

LAZIO OPEN 2025

POOMSAE FREESTYLE
PARATAEKWONDO



ORGANIZZAZIONE

Comitato Regionale Lazio - FITA

Sito Web: <https://www.taekwondolazio.it/>

CONTATTI & COMUNICAZIONI

- E-mail: info@taekwondolazio.it
- Telegram: [@taekwondolazio](https://t.me/taekwondolazio)
- Facebook: <https://www.facebook.com/FitaLazio/>

INFORMAZIONI

- **Data:** Domenica 06 Luglio 2025
- **Luogo:** Palestra Comunale
- **Indirizzo:** Via Aldo Moro, Cura di Vetralla (VT)

PROGRAMMA DI GARA

- **08:00** Accredito Società
- **08:30** Briefing Coach
- **09:00** Inizio Competizioni
- **13:00** Pausa Pranzo

REQUISITI ATLETA

- Tesserato come atleta per la stagione 2025
- Residente in Italia con nazionalità italiana
- Residente all'estero, con passaporto italiano, affiliato con un club WT/ETU
- Residente in Italia per motivi di lavoro o studio con nazionalità estera*
- Atleti extracomunitari con richiesta di visto d'ingresso per attività sportiva*
- Atleti rifugiati*

*delibera FITA n. 6/2022

REQUISITI COACH

- **Tesseramento FITA:** come Allenatore, Istruttore o Maestro per la stagione 2025
- **Società d'appartenenza:** affiliata FITA per la stagione 2025

REGOLAMENTO DI GARA: POOMSAE INDIVIDUALE NERE

CATEGORIA	ETÀ	INDIVIDUALE	CINTURA	POOMSAE
Kids	10 - 11	Maschile e Femminile	Nera	Dal 3° Taegeuk a Koryo
Cadets	12 - 14	Maschile e Femminile	Nera	Dal 4° Taegeuk a Keumgang
Junior	15 - 17	Maschile e Femminile	Nera	Dal 4° Taegeuk a Taebaek
Under 21	18 - 21	Maschile e Femminile	Nera	Dal 6° Taegeuk a Sipjin
Under 25	22 - 25	Maschile e Femminile	Nera	Dal 6° Taegeuk a Sipjin
Under 30	26 - 30	Maschile e Femminile	Nera	Dal 6° Taegeuk a Sipjin
Under 35	31 - 35	Maschile e Femminile	Nera	Dal 6° Taegeuk a Sipjin
Under 40	36 - 40	Maschile e Femminile	Nera	Dal 6° Taegeuk a Sipjin
Under 50	41 - 50	Maschile e Femminile	Nera	Dall' 8° Taegeuk a Chonkwon
Under 60	51 - 60	Maschile e Femminile	Nera	Da Koryo ad Hansoo
Over 60	61 +	Maschile e Femminile	Nera	Da Koryo ad Hansoo

FORMULA DI GARA "SCONTRO DIRETTO"

ELIMINATORIE & RANKING	QUARTI DI FINALE	SEMIFINALI	FINALI
Turno preliminare di selezione a punteggio tramite l'esecuzione di 2 forme sorteggiate la sera prima della competizione.	Inizio delle fasi di gara a scontro diretto 1vs1 tramite l'esecuzione di 2 forme che verranno sorteggiate al momento per ogni scontro diretto .	Scontro diretto 1vs1 tramite l'esecuzione di 2 forme che verranno sorteggiate al momento per ogni scontro diretto .	Scontro diretto 1vs1 svolta tramite l'esecuzione di 2 forme che verranno sorteggiate al momento .
I migliori 8 punteggi creeranno il ranking degli atleti che passeranno alla fase successiva.	L'ordine di scontro avverrà secondo lo schema qui sotto illustrato.	Le Semifinali seguiranno lo stesso schema dei quarti di finale secondo lo schema qui sotto indicato.	Vincente Semifinale 1 VS Vincente Semifinale 2
N.B: Nel caso in cui i partecipanti siano dai 5 agli 8, la finale sarà a 4 atleti. Se i partecipanti fossero dai 2 ai 4, la finale sarà sempre ad eliminazione diretta ma con sorteggio randomico.			

