI

Ordinea secțiunilor este următoarea: Tull, Luptă Tradițională, Luptă, Tehnici Speciale, Sparger Fortă / Măsurarea Forței. Această ordine poate fi modificată în funcție de cerințele de desfășurare a competiției.

ART. 22. VERIFICAREA GREUTĂȚII SPORTIVILOR

Aceasta se face doar pentru sportivii care intră la proba de Luptă. Cântărirea se va face cel mai devreme în ziua precedentă concursului și cel mai târziu cu o oră înaintea începerii concursului în ziua respectivă, cu un singur cântar considerat oficial. Delegarea persoanei sau persoanelor care vor face cântărirea este în competența Directorului de Concurs. Sportivii care nu se încadrează la categorie sau nu au participat la cântărire până la acea oră vor fi eliminați din competiție.

Nu se admite nicio greutate în afara categoriei la care se desfășoară cântărirea +/- 0,5 kg, sportivul prezentându-se la cântar în pantaloni de dobok și tricou. Și categoriile (+) se vor cântări, iar concurenții pot participa la aceste categorii având o greutate minimă corespunzătoare categoriei de greutate anterioară celei Hyper.

ART. 23. TRAGEREA LA SORTI ȘI ORDINEA INTRĂRII ÎN COMPETIȚIE

- a) Tragerea la sorti se efectuează electronic de către Secretariat. După efectuarea tragerilor la sorti, nu se mai aduc modificări ulterioare grilelor de concurs. Pentru fiecare grilă care este piramidală, se vor desemna câte doi capi de serie, amplasați unul la partea superioară a piramidei, iar cel de-al doilea la partea inferioară a piramidei. Capii de serie sunt desemnați de regulă sportivii din categoria respectivă cu cel mai mare punctaj „Ranking” valabil la data tragerii la sorti sau la indicațiile Antrenorilor de lot pentru proba respectivă.
- b) **Ordinea de intrare în concurs** este de sus în jos pe grilă cu excepția **tururilor preliminarii** care se vor desfășura **primele**.
- c) La secțiunea **Tull** individual, se vor desemna succesiv două tull-uri impuse. La tull-urile impuse, în cazul centurilor colorate, primul tull impus se va da corespunzător gradului celui mai mic dintre participanți iar al doilea va fi până maxim cu 1 tull anterior gradului celui mai mic dintre participanți. La centuri negre, se va da primul tull impus unul dintre tull-urile corespunzătoare gradului sportivului iar al doilea poate fi din restul de 2 rămase sau din cadrul tull-urilor anterioare.
- d) În cazul secțiunii **Tull** și **Luptă Tradițională echipe**, după terminarea primei runde pe grilă la care ordinea de intrare se va trage la sorti, echipele care se întâlnesc pentru runda a două vor intra conform grilei de competiție: echipa de pe ramura de sus a grilei va intra prima (Hong) iar echipa de pe ramura de jos va intra a doua (Chong). Gradul tull-ului se stabilește în conformitate cu prevederile paragrafului precedent, în care echipa se consideră ca având gradul celui mai mic grad dintre componenții acesteia. În mod asemănător cu punctul c) echipele vor efectua tull-ul ales, apoi prin tragere la sorti va efectua tull-ul impus.

e) La secțiunea **Tull echipe** modul de desfășurare este următorul:

- Tull-ul opțional este obligatoriu unul dintre tull-urile 1-9, în funcție de gradul cel mai mic al sportivului echipei, (minim 8 GUP), iar al doilea tull, cel impus, este dintre tull-urile 10-12, dacă gradul minim al sportivilor permite executarea acestor tull-uri.
- În caz contrar, al doilea tull impus, desemnat de JP, este corespunzător celui mai mic grad al sportivilor ambelor echipe, cu excluderea tull-urilor opționale.
- Echipele intră în ring în coloană și la comanda arbitrilor de centru salută arbitrii, apoi se salută între ele;
- Se decide prin tragere la sorți tull-ul impus pentru ambele echipe;
- Echipele se retrag și intră în ring echipa HONG; intrarea în ring se va face după alinierea sportivilor la marginea ringului, în afara acestuia, cu fața către arbitrii și dispuși în linie. Alinierea va fi obligatorie. Echipa apoi salută, intră în ring și execută tull-ul opțional, după care iese din ring
- Intră echipa CHONG în ring conform procedurii anterior enunțate, execută tull-ul opțional, după care iese;
- Arbitrii vor acorda punctaje la nivelul 1 în conformitate cu prezentul regulament pentru fiecare echipă în timpul execuției echipei hong și chong, în timp real.
- După ce ambele echipe au finalizat tull-ul nr. 1, sistemul de arbitraj se deschide pentru nivelul nr. 2, și din acest moment arbitrii vor puncta la nivelul 2, în același timp pentru ambele echipe potrivit regulamentului. Intră în ring prima echipă conform procedurii anterior enunțate și execută tull-ul impus apoi iese din ring;
- Intră în ring echipa a doua conform procedurii anterior enunțate și execută tull-ul impus apoi iese din ring;
- Arbitrii acordă punctajele la tull-ul impus, la nivelul 1 pentru al doilea tull pentru fiecare echipă în timpul execuției echipei hong și chong.
- După ce ambele echipe au finalizat tull-ul 2, sistemul de arbitraj se deschide pentru nivelul nr. 2 și din acest moment arbitrii vor puncta la nivelul 2, în același timp pentru ambele echipe, potrivit regulamentului.
- Echipele intră în ring, și la comanda arbitrilor central salută arbitrii și așteaptă decizia președintelui juriului. După decizie, echipele se salută între ele și părăsesc spațiul de concurs.

f) La **Tehnici Speciale**, în caz de egalitate, probele de baraj se vor trage la sorți și se execută succesiv **prin ridicarea aparatelor cu diviziuni de 10 cm¹** până când unul dintre competitori (echipe) câștigă proba. În cazul în care după prima tragere la sorți competitorii rămân tot la egalitate, prima probă trasă la sorți se exclude din pachet, astfel încât să nu se mai repete, rămânând să se extragă următoarea probă din cele rămase în urnă. În cazul în care

¹ Text introdus prin BF 16.12.2025.

concurenții rămân la egalitate după epuizarea tuturor probelor de baraj se va putea micșora înălțimea aparatelor cu multipli de 5 cm până la departajarea competitorilor.

