

# Deutsche Taekwondo Union e. V.



9.1.3

WOP Anlage 3

## Para Poomsae

Vorläufiges Inkrafttreten der Urfassung am 06.01.2020 durch Beschluss des Präsidiums

Nr. 9.1.3 WOP - Para Poomsae

Neufassung

vorläufiger Stand: 06.01.2020

Seite 1 von 14

Inhaltsverzeichnis
--------------------

**Hinweis:**

*Aus Gründen der Lesbarkeit wird nachfolgend auf die Verwendung beider Geschlechtsformen verzichtet. Wenn im Text die männliche Sprachform verwendet wird, ist selbstverständlich auch die weibliche Form mit gemeint.*

## **9.1.3 Para Poomsae**

- 1 Allgemeines**
- 2 Wettbewerbe**
- 3 Klassifizierung**
- 4 Klasseneinteilung**
- 5 Ablauf zu Beginn und zum Ende des Formenvortrages**
- 6 Durchgänge**
- 7 Bewertung**
- 8 Inkrafttreten**
- 9 Anhänge und Erläuterungen**
  - A 1 Wettkampfbereich / Wettkampffläche**
  - A 2 Pflichtformen**
  - A 3 Dauer und Kürzung von Durchgängen**
  - A 4 Kriterien zur Punktebergabe**

# Wettkampfordnung Para Poomsae

## 1 Allgemeines

- 1.1. Voraussetzung zur Teilnahme an einer Meisterschaft ist die Zugehörigkeit des Teilnehmers zur Deutschen Taekwondo Union, die durch den DTU-Pass anzuzeigen ist.
- 1.2 Bei Wettkämpfen auf Bundesebene ist die Graduierungsvoraussetzung zur Teilnahme an Meisterschaften im Jugend- und Seniorenbereich der 8. Kup.
- 1.3 Eine Einverständniserklärung des Erziehungsberechtigten bei Minderjährigen muss vorliegen. Sofern eine Vormundschaft besteht, ist eine Einverständniserklärung des Vormundes vorzulegen.
- 1.4 Gegenüber dem Kampfgericht bzw. der Wettkampfleitung ist nur eine Person eines Vereins oder Landesverbandes vertretungsberechtigt.
- 1.5 Die Bekleidung der Teilnehmer besteht aus einem Dobok oder einer Poomsae Uniform. Teilnehmerinnen können ein T-Shirt unter dem Oberteil tragen.
- 1.6 Die Teilnehmer dürfen keine zusätzlichen Gegenstände (Schmuck o.ä. im Sinne von auffallend, groß, lose) tragen.
- 1.7 Die Behinderung muss klassifizierbar sein.

P 10: Ein Nachweis erfolgt durch einen Augenarzt.

P 20: Ein Nachweis erfolgt durch die INAS oder den DBS-Sportpass

P 30: Ein Nachweis erfolgt durch einen Neurologen und den Behinderten-  
ausweis

P 60: Ein Nachweis durch einen HNO-Arzt oder den DGS-Sportpass

Die körperlich beeinträchtigten Sportler müssen einen Behindertenausweis, bzw. einen Nachweis über den Grad der Behinderung (ab 30%) und einen Nachweis durch einen Facharzt, die geistig beeinträchtigten Sportler den Nachweis unter INAS oder den DBS-Sportpass, und die hörgeschädigten Sportler einen Nachweis durch einen entsprechenden Facharzt oder einen DGS-Sportpass vorweisen, mit deren Hilfe die Klassifizierung eindeutig möglich ist.

### Nr. 9.1.3 WOP - Para Poomsae

## 2 Wettbewerbe

Zur Austragung kommen folgende Wettbewerbe:

1. Einzelwettbewerb der weiblichen Jugend
2. Einzelwettbewerb der männlichen Jugend
3. Einzelwettbewerb der Damen
4. Einzelwettbewerb der Herren
5. Paarwettbewerb weibliche / männliche Jugend in der P 60
6. Paarwettbewerb Dame / Herr in der P 60
7. Teamwettbewerb der weiblichen Jugend in der P 60
8. Teamwettbewerb der männlichen Jugend in der P 60
9. Teamwettbewerb der Damen in der P 60
12. Teamwettbewerb der Herren in der P 60