REGOLAMENTO DI GARA: POOMSAE INDIVIDUALE KUP

CATEGORIA	CINTURA									
	Bianca	Bianca Sup.	Gialla	Gialla Sup.	Verde	Verde Sup.	Blu	Blu Sup.	Rossa	Rossa Sup.
	10° e 9° Kup		8° e 7° Kup		6° e 5° Kup		4° e 3° Kup		2° e 1° Kup	
	ELIMINATORIE									
Beginners	1° Taeguk		2° Taeguk		3° Taeguk		4° Taeguk		6° Taeguk	
Children										
Kids	SEMIFINALI									
Cadets										
Junior	1° Taeguk		2° Taeguk		3° Taeguk		4° Taeguk		7° Taeguk	
Under 21										
Under 25	FINALI									
Under 30										
Under 40	1° Taeguk		2° Taeguk		4° Taeguk		5° Taeguk		8° Taeguk	
Under 50										
Under 60										
Over 60										
FORMULA DI GARA " A PUNTEGGIO"										
ELIMINATORIE			SEMIFINALI				FINALI			
Il turno delle eliminatorie verrà disputato solo per le categorie con più di 20 iscritti.			I gironi delle semifinali si svolgeranno solo nel caso in cui si arrivi con un numero minimo che sia compreso tra i 9 e i 19 atleti.				I gironi delle finali si svolgeranno solo nel caso in cui si arrivi con un numero minimo di atleti che sia compreso fra i 2 e gli 8 atleti.			
Passeranno alla fase successiva dei " Quarti di Finale " solamente il 50% degli atleti, più eventuali pari merito.			Passeranno al girone successivo i migliori 8 punteggi.				Le premiazioni avverranno con un podio a 4 atleti, formato con i migliori quattro punteggi delle finali di ogni categoria			
N.B: 1. L'ordine di uscita degli atleti nei gironi " Eliminatori " avverrà in ordine alfabetico. 2. Nel caso in cui i gironi " Eliminatorie " e " Semifinali " non raggiungessero il minimo di atleti necessario per il loro svolgimento si procederà con i gironi di gara successivi. 3. Nel caso in cui i gironi " Finali " non raggiungessero il minimo di atleti necessario per il loro svolgimento, si passerà direttamente alle premiazioni.										

REGOLAMENTO DI GARA: FREESTYLE INDIVIDUALE NERE

CATEGORIA	ETÀ	INDIVIDUALE “SERIE A”	CINTURA	TIMING
Under 11	Kids (10 -11)	Maschile e Femminile	Nera	60 - 70 "
Under 14	Cadets (12 - 14)	Maschile e Femminile	Nera	60 - 70 "
Under 17	Junior (15 - 17)	Maschile e Femminile	Nera	90 - 100 "
Under 25	Senior 1 (18 - 25)	Maschile e Femminile	Nera	90 - 100 "
Under 30	Senior 2 (26 - 30)	Maschile e Femminile	Nera	90 - 100 "
FORMULA DI GARA "A PUNTEGGIO"				
ELIMINATORIE		SEMIFINALI	FINALI	
Il turno delle eliminatorie verrà disputato solo per le categorie con un minimo di 12 iscritti per categoria, in caso non venisse raggiunto il numero minimo si passerà al girone di gara successivo.		I gironi delle semifinali si svolgeranno solo nel caso in cui si arrivi con un numero minimo di 6 atleti, in caso contrario si passerà al girone successivo.	I gironi delle finali si svolgeranno solo nel caso in cui si arrivi con un numero minimo di atleti che sia compreso fra i 2 e i 5 atleti.	
Passeranno alla fase successiva delle " Semifinali " solamente il 50% degli atleti, più eventuali pari merito.		Passeranno al girone successivo i migliori 5 punteggi.	Le premiazioni avverranno con un podio a 4 atleti, formato con i migliori quattro punteggi delle finali di ogni categoria	
N.B: 1. L'ordine di uscita degli atleti nei gironi " Eliminatori " avverrà in ordine alfabetico. 2. Nel caso in cui, nelle categorie Under 25 e Under 30 , ci sia un o una sola partecipante, quest'ultimo/a verrà accorpato nella categoria precedente o successiva. 3. Il regolamento Beginners e Kids è equiparato a quello dei Cadetti , per cui il tempo di esecuzione sarà compreso tra 60 e 70 secondi.				

