

le SENS du TAEKWONDO

Challenge Combat

태권도

Le Sens du TaekwonDO

CHALLENGECOMBAT

Etat d'esprit

Chaque année, les clubs de l'Ecole Michel Carron et leurs amis se réunissent pour affirmer leur cohésion et leur filiation autour d'événements appelés « **CHALLENGE** ».

Ces rencontres, voulues festives, donnent l'occasion aux élèves de se mesurer entre eux et d'apprendre à se connaître.

L'objectif est multiple. Harmoniser le niveau des participants. Préserver la démarche martiale de notre pratique, fidéliser les adhérents en leur proposant des animations et leur fixer un objectif pour maintenir un niveau de motivation élevé.

Enfin, pour ceux qui aspirent à être un jour ceinture noire, il est nécessaire d'avoir éprouvé le « stress » lié au devoir d'être à la hauteur dans l'instant présent.

Lieu

Fresnes

Date

Dimanche 26 avril 2026 - de 8h30 à 13h30

Catégories

- Cadets : 14 - 15 ans
- Juniors : 16 - 17 ans
- Séniors : 18 - 45 ans

Sommaire

1. **Catégories**
2. **Tenue et protections**
3. **Juges**
4. **Conditions de la Victoire**
 1. Gagner le duel / le combat
 2. Gagner un round
5. **Frappes autorisées**
6. **Fautes**
7. **Durée d'un combat**
8. **Aire de combat**
9. **Déroulement de la compétition**
 1. Les « Duels »
 2. Schéma de la compétition
 3. Cas particuliers
 4. Récompenses
10. **Condition de participation**
 1. Participation
 2. Tenues
 3. Date limite
11. **Déroulement**
12. **Contacts utiles**
13. **Fiche d'inscription**



Règlement

La compétition est ouverte aux pratiquants de la ceinture jaune à la ceinture noire. L'objectif est de proposer une expérience du combat aux pratiquants.

Le présent règlement pourra bénéficier de toutes les adaptations jugées utiles par l'organisateur pour assurer le déroulement du challenge.

1. Catégories

	Pupilles 8 - 9 ans	Benjamins 10 - 11 ans	Minimes 12 - 13 ans	Cadets 14 - 15 ans	Juniors 16 - 17 ans	Séniors 18 - 45 ans
Féminines	- 30 kg	- 35 kg	- 40 kg	- 47 kg	- 53 kg	- 55 kg
	- 35 kg	- 40 kg	- 45 kg	- 54 kg	- 59 kg	- 61 kg
	- 40 kg	- 45 kg	- 50 kg	- 61 kg	- 66 kg	- 68 kg
	- 45 kg	- 50 kg	- 55 Kg	61 kg et +	66 kg et +	68 kg et +
	45 kg et +	50 Kg et +	55 kg et +			
Masculins	- 30 kg	- 35 kg	- 35 kg	- 57 kg	- 61 kg	- 67 kg
	- 35 kg	- 40 kg	- 42 kg	- 63 kg	- 68 kg	- 75 kg
	- 40 kg	- 45 kg	- 49 kg	- 70 kg	- 76 kg	- 84 kg
	- 45 kg	- 50 kg	- 56 kg	70 kg et +	76 kg et +	84 kg et +
	- 50 kg	- 55 kg	- 62 kg			
	50 kg et +	55 kg et +	62 kg et +			

- Les participants devront s'inscrire dans leur catégorie, correspondant à leur âge et leur poids, **en précisant leur couleur de ceinture.**
- **L'âge pris en compte sera celui du jour du Challenge.** Ainsi, un participant qui aura 18 ans en mai sera considéré comme junior si le challenge a lieu en avril (puisqu'il aura encore 17 ans).