- g) La **Spargeri Forță** individual sau echipe în caz de egalitate probele de baraj se vor trage la sorți și se execută succesiv, prin utilizare de plăci adiționale de diferite grosimi sau densități (albe, roșii, negre), dar aprobate de ITF.
- h) La **Luptă echipe**, se va trage la sorți ordinea de intrare în concurs cu o monedă; câștigătorul tragerii la sorți va decide care echipă va trimite primul sportiv în concurs; Acesta se va prezenta echipei adverse prin ridicarea mâinii. Apoi ordinea de intrare în concurs va alterna.

ART. 24. ANUNȚURILE

- a) Anunțurile la ring se fac pentru întâlnirea care urmează și pentru cea următoare pentru ca sportivii să fie deja pregătiți.
- b) Dacă sportivii nu se prezintă la primul anunț, atunci se va face un al doilea anunț și se pornește cronometrul.
- c) Dacă acesta nu se prezintă în timp de **1 minut**, va fi descalificat, iar dacă se prezintă și nu are echipamentul corespunzător, atunci acesta are **1 minut** la dispoziție pentru a-și completa echipamentul necorespunzător cu echipamentul corespunzător.
- d) Dacă timpul acordat expiră, sportivul este descalificat automat. În cazul descalificării unui sportiv la probele de turl individual / echipe și luptă individuală, adversarul/adversara va trece în turul următor.
- e) În cazul probei de Luptă echipamentul va fi controlat conform art. 8 paragraful f) rămânând valabil și paragraful anterior a).

ART. 25. CURTOAZIE

Concurenții trebuie să salute juriul și între ei la începutul și sfârșitul fiecărei întâlniri. În cazul probei de Luptă concurenții trebuie să salute și arbitrul de centru după ce a salutat juriul.

PARTEA A II-A – TEHNICĂ

ART. 26. TERMINOLOGIA OFICIALĂ A ARBITRILOR

- a) Este necesar ca aceasta să fie cunoscută de sportivi pentru a înțelege cuvintele arbitrilor din timpul probelor de concurs.
- b) Expresiile folosite sunt cele din Art. 11. Terminologia oficială a arbitrilor din Regulamentul Arbitrilor de Taekwon-do ITF din România.

ART. 27. GRUPURI

Se împart în masculin și feminin, individual și echipe.

ART. 28. GRILE DE CONCURS – ELIMINĂRI

- a) La proba de Tull centuri colorate, se utilizează **sistemul de concurs piramidal de eliminare**.
- b) La proba de Tull centuri negre, se utilizează **sistemul „fiecare cu fiecare”** dacă numărul competitorilor este cel puțin 3. Competitorii vor concura 1 la 1.
- c) La proba de Tull individual competitorii vor avea 2 tull-uri impuse. Cel mai bun dintre cei doi concurenți va merge mai departe.
- d) La proba de tull echipe, echipele vor avea de efectuat 2 tull-uri, primul opțional și al doilea impus, având în plus prevederile art. 23 lit. e).
- e) La proba de Luptă Tradițională **sistemul** este de asemenea **piramidal** iar cel mai bun dintre sportivi va avansa pe grila piramidală.
- f) La proba de luptă sistemul este unul piramidal la categoria 9 - 3 Gup precum și la luptă echipe. La categoria 2 Gup – 6 Dan se aplică un sistem de luptă ”fiecare cu fiecare”, într-o singură grupă, sau mai multe grupe pare ca număr, respectiv 1, 2, 4 grupe de câte 3-5 sportivi, în funcție de numărul de participanți înscriși.

În acest sistem, meciurile durează o singură repriză de 2 minute și victoria se recompensează cu 3 puncte, iar egalul cu 1 punct. Primii 2 concurenți - după numărul de puncte obținute în fiecare grupă avansează în semifinale și vor concura în sistemul locul 1 grupa A cu locul 2 din grupa B și locul 2 din grupa A cu locul 1 din Grupa B.

În caz de egalitate de puncte între sportivii unei grupe, urmează să fie avut în vedere rezultatul dintre meciul direct între sportivi. Dacă acesta a fost egal, se mai desfășoară o repriză de departajare între cei doi sportivi pentru a desemna campionul grupei sau sportivul care avansează mai departe.

Câștigătorii celor 2 meciuri vor desfășura finala și cei care pierd vor desfășura semifinala, urmând să fie acordate doar locurile 1, 2 și un singur loc 3.

Daca sunt mai mulți sportivi înscriși pe categorii, aceștia se împart în grupe pare ca număr, 2, 4, 8 și se procedează la calificări pe același principiu descris mai sus înspre semifinale sau sferturi de finală.

- g) La proba de tehnici speciale și spargerii forță competiția se desfășoară pe sistemul grile și punctaj, unde fiecare sportiv acumulează un număr de puncte pentru probele reușite, conform punctajelor regulamentare.

ART. 29. DURATA ÎNTÂLNIRILOR

- a) La secțiunea **Tull** durata este de când sportivii pornesc din poziția de Junbi și până când ajung înapoi în poziție de Junbi.
- b) La secțiunea **Luptă tradițională** durata este între **60 și 75 secunde** de când sportivii pornesc din poziția de NIUNJA SOGI PALMOK DAEBI MAKGI și unul dintre ei dă comanda SIJAK până când unul revine în poziția NIUNJA SOGI PALMOK DAEBI MAKGI și dă comanda GOMAN.
- c) La secțiunea **Luptă individual**, până la finală, competitorii juniori și seniori se întâlnesc pe durata a 2 reprize de 2 minute fiecare, cu un minut pauză între ele. Finala va fi 2 reprize a 2 minute fiecare, dacă nu se stabilește un alt număr de reprize de către directorul de arbitraj. La juniori III-II durata se va hotărî pentru fiecare categorie de vârstă. Repriza începe de la primul SHIJAK de când se va porni cronometrul până când arbitrul de centru va pronunța JUNG JI, când cronometrul va fi oprit. Repriza va fi reluată și cronometrul repornit când arbitrul de centru va pronunța GAESOK. Repriza se va termina când se termină timpul.
- d) La secțiunea **Tehnici Speciale și Spargerii Forță** în cazul aparatelor în cascadă după fixarea înălțimilor și efectuarea încercărilor, competitorii au la dispoziție **60 secunde** pentru fiecare aparat dar nu mai mult de 1 minut pentru fiecare tehnică ce se execută, în total maxim **5 minute pentru masculin și feminin** să execute tehnicile, de la ridicarea steagului de către arbitrul de ring. Orice acțiune efectuată după acest timp va fi notată cu 0 puncte indiferent de rezultatul ei.
- e) La secțiunea Spargerii Forță sportivii pot să își aleagă ordinea probelor atât la individual cât și la echipă.