REGOLAMENTO DI GARA: FREESTYLE INDIVIDUALE KUP

CATEGORIA		RAGGRUPPAMENTO PER CINTURA									
		8° Kup	7° Kup	6° Kup	5° Kup	4° Kup	3° Kup	2° Kup	1° Kup		
		Dall' 8° al 5° Kup					Dal 4° al 1° Kup				
Beginners (Under 7)	60 - 70 "	"SE RIE C"					"SE RIE B"				
Children (Under 9)	60 - 70 "										
Kids (Under 11)	60 - 70 "										
Cadets (Under 14)	60 - 70 "										
Junior (Under 17)	60 - 70 "										
Senior (Under 30)	60 - 70 "										
FORMULA DI GARA "A PUNTEGGIO"											
ELIMINATORIE		SEMIFINALI					FINALI				
Il turno delle eliminatorie verrà disputato solo per le categorie con un minimo di 12 iscritti per categoria, in caso non venisse raggiunto il numero minimo si passerà al girone di gara successivo.		I gironi delle semifinali si svolgeranno solo nel caso in cui si arrivi con un numero minimo che sia di almeno 6 atleti, in caso contrario si passerà al girone successivo.					I gironi delle finali si svolgeranno solo nel caso in cui si arrivi con un numero minimo di atleti che sia compreso fra i 2 e i 5 atleti.				
Passeranno alla fase successiva delle "Semifinali" solamente il 50% degli atleti, più eventuali pari merito.		Passeranno al girone successivo i migliori 5 punteggi.					Le premiazioni avverranno con un podio a 4 atleti, formato con i migliori quattro punteggi delle finali di ogni categoria				
N.B: 1. L'ordine di uscita degli atleti nei gironi "Eliminatori" avverrà in ordine alfabetico. 2. Nel caso in cui i gironi "Eliminatori" e "Semifinali" non raggiungessero il minimo di atleti necessario per il loro svolgimento si procederà con i gironi di gara successivi. 3. Nel caso in cui i gironi "Finali" non raggiungessero il minimo di atleti necessario per il loro svolgimento, si passerà direttamente alle premiazioni.											