Du courage

2. Tenue et protections

- Dobok et ceinture du grade
- Casque et protège-dents (casque à bulle recommandé)
- Plastron
- Coquille
- Protège-tibias et protège-pieds
- Sont fortement conseillés les protège-avant-bras et les mitaines (obligatoires pour les catégories avant Junior)
- **ATTENTION !!! Pas de maquillage et une hygiène corporelle adaptée**



3. Juges

- Le jury est composé d'au moins 3 juges, d'un arbitre central et d'un greffier (sur la table centrale) par aire de compétition.
- Les juges seront munis de deux drapeaux de couleur différente pour départager les compétiteurs.
- Un juge ne pourra pas être combattant.
- **Les juges devront être au minimum ceintures bleues**
- Les juges, sur une aire donnée, seront désignés par leur appartenance aux différents clubs représentés le jour de la compétition. **Charge aux clubs de proposer suffisamment de juges pour permettre un équilibre dans les représentations, les roulements des juges et l'impartialité des décisions prises.**

Le greffier aura pour fonction :

- Présenter les duellistes du combat et annoncer les duellistes du combat suivant.
- Annoncer la levée des drapeaux lors de la décision du round.
- Enregistrer les résultats du combat (dans le cadre d'un tournoi : donner, au vainqueur, accès au tour suivant).
- De manière subsidiaire, assurer le bon déroulement du duel (par exemple, en positionnant les participants qui attendent de passer).

Les juges auront pour fonction :

- D'observer attentivement les prestations.
- De les apprécier en toute impartialité en tenant compte des critères d'évaluations (cf. point n°4 « Conditions de la victoire »).
- De désigner individuellement le duelliste qui mérite de gagner le round, en levant immédiatement, au signal du Greffier, le drapeau correspondant au pratiquant choisi.

L'arbitre central a pour fonction :

- D'assurer la fluidité du combat (en séparant les adversaires par exemple).
- De signaler les actions répréhensibles (cf. voir le point n°6 sur les « Fautes »).
- De mettre fin au round ou au combat (cf. voir le point n°4 sur les « Conditions de la victoire »).

4. Conditions de la Victoire

I. Gagner le duel / le combat

Les combats sont en 2 rounds gagnants, ainsi **le vainqueur du duel est celui qui a remporté 2 rounds** : soit d'affilé, soit sur les 3 rounds nécessaires pour départager les combattants.

Le participant pourra être déclaré vainqueur sur décision de l'arbitre central :

- Si son adversaire est K.O.
- Si l'adversaire est en danger (du fait d'une trop grande différence de niveau)
- Si l'adversaire est dans l'impossibilité de poursuivre le combat (sur blessure par exemple)
- En cas de comportement inapproprié de l'adversaire

II. Gagner un round

Les juges seront amenés à désigner quel est le « combattant » qui mérite d'emporter le round.

Leur appréciation devra être sincère et tenir compte des éléments suivants (par ordre d'importance) :

- **En cas de K.O.**
- **Sur décision de l'arbitre central si l'adversaire est en danger**
- **Sur décision de l'arbitre central si l'adversaire est dans l'impossibilité de poursuivre le combat**
- **Sortie par deux fois de l'aire de combat** (Cf. Point N°6 « Fautes »).
- **Une plus grande domination lors du combat** (*la domination est un critère subjectif. Mais il est raisonnable de penser que les juges observent la même chose et le traduiront sincèrement au moment de lever leur drapeau.*)
- **Le nombre important de fautes** signalées par l'arbitre central
- Le combattant gardant le mieux le centre de l'aire de combat.
- Le plus grand nombre de frappes données.
- Le moins de coups reçus dûs à des blocages ou des esquives.
- Les qualités techniques du combattant.
- Le comportement des combattants.



De l'engagement

5. Frappes autorisées

- Coups de pied au-dessus de la ceinture
- Coups de poing au corps
- Frappes au visage (avec les pieds) autorisées à partir de 14 ans (catégorie Cadets).