## 3 Klassifizierung

P 10 - Sehbeeinträchtigung

P 11 - Sehschärfe schlechter als LogMAR 2.6

P 12 - Sehschärfe von LogMAR 1.5 bis 2.6 und / oder ein Gesichtsfeld unter 6 Grad

P 13 - Sehschärfe von LogMAR 1.4 bis 1.0 und / oder ein Gesichtsfeld 6 - 20 Grad

P 20 - Geistige Beeinträchtigung

P 30 - Körperliche Beeinträchtigung

P 31 - leichte, bilaterale (oder 3 Extremitäten betreffende) Spastik, Ataxie, Athetose oder Dystonie

P 32 - alle 4 Extremitäten betreffende Dyskinesie, Dystonie, Ataxie, Spastik oder Athetose

P 33 - einseitige Spastik (Arm und Bein), spastische Hemidystonie

P 34 - sehr leichte einseitige (Arm und Bein) oder beidseitige Spastik, leichte Athetose, Dyskinesie, Dystonie oder Ataxie (weniger als 25% in Dauer und Maximum)

P 35 - Beeinträchtigung an den Beinen, die nicht in der P 31-34 klassifizierbar sind

P 36 - Beeinträchtigung an den Armen, die nicht in der P 31-34 klassifizierbar sind

**Nr. 9.1.3 WOP - Para Poomsae**

P 60 - Hörbeeinträchtigung

P 61 - Hörbeeinträchtigung (Hörverlust von mindestens 55 dB im besseren Ohr, bei einem Cochlea-Implantat gilt die Messung vor Einsetzen desselben, externe Hörhilfen dürfen im Wettkampf nicht benutzt werden)

P 62 - Hörbeeinträchtigung (Hörverlust von mindestens 55 dB im schlechteren Ohr, bei einem Cochlea-Implantat gilt die Messung vor Einsetzen desselben, externe Hörhilfen dürfen im Wettkampf nicht benutzt werden)

## 4 Klasseneinteilungen

### 4.1 Einzelwettbewerb der weiblichen / männlichen Jugend und Damen / Herren

Klasse	Alter
bis 16 Jahre	12 – 15 Jahre
bis 30 Jahre	16 – 29 Jahre
über 30 Jahre	30 Jahre und älter

### 4.2 Paarwettbewerb weibliche / männliche Jugend und Dame / Herren nur P 60

Klasse	Alter
bis 16 Jahre	12 – 15 Jahre
bis 30 Jahre	16 – 29 Jahre
über 30 Jahre	30 Jahre und älter

### 4.3 Teamwettbewerb weibliche / männliche Jugend und Dame / Herren nur P 60

Klasse	Alter
bis 16 Jahre	12 – 15 Jahre
bis 30 Jahre	16 – 29 Jahre
über 30 Jahre	30 Jahre und älter

### 4.4 Für alle Wettbewerbe gilt die Jahrgangsregelung.

#### Nr. 9.1.3 WOP - Para Poomsae

## 5 Ablauf zu Beginn und zum Ende des Formenvortrages

Der Wettkämpfer wartet am markierten Eintrittspunkt der Wettkampffläche zusammen mit seinem Coach auf den Aufruf des Koordinators.

Nach Aufforderung durch den Koordinator „Chul-Jeon“ geht der Wettkämpfer vom Eintrittspunkt auf die Wettkampffläche zum markierten Startpunkt.

Auf die Kommandos „Cha-ryeot“, „Kyeong-rye“ grüßt er die Jury durch Verbeugung und beginnt auf das Kommando „Joon-bi“ und „Shi-jak“ mit dem Formenvortrag.

Nach Beendigung der Poomsae steht der Wettkämpfer in der Endposition. Nach den Kommandos „Ba-ro“, „She-uh“, „Cha-ryeot“, „Kyeong-rye“ wartet der Wettkämpfer in disziplinierter Haltung auf die Bekanntgabe der Bewertung.

Nach Aufforderung durch den Koordinator „Tae-jang“ geht der Wettkämpfer zurück zum Eintrittspunkt.

Bei zwei zu laufenden Formen in einem Durchgang verweilt der Wettkämpfer zwischen den Formenvorträgen innerhalb der Wettkampffläche. In den Paar- und Teamwettbewerben hat der Startpunkt keine Bedeutung. In der Startaufstellung ist der Blick immer zur Jury gewandt.