ART. 30. ZONE DE ȚINTĂ LA SECȚIUNEA LUPTĂ

- a) zona capului, frunte, față, bărbie și pe părțile laterale până în dreptul urechii, dar nu și înapoi (ceafă);
- b) zona trunchiului de la gât în jos până la nivelul centurii pe partea dinainte și pe părțile laterale de sub axilă (la cusătura dobok-ului), excluzându-se spatele.

ART. 31. PUNCTE ACORDATE ȘI DESEMNAREA CÂȘTIGĂTORULUI LA SECȚIUNEA TULL (INDIVIDUAL ȘI ECHIPĂ), LUPTĂ (INDIVIDUAL ȘI ECHIPĂ), TEHNICI SPECIALE, SPARGERI FORȚĂ ȘI LUPTĂ TRADIȚIONALĂ

- a) La secțiunea **Tull individual** se vor scădea puncte începând de la numărul 10 pe sistemul de arbitraj pentru fiecare competitor după următoarele criterii: arbitrii deduc până la 10 puncte, în subdiviziuni de 0,2 puncte pentru fiecare eroare tehnică observată în cursul prezentării tull-ului de către sportivi, precum și pentru ritm, echilibru, forță sau acorda „0” pentru greșeli grave de conținut tehnic (potrivit regulamentului).

Scorul total este calculat de către sistemul electronic pentru cele două tull-uri executate, având în vedere deducerile arbitrilor pentru fiecare sportiv.

31.1 TULL INDIVIDUAL – CRITERIILE DE SCĂDERE A PUNCTAJULUI

31.1.1 Se deduc 0.2 puncte pentru fiecare dintre următoarele greșeli:

- (1) Nu pronunță numele tull-ului.
- (2) Pronunță alt nume al tull-ului decât cel care trebuie.
- (3) Strigă “kihap” pe timpul execuției sau la sfârșitul tull-ului.
- (4) Execută o tehnică (blocaj, atac) la alt nivel decât cel cerut de tull.
- (5) Pierderea echilibrului.
- (6) Atacul sau blocajul cu o tehnică greșită.
- (7) Ezitare și/sau oprire între 1 secundă și 2 secunde (care fragmentează mișcarea de val).
- (8) Nu revine în poziția de plecare (cu o lățime de umeri)
- (9) Nu execută cu forța o lovitură / blocaj
- (10) Revine în poziția de plecare cu piciorul greșit
- (11) Iese în afara ringului cu ambele picioare.
- (12) Modul de deplasare / întoarceri în tull incorect efectuate (pivotări, alunecări, pas bătut, etc)
- (13) Respirație incorectă (neconformă cu mișcarea din tull).
- (14) Mișcările intermediare incorecte (încrucișarea mâinii, nivelul de efectuare a încrucișării, aducerea piciorului la guburyo sogi, duiro-dora, etc.) sau de pregătire a mișcării.
- (15) Mișcarea de val incorectă sau omisă.
- (16) Mișcarea de lovire / blocaj incorectă (în loc de mișcare continuă, rapidă, legată se face altceva).

- (17) Pozițiile neadecvate (Gojung sogi în loc de Niunja sogi, Gunnun sogi în loc de Sasun sogi) sau distanța dintre picioare neconformă.
- (18) Mișcare incorectă a piciorului sau finalizarea loviturii cu piciorul, în acord cu cerințele tehnice prevăzute în tull (ține prea mult piciorul la Yop, ex), nu retrage piciorul imediat după lovitură la loviturile ap chagi sau dollyo chagi “snap kick”, nu retrage piciorul imediat după lovitura la yop chagi, dwit chagi sau pandae yop / dollyo chagi “snap kick”.

31.1.2 Arbitrii urmează să acorde „0”, doar la nivelul numărul 1, în următoarele cazuri:

- (1) Combină tull-urile – începe un tull și termină cu mișcările din alt tull.
- (2) Face pauza sau se oprește pentru mai mult de 2 secunde
- (3) Se oprește în timpul tull-ului și / sau nu termină tull-ul.
- (4) Începe tull-ul în direcție greșită sau execută o secvență de min 2 mișcări consecutive greșite impuse de forma tull-ului (tehnică sau poziții greșite).
- (5) Începe sau execută alt tull decât cel indicat de la masa JP, sau începe tull-ul din altă poziție de start decât cea impusă de forma tull-ului.
- (6) Nu execută toate mișcările din tull, adaugă număr de mișcări în plus sau nu respectă diagrama impusă de forma tull-ului.

Desemnarea câștigătorului se face în funcție de numărul de decizii: minim 2 decizii sunt necesare pentru un sportiv ca să fie desemnat câștigător.

b) La secțiunea **Tull echipe** se vor scădea puncte începând de la numărul 10 pe buletinul de arbitraj pentru fiecare echipă după următoarele criterii:

- **Nivelul 1:** Arbitrii deduc până la 6 puncte, în subdiviziuni de 0,2 puncte pentru fiecare eroare tehnică observată în cursul prezentării tull-ului de către sportivi respectiv ritm, mișcare de val, forță, sau acordă „0” pentru greșeli grave de conținut tehnic (potrivit regulamentului). Ulterior arbitrii trec la Nivelul 2.
- **Nivelul 2:** Arbitrii deduc până la 4 puncte, în subdiviziuni de 0,5 puncte pentru erori în ceea ce privește munca în echipă, coregrafia și dificultatea.

Scorul total este calculat de către sistemul electronic pentru cele două tull-uri executate, având în vedere deducerile arbitrilor pentru fiecare sportiv.

