



TAEKWONKIDO SINKIDO

30ème COUPE TECHNIQUE
DU CENACLE
au Gymnase Nelson Mandela
Av du moulin

Dimanche 11 février

à Roissy en Brie (77)
entrée : **gratuit**

horaire : de 9h30 à 18h30

Les clubs extérieurs au Cénacle ne sont pas invités

présentation à 9h30

épreuves techniques enfants & adultes :
Poom-Sè, Casses, Self-défense, etc.

BAREME 15 POINTS
(compétiteur ou arbitre) :
apporter sa carte de présences-activités

pour Débutants et Confirmés

ouvert aux Adultes à partir de Ceintures JAUNES
et aux Enfants à partir de Ceintures ORANGES (10 ans et plus)

Encadrement : les C. Noires non compétiteurs seront Juges
(en chaussures de Sport) !

Coupons ci-dessous et frais d'engagement que les élèves doivent rendre avant le :
06-févr

Inscriptions (par le Professeur ou un responsable) par INTERNET avant le
mercredi 7 février à 21h

Accréditations (remise des coupons & frais d'engagement)
par le Professeur ou un Responsable
à l'école Henri Cahn, 26 Bd Gén. Gallieni (à côté poste)
Judi 8 février de 19h à 21h

EPREUVES INDIVIDUELLES (Catég Masc et Catég Fémin. séparées) : (récompense : Médailles)
Classes d'âge (au 31 décembre de l'année civile qui suit le début de la saison) : La nationalité française n'est pas requise
Classe 1 : 15 ans et moins Classe 2 : 16-34 ans Classe 3 : 35 ans et plus
Catégorie Espoirs (Jaunes/Pourpres à Violettes) & Catégorie Confirmés (Bleues à Noires)

POOM-SE/HYONG INDIVIDUEL TRADITIONNEL	POOM-SE/HYONG INDIVIDUEL CREATIF
CASSE	CASSE EN PUISSANCE (réservée uniquement à la classe d'âge 2 et 3 et aux C. Bleues à Noires) :
EN COUPS DE PIED SAUTES	SELF-DEFENSE TRADITIONNELLE
1-PAS COMBAT	SELF-DEFENSE ARTISTIQUE

EPREUVES PAR EQUIPES (Mixtes) : (récompense : 1 Coupe par équipe)
Classes d'âge (au 31 décembre de la Saison en cours) : La nationalité française n'est pas requise
Classe 1 : 15 ans et moins Classe 2 : 16 ans et plus
Chaque équipe sera constituée de personnes appartenant à la même classe d'âge.
Le nombre d'équipes par club n'est pas limité. **Pour toutes ces épreuves, notations par points.**
Grades : à partir de Ceintures Vertes (pas de catégories "Espoirs" & "Confirmés")

POOM-SE/HYONG PAR EQUIPES TRADITIONNEL	POOM-SE/HYONG PAR EQUIPES CREATIF
SELF-DEFENSE PAR EQUIPES	CASSE PAR EQUIPES (salto Arr. interdit)
1-PAS COMBAT PAR EQUIPES (synchronisé)	TAEKWONROBICS (Taekwondo aérobique)

N.B. : Chaque participant peut s'inscrire à une seule épreuve ou à plusieurs épreuves à la fois.
pour toutes les épreuves chronométrées, une pénalité d'un demi-point sera infligée à la table toutes les 15 secondes.

Le Club ayant le plus de victoires (0r : 5 /Argent : 3 /Bronze : 1) remportera le TROPHEE DU CENACLE remis en jeu chaque année.

BAREME (pour les compétiteurs et l'encadrement) : 15 POINTS ! - apporter sa carte de présences/d'activités

A noter (lois relatives à la laïcité) : tout signe ostensible religieux est interdit.

découper ce coupon et le rendre avant le : 06-févr (+ frais de participation)

frais d'engagement 15 € (10 € si inscrit au criterium de la veille)

stage d'arbitrage : le Dimanche 11 février de 8h30 à 9h30

compétiteur

juge technique (participation gratuite)

Il n'y a pas de coach autorisé pour cette compétition !

GRADE : Keûp/Dan / Poom

CLUB : (indiquer la ville)

NOM :

PRENOM :

SEXE : M F AGE EXACT :

DATE DE NAISSANCE (INDISPENSABLE) : / /

autorisation du tuteur légal pour les mineurs : Je soussigné M./Mme autorise mon fils/ma fille nommé(e) à participer à la compétition du Cénacle du 11/02/2024 à Roissy en Brie (77)

Je certifie aussi avoir fourni un certif. médical et avoir été informé qu'il valait mieux être à jour de ses vaccinations,

signature :

30ème COUPE TECHNIQUE

EPREUVES INDIVIDUELLES :

(cocher les cases)

ote : des regroupements d'âge et de catégorie peuvent être opérés

Classe 1 (15 ans et moins) Classe 2 (16-34 ans) Classe 3 (35 ans et plus)

arbitre / juge technique (participation gratuite)

Catégorie Masculine Catégorie Féminine

je participe à :

(Catég. Jaunes/Pourpres à Violettes) (Catég. Ceintures Bleues à Noires)

jour & heures du stage pour Juges techniques :
le Dimanche 11 février de 8h30 à 9h30

POOM-SE INDIV. TRADITIONNEL

CASSE EN CPS DE PIED SAUTES

POOM-SE INDIV. CREATIF 1 PAS COMBAT

SELF-DEFENSE TRAD avec partenaire :

CASSE EN PUISSANCE

SELF-DEFENSE ARTISTIQUE avec partenaire : HANDICAP SELF avec partenaire :

EPREUVES PAR EQUIPES :

Classe 1 (15 ans et moins) Classe 2 (16 ans et plus) note : à partir de CEINTURE VERTE (sauf dérogation)

POOM-SE PAR EQUIPES TRAD. avec partenaire 1..... 2..... (3.....)

POOM-SE PAR EQUIPES CREATIF avec partenaire 1..... 2..... (3.....)

SELF-DEFENSE PAR EQUIPES avec partenaire 1..... 2..... (3.....)

CASSE PAR EQUIPES avec partenaire 1..... 2..... (3.....)

1-PAS COMBAT PAR EQUIPES avec partenaire 1..... 2..... (3.....)

TAEKWONROBICS. avec partenaire 1..... 2..... (3.....)