In den P 10 und P 20 Klassen darf der Coach die Kommandos entsprechend dem Pkt. 5 geben.

## 6 Durchgänge

6.1 In jedem Durchgang werden die Reihenfolge der Starter und die jeweilige Poomsae ausgelost. In der P 20 Klasse erfolgt keine Auslosung.

### 6.2 Punktegleichstand

Liegt nach Ende des Vorlaufes, des Halbfinals oder des Finales Punktegleichstand vor, zählt der höhere Wert der Präsentationswertung ohne die Streichwertung. Ist dieser Wert gleich, wird die Streichwertung dazu addiert. Ist dieser Wert gleich, führen die betroffenen Wettkämpfer

#### Nr. 9.1.3 WOP - Para Poomsae

zur Ermittlung des Weiterkommens / Endergebnisses ein Stechen durch. Die zu laufende Form wird durch die Wettkampfleitung bestimmt. In der P 20 Klasse wird die Form nicht bestimmt.

Der Sieger aus dem Stechen wird per Handzeichen durch die Punktrichter ermittelt.

6.3 Die Pause zwischen den beiden Formen beträgt Minimum 60 Sekunden.

## 7 Bewertung

### 7.1 Punkteabzüge

Bewertet wird die jeweilige Vorführung unter Beachtung der Bewertungskriterien (s. Pkt. 7.2 und A 4) und der zu berücksichtigenden Punkteabzüge.

Über die Punkteabzüge entscheiden die Punktrichter in eigener Verantwortung.

Im Bereich Technik können maximal 4 und minimal 1 Punkt vergeben werden.

Im Bereich Präsentation können maximal 6 und minimal 1,5 Punkte vergeben werden.

Die Bewertungen der Punktrichter werden addiert, wobei die höchste und die niedrigste Bewertung im Bereich Technik und Präsentation jeweils gestrichen wird.

Wird die Form 2 x abgebrochen wird der Sportler für diesen Wettbewerb disqualifiziert. Das Gesamtergebnis beträgt 0 Punkte. Der Sportler wird nicht in den Ergebnislisten aufgeführt.

7.2 Bewertet wird der Formenvortrag unter folgender Betrachtung:

- Umsetzung der einschlägigen Vorgaben zur jeweiligen Poomsae durch die WT; definiert durch das Taekwondo Textbook des Kukkiwon in der jeweils gültigen Fassung und „The Explanation of Official Taekwondo Poomsae“,

**Nr. 9.1.3 WOP - Para Poomsae**

- Umsetzung der Keypoints der Deutschen Taekwondo Union zur Erläuterung und Spezifizierung der WT-Vorgaben, erläutert in den Poomsae Cards in der jeweils gültigen Fassung.

Bei einem Formenvortrag werden die Technik und die Präsentation getrennt voneinander bewertet.

Der Focus der Bewertung der **Technik** ist gerichtet auf:

- Stand, Stellungen, Ausführung der Bewegungen, Balance, Körperhaltung
- Hand- und Fußtechniken

Der Focus der Bewertung der **Präsentation** ist gerichtet auf:

- Übereinstimmung mit der offiziellen Poomsae
- Geschwindigkeit, Kraft und Rhythmus
- Ausdruck von Energie