31.2 TULL ECHIPE – CRITERIILE DE SCĂDERE A PUNCTAJULUI

31.2.1 Se deduc 0.2 puncte pentru fiecare dintre următoarele greșeli:

- (1) Nu pronunță numele tull-ului.
- (2) Pronunță alt nume al tull-ului decât cel care trebuie.
- (3) Strigă “kihap” pe timpul execuției sau la sfârșitul tull-ului.
- (4) Execută o tehnică (blocaj, atac) la alt nivel decât cel cerut de tull.
- (5) Pierderea echilibrului.
- (6) Atacul sau blocajul cu o tehnică greșită

- (7) Ezitare și/sau oprire între 1 secundă și 2 secunde (care fragmentează mișcarea de val).
- (8) Nu revine în poziția de plecare (cu o lățime de umeri)
- (9) Nu execută cu forță o lovitură/blocaj
- (10) Revine în poziția de plecare cu piciorul greșit
- (11) Iese în afara ringului cu ambele picioare.
- (12) Modul de deplasare / întoarceri în tull incorect efectuate (pivotări, alunecări, pas bătut, etc)
- (13) Respirație incorectă (neconformă cu mișcarea din tull).
- (14) Mișcările intermediare incorecte (încrucișarea mâinii, nivelul de efectuare a încrucișării, aducerea piciorului la guburyo sogi, duiro-dora, etc.) sau de pregătire a mișcării.
- (15) Mișcarea de val (balans) incorectă sau omisă.
- (16) Mișcarea de lovire/blocaj incorectă (în loc de mișcare continuă, rapidă, legată se face altceva).
- (17) Pozițiile neadecvate (Gojung sogi în loc de Ninja sogi, Gunnun sogi în loc de Sasun sogi) sau distanța dintre picioare neconformă.
- (18) Mișcare incorectă a piciorului sau finalizarea loviturii cu piciorul, în acord cu cerințele tehnice prevăzute în tull (ține prea mult piciorul la Yop, ex), nu retrage piciorul imediat după lovitură la loviturile ap chagi sau dollyo chagi “snap kick”, nu retrage piciorul imediat după lovitură la yop chagi, dwit chagi sau pandae yop / dollyo chagi “snap kick”.

31.2.2 Arbitrii urmează să acorde „0”, doar la nivelul numărul 1, în următoarele cazuri:

- (1) Combină tull-urile – începe un tull și termină cu mișcările din alt tull.
- (2) Face pauză sau se oprește pentru mai mult de 2 secunde, cu excepția pauzelor impuse de coregrafia tull-ului.
- (3) Se oprește în timpul tull-ului și/sau nu termină tull-ul
- (4) Începe tull-ul în direcție greșită sau execută o secvență de min 2 mișcări consecutive greșite impuse de forma tull-ului (tehnici sau poziții greșite).
- (5) Începe sau execută alt tull decât cel indicat de la masa JP, sau începe tull-ul cu o mișcare fundamentală alta decât cea din tull.
- (6) Nu execută toate mișcările din tull sau adaugă număr de mișcări în plus.

Desemnarea câștigătorului se face în funcție de numărul de decizii: minim 2 decizii sunt necesare pentru un sportiv ca să fie desemnat câștigător.

c) La secțiunea **Luptă Individual** și echipe se vor acorda următoarele punctaje:

- **1 punct** pentru atac cu mâna spre partea mijlocie și superioară a corpului (trunchi și cap) și pentru atac cu mână din săritură la secțiunea din mijloc și superioară a corpului (trunchi și cap);
- **2 puncte** pentru atac cu piciorul spre secțiunea de mijloc (trunchi) și atac cu piciorul din săritură la secțiunea mijlocie (trunchi);
- **3 puncte** se acordă pentru atac cu piciorul la secțiunea superioară (cap) sau pentru atac cu piciorul din săritură la secțiunea superioară (cap).

Desemnarea câștigătorului se face astfel: în funcție de numărul de decizii: minim 2 decizii sunt necesare pentru un sportiv ca să fie desemnat câștigător; În cazul luptei la primul punct sunt necesare 2 decizii.

- d) La secțiunea **Luptă Echipe** numărul de puncte va fi dat de numărul de decizii în favoarea uneia dintre echipe date de arbitrii de colț. Egalitatea dată de arbitru nu se va lua în considerare, având valoarea 0 (zero). După terminarea celor 5 runde, echipa care cumulează cele mai multe puncte va fi declarată câștigătoare. În caz de egalitate de puncte se va trece la o extra-rundă la care oricare dintre componenții echipelor pot participa. Dacă și în acest caz avem egalitate, luptă continuă între cei doi potrivit regulilor de "primul punct". În cazul în care unul dintre componenții echipei se accidentează și nu poate concura el se va prezenta în ring va saluta iar echipa adversă va cumula 4 puncte. Dacă vreoa echipa este incompletă fie datorită eliminării unuia dintre componenții ei sau a retragerii componenților, echipa adversă va cumula 15 puncte pentru fiecare sportiv lipsă. Dacă pe parcursul desfășurării celor 5 runde, unul dintre sportivi este descalificat, cealaltă echipă va cumula 15 puncte.
- e) La Secțiunea **Tehnici Speciale** se acordă **1 punct** pentru placa oprită în poziție intermediară la 45° față de planul inițial al plăcii și **3 puncte** pentru placa deplasată cu 90° față de planul inițial al plăcii.

Modul de acordare al punctajului se acordă puncte dacă:

- tehnica este corectă,
- focalizată pe țintă (placa nu este ștearsă sau deviată)
- placa a fost atinsă **cu partea anatomică corespunzătoare tehnicii de lovire**,
- s-a pornit din gardă și s-a ajuns în gardă,
- nici o altă parte a corpului nu a atins podeaua în afară de tălpi,
- nu s-a făcut mai mult de 1 încercare,
- nu a ieșit cu ambele picioare de pe suprafață.

Pentru acordarea punctajului de către arbitri, competitorul trebuie să respecte următoarele etape:

- (1) competitorul indică arbitrilor înălțimea dorită a aparatelor (aparaturii), după care se întoarce la primul aparat;
- (2) salută și se va pregăti pentru încercare. Arbitrul de ring dă semnalul de start prin ridicarea steagului roșu, moment după care sportivul ia poziția de gardă pentru primul aparat;
- (3) efectuează obligatoriu încercarea prin care își stabilește distanța și poziția față de aparat (încercarea constă în întinderea mâinii sau a piciorului, în funcție de proba preconizată, spre aparat, o singură dată, prin deplasarea înspre aparat cu cel puțin 1 pas). Scândura sau aparatul **NU pot să fie atinse** de către competitor iar acesta nu are voie să apropie și/sau să depărteze mâna sau piciorul cu care efectuează încercarea, de mai multe ori față de scândură, sau să mai facă o încercare prin schimbarea mâinii

sau piciorului cu care se execută tehnica. În cazul în care sportivul face mai mult de o încercare, acesta va avea la proba respectivă punctajul 0 (zero).

