



Sil'la TAEKWONDO DAG 2024

23. mar. 24

En dag fyldt med Taekwondo for bredden, masser af medaljer, pokaler og hygge på tværs af klubberne.

Læs mere og tilmeld på: www.silla.dk/event/silla-taekwondo-dag-2024

Sil'la Taekwondo Dag 2024

D. 23. marts 2024

På dagen vil udøverne kunne vælge at deltage i 100 Taegeuk/Poomsae, lave 1.000 spark på puder samt diverse konkurrencer i løbet af dagen. Man vælger ved tilmelding, hvad man ønsker at deltage i.

OBS. Det er et krav, at man har dobok på.

Arrangementet er et tiltag for bredden, for at samle Taekwondo-Danmark. Alle er velkomne, både Mon, Kup og Dan-bærer.

Der vil være præmier til alle, der gennemfører deres disciplin eller bliver top tre i de forskellige konkurrencer. Derudover er der pokaler for de tre mest deltagende klubber.

Lokation:

Kongreshallen, Tøndervej 77, 6000 Kolding.

Pris:

Det koster 89 kr. at deltage i én disciplin, 139 kr. for at deltage i begge hoveddiscipliner (100 Taegeuk/1.000 Spark). Hvis du også ønsker at deltage i de to indlagte konkurrencer i løbet af dagen, så koster det 10 kr. pr. konkurrence.

Samlet pris for det hele vil være 159 kr.

Du vælger hvad du ønsker i forbindelse med tilmeldingen.

Betaling skal ske med betalingskort i forbindelse med tilmeldingen. Tilmeldingen er først gyldig når betalingen er sket.

Tilmelding:

Tilmelding skal ske på <https://www.silla.dk/event/silla-taekwondo-dag-2024>

Vi vil rigtig gerne have at I tilmelder jer i god tid, så vi kan arrangere den bedst mulige dag. Derfor har vi valgt at give jer mulighed for at påvirke, hvilke præmier der kan vindes på dagen.

Præmien er som udgangspunkt en 45mm medalje, medmindre nedenstående opfyldes.

Hvis der er tilmeldt **100 deltagere senest d. 1/3-24**, så udløser det store medaljer 70mm til alle.

Hvis der er tilmeldt **175 deltagere senest d. 1/3-24**, så udløser det pokaler på 17 cm til alle.

Så skynd dig at tag fat i dine klubkammerater og få samlet en masse sammen inden fristerne.

Sidste chance for tilmelding er d. 13/3-24

Ramme tidsplan:

Kl. 11.00 – 12.30: Velkomst og fælles opvarmning/udtrækning

Kl. 11.15 – 13.00: 100 Taegeuk/1.000 Spark

Kl. 13.00 – 13.45: Frokostpause, medaljeoverrækkelse og afvikling af konkurrence i Show Hanbon

Kl. 13.45 – 16.30: 100 Taegeuk/1.000 Spark

Kl. 16.30 – 17.00: Medaljeoverrækkelse og afvikling af konkurrence i Sparke kombination

Kl. 17.15: Tak for i dag

Praktisk:

Arrangementet foregår i dobok. Du vælger selv ved tilmelding, hvilke(n) disciplin(er) du ønsker at deltage i. Der er ingen krav om bæltegrad eller alder og heller intet krav om coach eller træner fra de deltagende klubber. Entré er gratis for tilskuere.

Det er tilladt at have indendørs sko på, da der ikke vil være måtter på gulvet til andet end Show Hanbon.

Sådan foregår det, hvis du vælger 100 taegeuk/Poomsae disciplinen:

Du vælger selv hvilke Taegeuk/Poomsae du ønsker at gå samt hvornår. Det forventes at du som minimum kan Taegeuk il-jang, men ellers er der ingen krav. Udfordringen kan med fordel bruges til at øve/lære nye Taegeuk/Poomsae. Der vil være nogle minimumskrav til udførelse af Taegeuk/Poomsae for at det tæller - disse vil blive gennemgået i forbindelse med velkomsten, ligesom det vil blive kontrolleret i løbet af dagen.

Det er op til deltagerne selv at holde styr på, hvor mange Taegeuk/Poomsae der er udført og løbende melde tilbage til administrationsbordene.

Sådan foregår det, hvis du vælger 1.000 spark disciplinen:

Du vælger selv hvilke spark du ønsker at lave - det eneste krav er, at der er tale om et Taekwondo spark.

Det vil være deltagerne selv, der holder puder for hinanden.

Der vil være nogle minimumskrav til udførelse af sparket, for at det tæller - disse vil blive gennemgået i forbindelse med velkomsten, ligesom det vil blive kontrolleret i løbet af dagen.

Det er op til deltagerne selv at holde styr på, hvor mange spark der er udført og løbende melde tilbage til administrationsbordene.

Sådan foregår det, hvis du vælger konkurrencen Show Hanbon:

Deltagerne deles op i tre grupper; en for Mon, en for Kup og en for Dan.

Konkurrencen er bygget op om Hanbon Kireugi, men i et mere løst format. Dvs. I vælger selv hvilken form for angreb det er (Det behøver ikke være et slag i højsektion) og der må gerne være mere end ét angreb.

Find en makker og stil op sammen. Det koster 10 kr. pr. person at deltage (Dvs. 20 kr. for et par - du kan ikke stille op selv). Begge vil få en præmie, hvis man ender i top tre i gruppen.

Vinderen vurderes ud fra kraft, energi, kreativitet og show effekt. Der vil være måtter til dette.

Sådan foregår det, hvis du vælger konkurrencen Sparke kombination:

Deltagerne deles op i tre grupper; en for Mon, en for Kup og en for Dan.

Så gælder det ellers om at fyre den fedeste/sejeste sparkekombination af - enten på puder eller ud i luften. (Der vil være koteletter og store puder til rådighed). Der skal være tale om Taekwondo spark og kombinationen skal være på minimum 5 spark, der fyres af i ét flow.

Det koster 10 kr. at deltage og der vil være en præmie til top tre i gruppen.

Vinderen vurderes ud fra kraft, energi, kreativitet, udførelse og sværhedsgrad.

Medaljer:

Medaljeoverrækkelse sker løbende jf. tidsplanen.

Mad:

Der er intet cafeteria i hallen, men man er velkommen til selv at medbringe mad og drikke til dagen. Derudover vil det være muligt at købe lidt let at spise samt noget at drikke i vores bod.

Arrangør:

Kolding Taekwondo Klub Sil'la

Henrik O. Sørensen – hos@texity.net

Nicolaj Schiermer – nas@texity.net

I samarbejde med Dansk Taekwondo Forbund.

Vi håber på at se en masse glade udøvere i Kolding.

Kihap fra Sil'la



Sponsoreret af Mentoclub

Mentoclub
Foreningsadministration i øjenhøjde