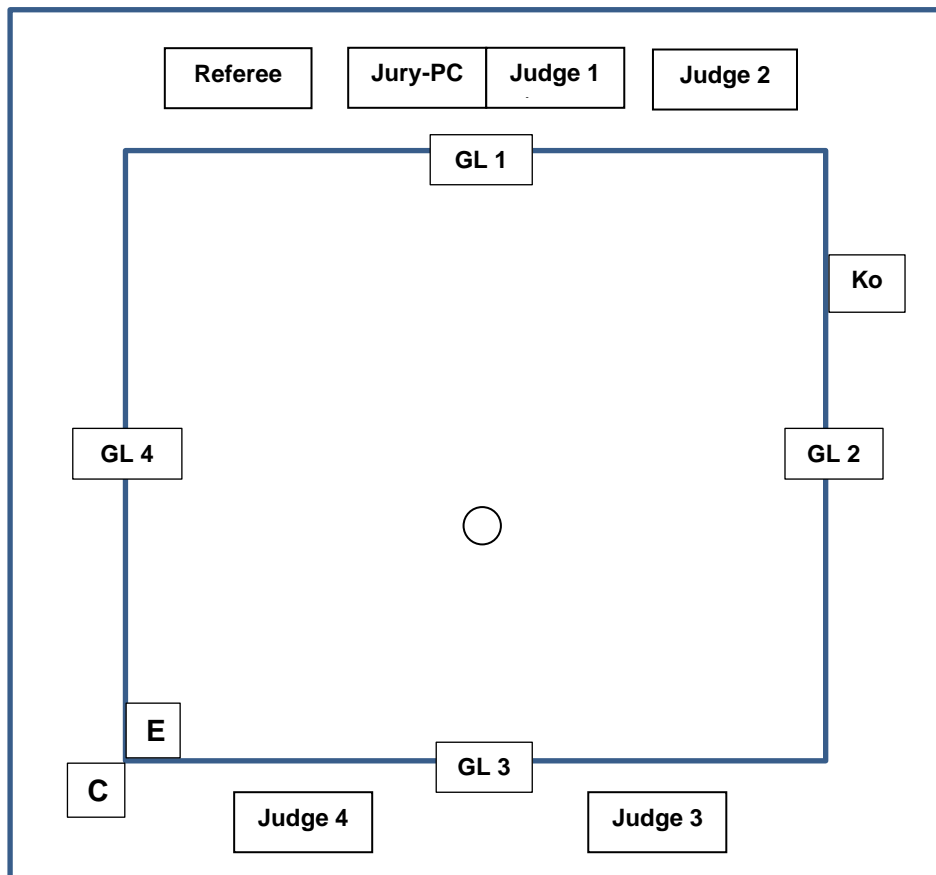
## 8 Inkrafttreten

- 8.1 Die Neufassung dieser Ordnung wurde am 06.01.2020 durch Präsidiumsbeschluss vorläufig in Kraft gesetzt.
- 8.2 Künftige Änderungen treten jeweils mit ihrer Veröffentlichung auf der Web-Seite der DTU in Kraft.



9 Anhänge und Erläuterungen

A 1 Wettkampfbereich / Wettkampffläche



- |                 |                                   |
|-----------------|-----------------------------------|
| <b>Referee:</b> | <b>Vorsitzender</b>               |
| <b>PC:</b>      | <b>Computer</b>                   |
| <b>Judge:</b>   | <b>Kampfrichter 1 - 4</b>         |
| <b>Ko:</b>      | <b>Koordinator für Kommandos,</b> |
|                 | <b>bei P 60 in Höhe der GL 1</b>  |
| ○               | <b>Startpunkt</b>                 |
| <b>GL</b>       | <b>Grundlinien 1 - 4</b>          |
| <b>E</b>        | <b>Eintrittspunkt</b>             |
| <b>C</b>        | <b>Coach</b>                      |

## A 2 Pflichtformen

Formenvorgabe Einzelwettbewerbe

Kategorie	Alter	Pflichtbereich
P 10 Klassen	12 – 15 Jahre	Taeguk 4, 5, 6, 7, 8 Jang, Koryo Kumgang
P 10 Klassen	16 – 29 Jahre	Taeguk 5, 6, 7, 8 Jang, Koryo Kumgang, Taebaek, Pyongwon, Sipjin
P 10 Klassen	30 Jahre +	Taeguk 8 Jang, Koryo, Kumgang, Taebaek, Pyongwon, Sipjin, Jitae, Chonkwon, Hansu
P 20 Klassen	12 Jahre +	Taeguk 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 Jang, Koryo, Kumgang, Taebaek, Pyongwon, Sipjin
P 30 Klassen	12 – 15 Jahre	Taeguk 4, 5, 6, 7, 8 Jang, Koryo
P 30 Klassen	16 – 29 Jahre	Taeguk 5, 6, 7, 8 Jang, Koryo, Taebaek, Pyongwon, Sipjin
P 30 Klassen	30 Jahre +	Taeguk 8 Jang, Koryo, Taebaek, Pyongwon, Sipjin, Jitae, Chonkwon, Hansu
P 60 Klassen	12 Jahre +	Taeguk 6, 7, 8 Jang, Koryo, Kumgang