- (4) După efectuarea încercării, sportivul intră din nou în gardă și execută lovitura **cu partea anatomică corespunzătoare tehnicii de lovire** după care intră în gardă.
- (5) Dacă sunt mai multe aparate, trece la următorul aparat unde procedează la fel în afară de salutul arbitrilor. După efectuarea ultimei probe (sau în cazul unui singur aparat), competitorul finalizează cu salutul arbitrilor după care se retrage din zona probei.

Timpul de execuție este de **60 secunde**, din momentul în care steagul s-a ridicat pentru un singur aparat dar nu mai mult de **5 minute pentru 5 aparate**; Dacă se depășesc aceste criterii punctajul probei/probelor care depășesc timpul alocat va fi 0 (zero). La probele de Twimyo Nopi Ap Cha Busigi și Twimyo Dollyo Chagi, Twimyo Dolmyo Yop Cha Jirugi și Twimyo Nopi yop chagi Jirugi desprinderea de pe sol se va face pe un singur picior iar lovitura va fi obligatoriu prin forfecare. La Twimyo Bandae Dollyo chagi desprinderea de pe sol se va face de pe ambele picioare.

Desemnarea câștigătorului se face în funcție de numărul de puncte acumulate: cel care are cele mai multe puncte va fi desemnat câștigător. Dacă sunt mai mulți sportivi cu același număr de puncte departajarea se va face prin probe de baraj în conformitate cu paragraful (f) din articolul 23.

- f) La secțiunea **Spargerî Fortă** se acordă **1 punct** pentru placă îndoită sub un anumit unghi de minim 15° față de planul scândurii și **3 puncte** pentru placa spartă.

Modul de acordare al punctajului se acordă puncte dacă:

- tehnica este corectă,
- focalizată pe țintă (placa nu este ștearsă sau deviată)
- placa a fost lovită cu partea anatomică corespunzătoare tehnicii de lovire,
- s-a pornit din gardă și s-a ajuns în gardă,
- nici o altă parte a corpului nu a atins podeaua în afară de tălpi,
- nu s-a făcut mai mult de 1 încercare.
- nu a ieșit cu ambele picioare de pe suprafață.

Pentru acordarea punctajului de către arbitri, **inclusiv la proba Măsurarea Forței „sistem dinamometru”** competitorul trebuie să respecte următoarele etape:

- (1) competitorul indică verbal arbitrilor înălțimea dorită a aparatelor (aparaturii), după care se întoarce la primul aparat;
- (2) salută și se va pregăti pentru încercare. Arbitrul de ring dă semnalul de start prin ridicarea steagului roșu, moment după care sportivul ia poziția de gardă pentru primul aparat;
- (3) efectuează obligatoriu încercarea prin care își stabilește distanța și poziția față de aparat (încercarea constă în întinderea mâinii sau a piciorului, în funcție de proba preconizată, spre aparat, o singura dată). Scândura sau aparatul **NU pot să fie atinse** de către competitor, iar acesta nu are voie să apropie și/sau să depărteze mâna sau

picioarul cu care efectuează încercarea, de mai multe ori față de scândură, sau să mai facă o încercare prin schimbarea mâinii sau picioarului cu care se execută tehnica. În cazul în care sportivul face mai mult de o încercare, acesta va avea la proba respectivă punctajul 0 (zero).

- (4) După efectuarea încercării, sportivul intră din nou în gardă și execută lovitura **cu partea anatomică corespunzătoare tehnicii de lovire**, după care intră în gardă. În timpul executării loviturii, sportivului îi este permis să facă pași, să alunece, să sară.
- (5) Dacă sunt mai multe aparate, trece la următorul aparat unde procedează la fel, în afară de salutul arbitrilor. După efectuarea ultimei probe (sau în cazul unui singur aparat), competitorul finalizează cu salutul arbitrilor după care se retrage din zona probei.

Timpul de execuție este de **60** secunde, din momentul în care steagul s-a ridicat, pentru un singur aparat dar nu mai mult de **5 minute pentru 5 aparate**; Dacă se depășesc aceste criterii punctajul probei/probelor care depășesc timpul alocat va fi 0 (zero).

g) La proba **sistem dinamometru**, masculin / feminin:

- Sonkal taerigi – 2 încercări, va fi punctată / notată valoarea cea mai mare
- Dollyo chagi – 2 încercări, va fi punctată / notată valoarea cea mai mare, **centrul aparatului de concurs (bulina centrală) nu poate fi setat mai jos decât nivelul centurii / soldului sportivului.**²
- **TOTAL** = însumarea valorilor cele mai mari de la ambele probe.

Desemnarea câștigătorului se face în funcție de numărul de puncte acumulate: cel care are cele mai multe puncte va fi desemnat câștigător. Dacă sunt mai mulți sportivi cu același număr de puncte departajarea se va face prin probe de baraj în conformitate cu paragraful (g) din articolul 23.

La proba Speed Kick, sistemul de concurs este unul tip grilă și puncte, sportivul care acumulează cele mai multe lovituri în timpul de execuție este desemnat campion.

Dacă sunt doi sau mai mulți sportivi cu același număr de puncte, pentru departajarea pentru medalii, se desfășoară o nouă rundă de exerciții până la departajare pe același sistem.

NOTĂ: persoana care susține aparatul de dinamometru sau de speed kick trebuie să fie aceeași pe toată durata categoriei.³

h) La secțiunea **Luptă Tradițională**, se vor scădea puncte începând de la numărul 10 pe buletinul de arbitraj pentru fiecare echipă după următoarele criterii:

- **Nivelul 1:** Arbitrii deduc până la 6 puncte, în subdiviziuni de 0,2 puncte pentru fiecare eroare tehnica observată în cursul prezentării exercițiului de către sportivi (mișcare de val, echilibru, ritm, forță), sau acorda „0” pentru greșeli grave de conținut tehnici (potrivit regulamentului). Ulterior arbitrii trec la Nivelul 2.

² Text introdus prin BF 16.12.2025.

³ Text introdus prin BF 16.12.2025.

- **Nivelul 2:** Arbitrii deduc pana la 4 puncte, în subdiviziuni de 0,5 puncte pentru erori în ceea ce privește munca în echipa, coregrafia și dificultatea.

Scorul total este calculat de către sistemul electronic pentru cele doua tull-uri executate, având în vedere deducerile arbitrilor pentru fiecare sportiv.