6. Fautes

- **Sortir de l'aire de combat.** Cette dernière est sanctionnée en donnant la victoire du round à l'adversaire au bout de 2 sorties. Est considéré comme « sortie » si celle est liée à une **fuite** du combat ou si le combattant est **sorti de l'aire par un coup de pied** (les deux pieds devront être en dehors).
- **Frapper sous la ceinture.**
- **Coup de poing au visage**
- **Fuir le combat**
- Pousser
- Tirer
- Tomber dans le but de neutraliser l'action
- Parler à son adversaire

ATTENTION !!! Seul l'arbitre central ou le greffier en table centrale sont habilités à décider de la faute et de la valeur de celle-ci (ex : a-t-elle, ou leur répétition, ont-elles des conséquences sur le déroulé ou l'issue du combat ?).

Ainsi, l'arbitre central peut mettre en garde le fautif et/ou, si il y a lieu, arrêter le round pour donner la victoire à l'autre combattant.

7. Durée d'un combat

- Les combats sont en 2 rounds gagnants, de 45 à 60 secondes chacun.
- Un troisième round est organisé en cas d'égalité
- Le temps de repos entre chaque round est de 15 à 20 secondes.

8. Aire de combat

En fonction de la salle qui accueillera le CHALLENGE, il y aura une ou plusieurs aires de combats. La taille de celles-ci sera également adaptée à l'évènement.

- 6 mètres x 6 mètres
- 8 mètres x 8 mètres



Ici, on ne marque pas de points !

9. Déroulement de la compétition

I. Les « Duels »

Les participants s'affronteront en un contre un.

Les compétiteurs seront représentés par les couleurs **CHEUNG** (drapeau Bleu) ou **HONG** (drapeau Rouge).

A la fin des prestations, les deux participants restent sur le tapis et attendent la décision des juges.

Au signal du Greffier, les juges devront alors lever un drapeau, en même temps, désignant le « Duelliste » qui, selon chacun d'eux, a réalisé la meilleure prestation.

La victoire revient au pratiquant ayant reçu au moins deux drapeaux sur les trois (ou 3 sur 5 si il y a 5 juges). La décision prise par un juge est irrévocable. Un juge lui-même ne pourra revenir sur sa décision une fois le drapeau levé (charge à lui de ne pas se tromper de couleur de drapeau).

Si le CHALLENGE est configuré en TOURNOI, le vainqueur du duel accède au tour suivant et ainsi de suite jusqu'à « la finale ».

N.B. : le combattant est seul sur l'aire de combat. Il n'y a pas de coach pour l'accompagner.



Le Taekwondo qui fait du bien là où ça fait mal !

II. Schéma de la compétition

Dans sa configuration initiale, le CHALLENGE prévoit que chaque participant puisse acquérir une expérience du combat, peu importe l'issue de ceux-ci.

Aussi, l'objectif est de réaliser tous les combats qui sont proposés (généralement entre 2 et 4 combats).

Pour le bon déroulé du CHALLENGE, des pools de 3 à 5 combattants sont décidés. Au sein de chaque pool, les combattants s'affrontent entre eux.

Pool avec 3 participants	Pool avec 4 participants	Pool avec 5 participants
Combat A contre B	Combat A contre B	Combat A contre B
Combat A contre C	Combat A contre C	Combat A contre C
Combat B contre C	Combat A contre D	Combat A contre D
	Combat B contre C	Combat B contre C
	Combat B contre D	Combat B contre D
	Combat C contre D	Combat C contre D
		Combat B contre E
		Combat C contre D
		Combat C contre E
		Combat D contre E

Chaque participant repartira alors avec un nombre de victoires ou de défaites qui seront autant de leçons et d'expériences pour lui permettre d'améliorer sa pratique.

III. Cas particuliers

I. Dans le cadre du CHALLENGE et des Pools

Il pourra être envisagé de rajouter, dans le cadre des pools, des combats. Ceux-ci auront pour but de départager les participants ayant obtenu le même nombre de victoires.

II. Dans le cadre où le CHALLENGE deviendrait TOURNOI

L'organisation s'autorise à faire évoluer le CHALLENGE en TOURNOI.

En fonction du nombre de pools engagés dans une même catégorie, les vainqueurs de chaque pool seront amenés à s'affronter en **duels éliminatoires** jusqu'à la « FINALE ».