REGOLAMENTO DI GARA: POOMSAE PARATAEKWONDO

CATEGORIA	RAGGRUPPAMENTO PER CINTURA											
	10° e 9° Kup	8° Kup	7° Kup	6° Kup	5° Kup	4° Kup	3° Kup	2° Kup	1° Kup	Dan		
	Dal 10° al 7° Kup			Dal 6° al 3° Kup					Dal 2° Kup ai Dan			
Beginners												
Children												
Kids												
Cadets												
Junior												
Under 21												
Under 25												
Under 30												
Under 40												
Under 50												
Under 60												
Over 60												
FORMULA DI GARA " A PUNTEGGIO"												
ELIMINATORIE			SEMIFINALI					FINALI				
Il turno delle eliminatorie verrà disputato solo per le categorie con un minimo di 20 iscritti per categoria, in caso non venisse raggiunto il numero minimo si passerà al girone di gara successivo.			I gironi delle semifinali si svolgeranno solo nel caso in cui si arrivi con un numero minimo che sia compreso tra i 9 e i 19 atleti, in caso contrario si passerà al girone successivo.					I gironi delle finali si svolgeranno solo nel caso in cui si arrivi con un numero minimo di atleti che sia compreso fra i 2 e i 8 atleti.				
Passeranno alla fase successiva delle "Semifinali" solamente il 50% degli atleti, più eventuali pari merito.			Passeranno al girone successivo i migliori 8 punteggi.					Le premiazioni avverranno con un podio a 4 atleti, formato con i migliori quattro punteggi delle finali di ogni categoria				
Programma Cinture Nere: Forma del Grado + 1 Forma a Scelta (compresa tra le 3 precedenti o successive, sarà sempre possibile ripetere le stesse forme già scelte)												
Programma Cinture Colorate: Forma del Grado + 1 Forma a scelta (compresa tra le 2 precedenti o successive, se esistono. Sarà sempre possibile ripetere le stesse forme già scelte)												
N.B: 1. L'ordine di uscita degli atleti nei gironi "Eliminatori" avverrà in ordine alfabetico. 2. Nel caso in cui i gironi "Eliminatorie" e "Semifinali" non raggiungessero il minimo di atleti necessario per il loro svolgimento si procederà con i gironi di gara successivi. 3. Nel caso in cui i gironi "Finali" non raggiungessero il minimo di atleti necessario per il loro svolgimento, si passerà direttamente alle premiazioni. 4. Sono ammesse tutte le Classi P, da P20 a P70, di tutti i gradi e tutte le cinture.												

REGOLAMENTO DI GARA: FREESTYLE PARATAEKWONDO

CATEGORIA		RAGGRUPPAMENTO PER CINTURA									
		8° Kup	7° Kup	6° Kup	5° Kup	4° Kup	3° Kup	2° Kup	1° Kup	Dan	
		Dall' 8° al 5° Kup					Dal 4° Kup ai Dan				
Kids (Under 11)	60 - 70 "										
Cadets (Under 14)											
Junior (Under 17)											
Senior (Under 30)											
FORMULA DI GARA "A PUNTEGGIO"											
ELIMINATORIE				SEMIFINALI				FINALI			
Il turno delle eliminatorie verrà disputato solo per le categorie con un minimo di 12 iscritti per categoria, in caso non venisse raggiunto il numero minimo si passerà al girone di gara successivo.				I gironi delle semifinali si svolgeranno solo nel caso in cui si arrivi con un numero minimo che sia di almeno 6 atleti, in caso contrario si passerà al girone successivo.				I gironi delle finali si svolgeranno solo nel caso in cui si arrivi con un numero minimo di atleti che sia compreso fra i 2 e i 5 atleti.			
Passeranno alla fase successiva delle "Semifinali" solamente il 50% degli atleti, più eventuali pari merito.				Passeranno al girone successivo i migliori 5 punteggi.				Le premiazioni avverranno con un podio a 4 atleti, formato con i migliori quattro punteggi delle finali di ogni categoria			
N.B: 1. L'ordine di uscita degli atleti nei gironi "Eliminatori" avverrà in ordine alfabetico. 2. Nel caso in cui i gironi "Eliminatorie" e "Semifinali" non raggiungessero il minimo di atleti necessario per il loro svolgimento si procederà con i gironi di gara successivi. 3. Nel caso in cui i gironi "Finali" non raggiungessero il minimo di atleti necessario per il loro svolgimento, si passerà direttamente alle premiazioni.											

REGOLAMENTO DI GARA: INDICAZIONI GENERALI

- Direzione Gara si riserva di poter accorpare le categorie di gara (con quella inferiore o superiore) nel caso in cui una qualsiasi categoria, di una qualsiasi competizione, non dovesse raggiungere il numero minimo previsto di atleti necessari a svolgere uno o più gironi della competizione stessa.

REGOLAMENTO DI GARA: PREMIAZIONI

>> Sezione Aggiornata <<

- Verranno premiati tutti gli atleti classificati primi, secondi e terzi classificati ex-aequo per ogni categoria prevista.
- Verranno premiate le prime quattro (4) società nella classifica generale della competizione.
- Le medaglie vinte senza lo svolgimento della gara non verranno conteggiate nel punteggio finale.