31.3 LUPTĂ TRADIȚIONALĂ - CRITERIILE DE SCĂDERE A PUNCTAJULUI

31.3.1 Deducere de 0,2 puncte pentru:

- (1) executarea unei tehnici fără o țintă accesibilă, legitimă
- (2) atacul sau blocajul executate cu o incorectă aplicație a tehnicii
- (3) executarea unei mișcări ofensive, defensive sau eschive fără scop, funcțiune, necesitate, cu excepția mișcărilor acrobatice
- (4) pierderea echilibrului
- (5) erori în păstrarea corectă a distanței la atac sau blocaj
- (6) strigarea Kihap, în timpul exercițiului, cu excepția secvenței finale
- (7) lipsa forței la executarea unei tehnici
- (8) ieșirea cu ambele picioare din ring a unuia sau ambilor sportivi
- (9) ezitarea și /sau oprirea pentru o fracțiune de secundă (greșeală unui concurent de a fi în acțiune tot timpul)
- (10) respirație inadecvată sau incorectă
- (11) pregătirea tehnicii în mod inadecvat sau incorect (mișcarea intermediară)
- (12) mișcarea de balans (valul) în mod incorect
- (13) poziții incorecte sau nepotrivite cu exercițiul
- (14) mișcări incorecte (continuă, înceată, rapidă, naturală)
- (15) ajutarea oponentului în timpul executării tehnicilor.

31.3.2 Se vor acorda „0” puncte pentru următoarele greșeli:

- (1) Nu se încadrează în cerințele minime/maxime de timp necesar efectuării exercițiului
- (2) Execută mai mult de 3 secvențe acrobatice per echipă
- (3) Face pauza sau se oprește mai mult de 2 secunde în orice moment al executării exercițiului.
- (4) Omite să execute un blocaj sau nu eschivează o lovitură sau un atac al adversarului (sau mai multe) pe timpul executării exercițiului cu excepția atacului final.

Desemnarea câștigătorului se face în funcție de numărul de decizii: minim 2 decizii sunt necesare pentru un sportiv ca să fie desemnat câștigător.

ART. 32. PROCEDEE DE NOTARE

- a) La **proba de Luptă** se vor acorda puncte atunci când o tehnică este executată corect, este executată cu forța, viteză, precizie și rapiditate, este focalizată pe țintă (și nu este ștearsă sau deviată), este controlată din punct de vedere al forței, are un scop (nu este dată la întâmplare sau din spaimă) și atinge zonele de țintă (vezi art.30) și nu alte zone. La proba de Luptă (Luptă) nu se vor acorda puncte sportivului care punctează, dacă în momentul

impactului sau în momentul imediat următor atinge solul cu orice parte anatomică diferită de tălpi (pierderea echilibrului).

- b) După comanda arbitrului de centru de încetare a luptei ca „Haechyo” sau „Goman”, chiar dacă există contact între sportivi, și implicit puncte, arbitrii de colț nu vor mai acorda aceste ultime puncte.
- c) La proba de **Tull echipe**, intrarea respectiv ieșirea echipelor din spațiul de luptă nu face parte din coregrafie, deci nu se pot acorda sau scădea puncte pentru acest aspect. Totodată punctajul va fi acordat în concordanță cu articolului 23 paragraful (e), referitor la punctaj.

ART. 33. DESCALIFICĂRI

Se vor efectua în următoarele condiții, și numai după consultarea cu cel puțin un membru din Comisia de Arbitri / Directorul de Concurs:

- a) Purtare necuviincioasă față de oficiali sau ignorarea instrucțiunilor date de aceștia – descalificare din tot concursul, cu pierderea tuturor medaliilor.
- b) Insultarea adversarului, a antrenorului acestuia, a arbitrilor sau a oficialilor; Descalificarea va fi pentru toate probele din concursul respectiv și se anunță de către Directorul de Concurs la sesizarea verbală a minim 3 oficiali (1 lezat și 2 în calitate de martori) care apoi vor face o sesizare scrisă ce va înaintată Comisiei de Disciplină. Pot fi descalificați: sportivul, antrenorul, echipa de la toate probele sau clubul.
- c) Pentru provocarea unui Knockout sau pentru lovituri cu contact necontrolate, dure care au ca scop distrugerea adversarului iar acesta nu mai poate continua lupta în urma rănilor sau contuziilor suferite – descalificare din probă, fără medalie la acea probă.
- d) Atacul cu contact (și cu intenție) a zonelor de corp care nu sunt zone de țintă (vezi art.30) și care PROVOACĂ LEZIUNI SAU RĂNIRI ADVERSARULUI care îi pot afecta capacitățile locomotorii, fizice etc – descalificare din probă, cu sau fără medalie, dacă e cazul.
- e) Lovirea unui adversar căzut sau ieșit în afara spațiului de luptă care nu mai poate continua lupta în urma loviturii primite – descalificare din probă, fără medalie.
- f) Mușcarea sau zgărierea adversarului – descalificare din probă, fără medalie.
- g) Lovitura cu cotul, genunchiul sau fruntea asupra adversarului – descalificare din probă, fără medalie.
- h) Pentru comiterea a minus 3 puncte (Gam Jum) acordate de arbitru de centru la proba de luptă – se acordă medalie dacă este cazul.
- i) Pentru orice competitor aflat sub incidența articolului 7 paragrafele k) și l) din prezentul regulament.

- j) Pierderea stăpânirii de sine și a cumpătului.
- k) Pentru sportivul care refuză să accepte decizia doctorului și încearcă să continue competiția.
- l) Antrenorii, instructorii sau reprezentanții echipei care persistă în discutarea deciziilor date de arbitri sau de CExA pot fi descalificați din calitatea pe care o reprezintă pe toată durata competiției iar atitudinea se va discuta în Comisia de Disciplină. Descalificarea va fi hotărâtă de CExA și anunțată de către directorul CCA.

ART. 34. GREȘELI (GAM JUM)

Sunt arătate de arbitrul de centru prin semnale specifice cu acordul Președintelui Juriului. Va fi scăzut **1 punct** pentru una din următoarele greșeli:

- a) Pierderea cumpătului (furie) exprimată prin urlete, semne, gesturi, expresia feței etc..
- b) Lovirea unui adversar căzut sau ieșit în afara spațiului de luptă.
- c) Atacul cu contact (și cu intenție) a zonelor de corp care nu sunt zone de țintă (vezi art.30) și care nu provoacă leziuni sau răniuri adversarului (lovituri la gât, testicule, ochi) care îi pot afecta capacitățile locomotorii, fizice etc.
- d) Lovitura prea tare (cu forță exagerată, nu se controlează lovitura imediat după momentul impactului) sau lovitura cu intenție asupra zonelor corpului care nu sunt zone de țintă.
- e) Secerarea adversarului.
- f) Prinderea în brațe, împingerea, smulgerea, strângerea sau prize asupra adversarului.
- g) Manipularea timpului: atitudinea sportivului care încearcă să mențină un avantaj prin trecerea timpului la proba de luptă și se analizează cu precădere în ultimele 30 de secunde ale meciului.