Le vainqueur de la « FINALE » sera déclaré vainqueur de la catégorie.

III. Dans le cas où il n'y aurait que 2 participants dans une catégorie

Si il y a deux participants dans une même catégorie, ils seront amenés à se rencontrer plusieurs fois (au moins deux fois). Duel aller ; duel retour ; si besoin, duel de départage.

10. Récompenses

La récompense, pour tous les participants, est évidemment l'expérience qu'ils retireront de l'évènement.

En configuration TOURNOI, un vainqueur par catégorie sera désigné à l'issue de la compétition.

Sont titrés également, toutes catégories confondues :

- La distinction ceinture JAUNE
- La distinction ceinture BLEUE/ROUGE
- La distinction ceinture NOIRE



Les distinctions 2024

11. Conditions de participation

I. Participation

- Les inscriptions et la liste des compétiteurs seront remises directement par les clubs.
- Merci de respecter la date limite d'inscription. Pour des raisons d'organisation, le club hôte se laisse la possibilité de refuser toute inscription envoyée ultérieurement à la date limite, la responsabilité vis-à-vis des participants non inscrits en incombera aux clubs retardataires.
- Les clubs garantissent la régularité des compétiteurs (ceux-ci sont bien inscrits et licenciés de leur club).
- L'organisation des « pools » et des catégories se fera en amont de la compétition par le comité organisateur. Les duels seront « tirés au sort » puis seront affichés le jour de l'évènement.
- Les clubs indiqueront, en même temps que leur inscription à l'évènement, le nombre et les noms des juges qu'ils souhaitent voir participer. Des « équipes de juges » par 3 ou 5 personnes, provenant des différents clubs, seront alors constituées à l'avance.

La participation est de 10 € par compétiteur. Le règlement de l'inscription se fait par virement ou par chèque à l'ordre de « **Dendrobates Taekwondo Fresnes** »

II. Tenues

- *Dobok* blanc col blanc pour les ceintures de couleurs
- *Dobok* col noir pour les ceintures noires

Les « combattants » se présenteront pieds nus (chaussures non acceptées).

III. Date limite

- La fiche d'inscription est à retourner avant la date limite d'inscription (cf. Point n°14 « Fiche d'inscription »).
- Les clubs devront également adresser par email la liste des juges (cf. point n°13 « Contacts utiles »).

DATE LIMITE D'INSCRIPTION LE 20 AVRIL 2025

12. Déroulement

Le Challenge Combat se déroulera sur une demi-journée. **Le dimanche 27 avril 2025** de 8h30 à 13h30

Horaires	Libellé
8h00	Convocation des compétiteurs, des juges. Installation de la salle
8h30	Présentation des règles et des aires de compétitions. Photo de l'assemblée présente.
8h40	Échauffement.
9h00	Début de la compétition.
12h00	Remise des récompenses. Discours de fin.
12h30	Rangement de la salle.

13. Contacts utiles

Inscriptions auprès de : lesensdutaekwondo@gmail.com ; parrot.francois@gmail.com

Par **SMS** : 06 47 85 14 01

Infos disponibles sur : <http://le-sens-du-taekwondo.com>
<https://taekwondo-dendrobates-fresnes.com>

- Ci-après la fiche d'inscription à remplir et nous retourner. Le nombre de participants par catégorie n'est pas limité.
- Merci également d'adresser la liste de vos juges avec leurs grades, adresses emails et téléphones.



Edition 2024

14. Fiche d'inscription

Nom du club :

Nom de l'enseignant ou du contact utile :

Téléphone :

Email :

Inscrire les noms et prénoms des participants dans les catégories concernées - *Date limite d'inscription le 20-04-2025* - la liste des juges de chaque club est à fournir à part avec les coordonnées de ceux-ci.

	Nom et prénom	Genre (Masculin/ Féminin)	Poids	Date de naissance	jaune	Bleue-rouge	Noire
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							