### Bonuspunkte

In der P 20 Klasse können Bonuspunkte erzielt werden. Folgende Bonuspunkte sollen zum Endstand hinzuaddiert werden:

- 
- Taeguk 1 Jang – Taeguk 3 Jang: Keine Bonuspunkte
- Taeguk 4 Jang – Taeguk 7 Jang: 0,3 Bonuspunkte
- Taeguk 8 Jang – Sipjin: 0,5 Bonuspunkte

### Abzüge von Punkten

In der P 10 und P 30 Klasse dürfen die Sportler anstatt der für die jeweilige Runde geloste Form eine frei gewählte Form zwischen Taeguk 2 Jang und Hansu zeigen.

Für diesen Fall werden folgende Abzüge vom Endstand vorgenommen:

- Jede frei gewählte Taeguk / Poomsae: 0,6 Pkt.
- Taeguk 2 Jang – Taeguk 3 Jang: zusätzlich 0,5 Pkt.
- Taeguk 4 Jang – Taeguk 7 Jang: zusätzlich 0,3 Pkt.
- Taeguk 8 Jang – Hansu: keine zusätzlichen Abzüge

Formenvorgabe Paar- und Teamwettbewerbe

Kategorie	Alter	Pflichtbereich
P 60 Klassen	12 – 15 Jahre	Taeguk 6, 7, 8 Jang, Koryo, Kumgang
P 60 Klassen	16 – 29 Jahre	Taeguk 6, 7, 8 Jang, Koryo, Kumgang
P 60 Klassen	30 Jahre +	Taeguk 6, 7, 8 Jang, Koryo, Kumgang

### A 3 Dauer und Kürzung von Durchgängen

Dauer des Wettbewerbes:

Jeder Teilnehmer muss jede Poomsae mit Rhythmus und Präzision in einer Zeit zwischen 20 und 120 Sekunden vortragen.

Im Falle der Kürzung von Durchgängen kommen folgende Durchgänge zur Austragung:

bei 2 Durchgängen

1. Halbfinale (alle Teilnehmer)
2. Finale (die punktbesten 8 Teilnehmer)

### A 4 Kriterien zur Punktevergabe

Die Kriterien für die Technikwertung sind in 2 Unterkategorien unterteilt:

- Stand, Stellungen, Ausführung der Bewegungen, Balance, Körperhaltung
- Hand- und Fußtechniken

Die Kriterien für die Präsentationswertung sind in drei Unterkategorien unterteilt:

- Übereinstimmung mit der offiziellen Poomsae
- Kraft, Geschwindigkeit, Rhythmus
- Ausdruck von Energie

In jeder Unterkategorie wird eine Maximalpunktzahl von 2,0 und eine Minimalpunktzahl von 0,5 vergeben und zwar folgendermaßen:

- Perfekt: 2,0
- Exzellent: 1,8 bis 1,9
- Sehr gut: 1,6 bis 1,7
- Gut: 1,4 bis 1,5
- Durchschnittlich 1,2 bis 1,3
- Unterdurchschnittlich: 1,0 bis 1,1
- Schlecht: 0,8 bis 0,9
- Sehr schlecht: 0,5 bis 0,7

### **Richtlinien zur Technikwertung (4,0 Punkte)**

1. Stand, Stellungen, Ausführung der Bewegungen, Balance, Körperhaltung (2,0 Punkte)

1.1. Stand, Stellungen

- Moa seogi (geschlossene Stellung)
- Kibon Joonbi seogi (Grundausgangsstellung)
- Ap seogi (kleine Vorwärtsstellung)
- Apkubi seogi (große Vorwärtsstellung)
- Dwitkubi seogi (Rückwärtsstellung)
- Oreon / Wen seogi (kleine Seitwärtsstellung rechts / links)
- Koa seogi (Überkreuz-Stellung)
- Beom seogi (Tiger-Stellung)
- Juchum seogi (breite Stellung)
- Hakdari seogi (Kranich-Stellung)
- Kyotdari seogi (unterstützende Stellung)
- Naranhi seogi (Parallelstellung)
- Tongmilgi seogi (Grundausgangsstellung Koryo)
- Gyepson Joonbi seogi (Grundausgangsstellung mit überlappenden Händen)
- Bo jumok Joonbi seogi (Grundausgangsstellung mit bedeckter Faust)

1.2. Ausführung der Bewegungen

- Sequenz der Richtungen in der Poomsae
- Ausführung der Bewegungen in der richtigen Reihenfolge
- Drehung in die richtige Richtung (z.B. wenn die Form eine 90-Grad-

**Nr. 9.1.3 WOP - Para Poomsae**

Drehung nach rechts oder links oder das Geradeauslaufen vorsieht, etc.)