ART. 35. AVERTISMENTE (JU UI)

Sunt arătate de arbitrul de centru prin semnale specifice. Se vor acorda avertismente pentru următoarele penalități:

- a) Pretinderea de a fi înregistrate punctele prin ridicarea mâinii și/sau exclamarea unor injective specifice.
- b) Pășirea în afara ringului cu ambele picioare cu excepția cazului în care sportivul este împins în afara ringului de către celălalt concurent; dacă piciorul care executa lovitura este în ring iar cel de sprijin este în afară se consideră că sportivul aflat în această situație este afară! Arbitrii nu vor puncta în cazul anterior!
- c) Căderea intenționată sau datorată alunecării urmată de atingerea podelei cu altă parte a corpului decât tălpile picioarelor sau orice altă acțiune prin care sportivul atinge spațiul

de luptă cu altă parte a corpului decât tălpile. Excepție de la acesta fac sportivii care cad datorită acțiunii ilegale a celui alt competitor (ca urmare a împingerii, smulgerilor, prizelor, piedicilor etc.).

- d) Simularea primirii unei lovituri tari, pretinzând rănirea pentru a câștiga timp sau un avantaj.
- e) Evitarea luptei prin întoarcerea cu spatele spre adversar sau fuga în afara ringului.
- f) Atacul neintenționat și fără contact asupra zonelor corporale care nu sunt zone de țintă.

Însumarea a trei avertismente înseamnă automat scăderea unui punct, dar 9 avertismente nu înseamnă descalificarea sportivului pentru trei de minus punct. În acest caz, sportivul poate să însumeze oricâte avertismente fără a fi descalificat.

ART. 36. RĂNIRILE LA PROBA DE LUPTĂ

Când un competitor este rănit, arbitrul de centru trebuie să oprească meciul și să cheme doctorul. Acesta trebuie să acorde primul ajutor și să decidă asupra continuării meciului în interval de **3 minute** de când a pătruns în ring. Dacă doctorul decide că sportivul nu mai poate continua meciul, atunci acesta va fi declarat:

- a) **câștigător** – dacă adversarul său este responsabil de accidentare (vezi art. 33 sau 34);
- b) **învincis** – dacă adversarul nu este responsabil de accidentare;
- c) **descalificat** din tot concursul – dacă ignoră sau refuză să accepte decizia doctorului.

Dacă ambii competitori sunt incapabili să continue lupta datorită rănilor suferite în cursul unui contact, atunci va fi desemnat câștigător sportivul care are cele mai multe puncte în momentul respectiv. Dacă și în acest moment este egalitate, consiliul ringului va decide câștigătorul.

Un competitor rănit care este incapabil să lupte conform deciziei doctorului, nu va putea să participe din nou la probele de Luptă (individual sau echipe), tehnici speciale sau spargerii forță în cursul competiției respective, iar dacă face parte din echipa de Luptă, se poate prezenta la ring (art. 31 B) însă adversarul său din lupta pe echipe care va câștiga punctele puse în joc (4 puncte).

ART. 37. PROBELE LA SPARGERI FORȚĂ / MĂSURAREA FORȚEI

Atât la echipe cât și la individual, juniori I și seniori probele sunt:

- a) pentru **masculin**:

- | | |
|---------------------|-------------------------|
| 1) Ap joomuk jirugi | 4) Dollyo Chagi |
| 2) Sonkal Taerigi | 5) Bandae Dollyo Chagi. |
| 3) Yopcha Jirugi | |

b) pentru **feminin**:

- | | |
|---------------------|-------------------------|
| 1) Ap Palkup jirugi | 4) Dollyo Chagi |
| 2) Sonkal Taerigi | 5) Bandae Dollyo Chagi. |
| 3) Yopcha Jirugi | |

c) La proba **sistem dinamometru**, masculin/feminin:

- Sonkal taerigi – 2 încercări, va fi punctată/notată valoarea cea mai mare
- Dollyo chagi – 2 încercări, va fi punctată/notată valoarea cea mai mare
- **TOTAL** = însumarea valorilor cele mai mari de la ambele probe.

d) **Echipele** pot să se înscrie la această probă doar dacă au minim 5 concurenți la masculin și la feminin cu respectarea vârstei sportivilor conform probelor.

e) Oricare dintre aceștia pot participa la o singură probă. În caz de egalitate, pentru departajare se va trage la sorți atât proba cât și ordinea de intrare a echipelor (concurenților). Oricare dintre sportivi poate intra la baraj indiferent cu ce tehnică a participat înainte sau dacă a fost rezervă. Desemnarea câștigătorului se face în funcție de numărul de puncte acumulate: cel care are cele mai multe puncte va fi desemnat câștigător.

f) Dacă sunt mai mulți sportivi cu același număr de puncte departajarea se va face prin probe de baraj în conformitate cu paragraful (g) din articolul 23. Numărul de plăci se stabilește de către CExA pentru fiecare categorie în parte.

g) Numărul plăcilor pentru concursurile oficiale sunt (în conformitate cu cele ITF);

Numărul plăcilor spargerii forță MASCULIN							
Proba / categoria		seniori	juniori I	juniori II (pre-juniori)	juniori III		
		peste 19 ani	16-18 ani	13-15 ani	11-12 ani	09-10 ani	sub 8 ani
1	Ap-Joomuk Jirugi	3	2				
2	Sonkal Taerigi	3	2	Dinamo- metru	Dinamo- metru	Dinamo- metru	Dinamo- metru
3	Yopcha Jirugi	4	3				
4	Dollyo Chagi	3	2	Dinamo- metru	Dinamo- metru	Dinamo- metru	Dinamo- metru
5	Bandae Dollyo Chagi	3	2				

Numărul plăcilor spargerii forță FEMININ							
Proba / categoria		seniori	juniori I	juniori II (pre-juniori)	juniori III		
		peste 19 ani	16-18 ani	13-15 ani	11-12 ani	09-10 ani	sub 8 ani
1	Ap Palkup jirugi	2	1				
2	Sonkal Taerigi	2	1	Dinamo- metru	Dinamo- metru	Dinamo- metru	Dinamo- metru
3	Yopcha Jirugi	3	2				
4	Dollyo Chagi	2	1	Dinamo- metru	Dinamo- metru	Dinamo- metru	Dinamo- metru
5	Bandae Dollyo Chagi	2	1				

ART. 38. PROBELE LA TEHNICI SPECIALE

a) Atât la echipe cât și la individual juniori și seniori probele sunt pentru **masculin și feminin**:

- Twimyo Nopi Ap Cha Busigi
- Twimyo Dollyo Chagi
- Twimyo Bandae Dollyo Chagi
- Twio Dolmyo Yop Cha Jirugi
- Twio Nomo Yop Cha Jirugi.

b) **Echipele** pot să se înscrie la această probă doar dacă au minim 5 concurenți la masculin și la feminin. Oricare dintre aceștia poate participa la o singură probă.

c) În caz de egalitate, pentru departajare se va trage la sorți atât proba cât și ordinea de intrare a echipelor (concurenților).

d) Oricare dintre sportivi poate intra la baraj indiferent cu ce tehnică a participat înainte sau dacă a fost rezervă. Desemnarea câștigătorului se face în funcție de numărul de puncte acumulate: cel care are cele mai multe puncte va fi desemnat câștigător. Dacă sunt mai mulți sportivi cu același număr de puncte departajarea se va face prin probe de baraj în conformitate cu paragraful (f) din articolul 23.

e) Înălțimile pentru această probă se stabilesc de către CExA pentru fiecare categorie în parte.

f) Înălțimile pentru concursurile oficiale sunt (în conformitate cu cele ITF):

Înălțimile pentru tehnici speciale MASCULIN							
Proba / categoria / înălțimea		seniori	juniori I	juniori II (pre-juniori)	juniori III		
		peste 19 ani	16-18 ani	13-15 ani	11-12 ani	09-10 ani	sub 8 ani
1	Twimyo Nopi Ap Cha Busigi	260 cm	250 cm	230 cm	190 cm 200 cm		
2	Twimyo Dollyo Chagi	240 cm	230 cm	210 cm	180 cm 190 cm		
3	Twimyo Bandae Dollyo Chagi	220 cm	210 cm	190 cm			
4	Twio Dolmyo Yop Cha Jirugi	220 cm	210 cm	190 cm			
5	Twio Nomo Yop Cha Jirugi	140 cm	130 cm	120 cm	90 cm 110 cm	80 cm 100 cm	70 cm 80 cm ⁴

Înălțimile pentru tehnici speciale FEMININ							
Proba / categoria / înălțimea		seniori	juniori I	juniori II (pre-juniori)	juniori III		
		peste 19 ani	16-18 ani	13-15 ani	11-12 ani	09-10 ani	sub 8 ani
1	Twimyo Nopi Ap Cha Busigi	230 cm	220 cm	200 cm	180 cm 190 cm	-	-
2	Twimyo Dollyo Chagi	210 cm	200 cm	180 cm	170 cm 180 cm	-	-
3	Twimyo Bandae Dollyo Chagi	190 cm	180 cm	170 cm			
4	Twio Dolmyo Yop Cha Jirugi	190 cm	180 cm	170 cm			
5	Twio Nomo Yop Cha Jirugi	120 cm	110 cm	100 cm	80 cm 100 cm	70 cm 90 cm	60 cm 70 cm ⁵

ART. 39. CONTESTAȚIA

- a) Doar antrenorul care însoțește sportivul la ring, are licență de antrenor / instructor valabilă pentru anul în curs și are denumirea de antrenor / instructor pe legitimația de competiție se poate prezenta la președintele juriului ringului respectiv, în scopul de a contesta decizia arbitrilor atunci când i se pare că regulile de concurs sunt încălcate, având taxa de contestație asupra lui și într-un interval de maxim **5 minute** de când a fost dată decizia.

⁴ Text introdus prin BF 16.12.2025.

⁵ Text introdus prin BF 16.12.2025.

- b) Contestația se completează pe loc la masa președintelui juriului ringului respectiv pe formularul de contestație aflat pe masă și înmânarea taxei aprobate pentru contestație președintelui juriului. Președintele juriului va anunța membrii CExA care vor analiza contestația și vor hotărî dacă aceasta este acceptată sau nu. Dacă contestația nu este acceptată, banii nu vor fi returnați și vor intra în fondul de plată al arbitrilor.
- c) Dacă contestația este acceptată, taxa va fi returnată antrenorului. În acest caz arbitrii ringului respectiv împreună cu CExA vor lua una din următoarele hotărâri și vor anunța părțile implicate prin Jury President sau directorul CCA (fără a da explicații):
- se repetă meciul;
 - se inversează decizia.
- d) În cazul unei contestații, activitatea pe ringul respectiv se va relua doar după rezolvarea acesteia.

ART. 40. DECIZIILE CONTESTAȚIILOR

- a) Deciziile contestațiilor se anunță părților implicate în contestație prin Jury President sau directorul CCA în urma consultărilor arbitrilor ringului respectiv cu membrii CExA.
- b) Arbitrii își bazează întotdeauna deciziile pe regulile din acest document și pe cele predate la cursurile de arbitraj, iar decizia lor nu are voie să vină în contradicție cu acestea.

ART. 41. RETRAGEREA ECHIPEI

În cazul retragerii echipei de la competiție sub formă de protest vor rezulta următoarele:

- a) descalificarea automată a clubului din respectivul concurs și pierderea locurilor obținute de către aceștia în cadrul concursului;
- b) pierderea drepturilor pe linie de arbitraj a arbitrilor care provin de la clubul respectiv;
- c) perioada de suspendare a sportivilor clubului care va fi hotărâtă de Biroul Federal.

ART. 42. COPII ALE REGULILOR DE COMPETIȚIE

O copie a regulilor de competiție trebuie să se găsească la toate concursurile și să fie accesibilă tuturor concurenților și oficialilor.

Prezentul regulament a fost actualizat și modificat conform ultimelor cerințe internaționale. Ultima modificare a fost efectuată ca urmare a hotărârii Biroului Federal din **16 decembrie 2025** și este aplicabil începând cu aceeași dată.