- Beginn und Ende der Form auf der korrekten Position

### 1.3. Balance

Ohne Wackeln, Schlurfen oder Zögern

### 1.4. Körperhaltung

Stellungen und Handtechniken sollen in der korrekten Positionierung von Füßen, Händen und Armen sowie der korrekten Positionierung des Körpers ausgeführt werden, dabei soll, entsprechend den individuellen Möglichkeiten des Starters, in die richtige Richtung geblickt werden.

## 2. Hand- und Fußtechniken (2,0 Punkte)

### 2.1 Jirugi (Fauststoß)

- Barojirugi (gleichgerichteter Fauststoß)
- Bandoejirugi (seitenversetzter Fauststoß)
- Yopjiregui (seitlicher Fauststoß)

### 2.2. Makki (Block)

- Naeryeomakki (tiefer Block) - Araemakki
- Momtongmakki (Körpermitte-Block)
- Oliyeomakki (Gesichts-Block)

### 2.3 Chigi (Schlag)

- Apchigi (Schlag nach vorne)
- Olgulbakkatchigi (Schlag nach außen in Gesichtshöhe)
- Palkupchigi (Ellbogenschlag)
- Mokchigi (Schlag zum Hals)

### 2.4 Jjireugi (Stoß)

- Pyonsonkkeutsewojjireugi (Fingerspitzenstoß mit der senkrechten Hand)
- Pyonsonkkeutupeojjireugi (Fingerspitzenstoß mit der Handfläche nach unten)
- Pyeonsonkkeutjeochojjireugi (Fingerspitzenstoß mit der Handfläche nach oben)

### 2.5. Milgi (Schieben)

- Nagaepyeogi (Seitwärts schieben mit dem Handballen)

**Nr. 9.1.3 WOP - Para Poomsae**

- Bawimilgi (Felsen schieben)
- Taesanmilgi (Berg schieben)

#### 2.6.Chagi (Kick)

- Apchagi (Vorwärtskick)
- Dolyochagi (Drehkick)
- Yopchagi (Seitwärtskick)
- Dwitchagi (Rückwärtskick)
- Pyojorokchagi (Zieltritt)

### **Richtlinien zur Präsentationswertung (6,0 Punkte)**

1. Übereinstimmung mit der offiziellen Poomsae (2,0 Punkte)  
Die Fähigkeit, die Form zu zeigen, soll auf der Basis gemessen werden, ob die Bewegungen so gezeigt werden, wie die Charakteristika der entsprechenden Bewegung ausgeführt werden. Die Form soll wiedererkennbar sein, so sollen die Punkterichter z.B. in der Lage sein, die Form zu erkennen, ohne vorher erfahren zu haben, um welche Form es sich handelt.
2. Kraft, Geschwindigkeit, Rhythmus (2,0 Punkte)
  - 2.1 Kontrolle der Kraft in dem Sinne, dass die meiste Kraft im kritischsten Moment der Bewegung durch Geschwindigkeit und Weichheit gezeigt wird;
  - 2.2 Kontrolle der Geschwindigkeit in dem Sinne, dass es eine angemessene Verbindung zwischen Aktion und Geschwindigkeitswechsel gibt;
  - 2.3 Rhythmus im Sinne von wiederholten Aktionen, die den Regeln, der Dauer und dem Flow der Kraft entsprechen.
3. Ausdruck von Energie (2,0 Punkte)  
Bewertet wird, ob die Aktionen mit Qualität und Würde gezeigt werden, was dem Meistern der Energie entspringt: das Ausmaß der körperlichen Aktionen, Konzentration, Mut, Genauigkeit, Selbstvertrauen etc., entsprechend den Charakteristika der Aktionen einer Poomsae.