



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ

ΗΡΟΥΣ 19 (2^{ος} όροφος) Τ.Κ. 10442 - ΑΘΗΝΑ

ΤΗΛ: 210-6820112-13 FAX: 210-6820116

E-mail: info@elot-tkd.gr Website: www.elot-tkd.gr

WORLD ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ GREECE

19, IROUS STR (2nd floor) P.C. 10442 - ATHENS - GREECE

TEL: +30 210-6820112-13 FAX: +30 210-6820116

Αθήνα, 24.12.2025

Προς

Όλα τα Σωματεία –
Μέλη της ΕΛ.Ο.Τ.

ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ

Η Ελληνική Ομοσπονδία Ταεκβοντό προκηρύσσει το :

Α΄ ΑΝΟΙΧΤΟ ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΕΦΗΒΩΝ – ΝΕΑΝΙΔΩΝ (γεννηθέντες 2009-2010-2011)

ΤΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ

ΧΑΛΚΙΔΑ – Αθλητικό Κέντρο Κανήθου «Τάσος Καμπούρης» (Απόλλωνος & Αναγνωστοπούλου) στην περιοχή Ψηλή Ράχη – Κάνηθος, Χαλκίδα Τηλ. 22210 - 87111/2.

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΑΓΩΝΩΝ

24 και 25 Ιανουαρίου 2026 (ημέρες Σάββατο και Κυριακή).
Ώρα έναρξης καθημερινά **09:00 π.μ.**

ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Όλοι οι αθλητές – αθλήτριες εγγεγραμμένοι σε συλλόγους – μέλη της ΕΛ.Ο.Τ., αναλυτικά ως εξής :

από 1ο ΚΟΥΠ και άνω

**Έφηβοι – Νεάνιδες γεννηθέντες από το 2009 έως 2011
(γεννηθέντες από 1/1/2009 έως 31/12/2011)**

ΣΗΜΑΝΤΙΚΗ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ

Οι αγώνες θα περατωθούν στο προκριματικό στάδιο των 8, από όπου θα προκριθούν οι 8 αθλητές – αθλήτριες ανά κατηγορία βάρους, προκειμένου να λάβουν μέρος στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Εφήβων - Νεανίδων. Για όσους αθλητές - αθλήτριες δεν επιτύχουν να προκριθούν έχουν δικαίωμα να λάβουν μέρος και στο Β΄ Ανοιχτό Προκριματικό Πρωτάθλημα, το οποίο θα περατωθεί στο προκριματικό στάδιο των 8 και από το οποίο θα προκριθούν οι 8 αθλητές – αθλήτριες.

Στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα θα λάβουν μέρος οι 8 και 8 αθλητές – αθλήτριες που έχουν προκριθεί από τα Α' και Β' προκριματικά πρωταθλήματα, με σκοπό την ανάδειξη του 1^{ου} νικητή ο οποίος θα μεταβεί με την ιδιότητα μέλους της Εθνικής Ομάδας στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Εφήβων – Νεανίδων έτους 2026 που θα διεξαχθεί στις 12 έως 17 Απριλίου 2026 στη πόλη Τασκένδη του Ουζμπεκιστάν. Στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα δεν θα υπάρχει παράβολο συμμετοχής.

ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΕΙΣ

1. Το δικαίωμα συμμετοχής εξασφαλίζεται με την προϋπόθεση ότι :
α) οι συμμετέχοντες σύλλογοι έχουν προβεί στην **εξόφληση της ετήσιας συνδρομής τους στην ΕΛ.Ο.Τ. έως και το έτος 2026** και β) ότι έχουν προβεί στην απόκτηση της Ειδικής Αθλητικής Αναγνώρισης από την Γ.Γ.Α. και είναι εγγεγραμμένοι στο Μητρώο της Γ.Γ.Α..
2. Όλοι οι αθλητές – αθλήτριες θα πρέπει να είναι κάτοχοι της ψηφιακής κάρτας ΕΛ.Ο.Τ. ενεργού αθλητή, σε ισχύ και με ενημερωμένα τα τελευταία στοιχεία των βαθμών ΚΟΥΠ που κατέχουν. Τα στοιχεία ΝΤΑΝ των αθλητών ενημερώνονται πλέον απευθείας από την ΕΛ.Ο.Τ. **Σημαντική σημείωση : Από 01.06.2025 όλες οι ψηφιακές κάρτες ενεργών αθλητών θα ισχύουν για ένα χρονολογικό έτος από την έκδοσή τους (π.χ. εκδόθηκε 05.06.2025 και θα ισχύει μέχρι 04.06.2026).**
3. Όλοι οι αθλητές θα πρέπει να έχουν μαζί τους την εκτύπωση του βιβλιαρίου αθλητικής ιδιότητας από τη νέα ψηφιακή πλατφόρμα της ΕΛ.Ο.Τ. με την ένδειξη ενεργός.
4. ΚΑΡΤΑ ΥΓΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΗ (ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΗ Η ΠΑΡΟΥΣΙΑ ΤΗΣ ΠΡΩΤΟΤΥΠΗΣ ΣΤΟΥΣ ΑΓΩΝΕΣ) θεωρημένη από ιατρούς μονάδων παροχής υπηρεσιών Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας, Νομαρχιακών, Περιφερειακών ή Πανεπιστημιακών Νοσοκομείων, υγειονομικών στρατιωτικών μονάδων ή από ιατρούς του ιδιωτικού τομέα κατέχοντες την καρδιολογική ειδικότητα. Σε περίπτωση που η θεώρηση της ΚΑΡΤΑΣ ΥΓΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΗ είναι από ιατρούς λοιπών ειδικοτήτων, αυτοί θα πρέπει να έχουν λάβει τη σχετική πιστοποίηση από το Εθνικό Κέντρο Αθλητικών Ερευνών (ΕΚΑΕ) και πέραν της σφραγίδας και υπογραφής υποχρεωτικά θα πρέπει να αναγράφουν τον Ατομικό Αριθμό Πιστοποίησής τους

ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΕΙΣ COVID-19

- Οι αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με τις τελευταίες διευκρινιστικές οδηγίες για την άθληση στο σύνολο της επικράτειας υπό το καθεστώς ειδικών περιοριστικών μέτρων για την αντιμετώπιση της πανδημίας Covid-19, ως ακολούθως:
https://gga.gov.gr/images/odigies_athlitismos_lockdown_27_03_2023.pdf

ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

1. Θα γίνονται μόνο ηλεκτρονικά, από τον κάθε σύλλογο, ο οποίος θα είναι και υπεύθυνος για την ορθότητα της δήλωσης συμμετοχής του.
2. Δηλώσεις συμμετοχής ή τυχόν αλλαγές, μετά την λήξη της προθεσμίας δεν θα γίνονται δεκτές.

3. Η καταχώρηση της δήλωσης συμμετοχής σας, θα γίνει στην ηλεκτρονική πλατφόρμα δηλώσεων της ΕΛ.Ο.Τ.: www.elot-tkd.org/

ΛΗΞΗ ΕΓΓΡΑΦΩΝ

1. Αθλητών, αθλητριών και παραγόντων (Προπονητών και Αρχηγού Ομάδας) έως τη **Δευτέρα 19 Ιανουαρίου 2026 και ώρα 15:00 το μεσημέρι.**

2. Δηλώσεις συμμετοχής ή τυχόν αλλαγές, μετά την λήξη της προθεσμίας **Δευτέρα 19 Ιανουαρίου 2026 και ώρα 15:00 το μεσημέρι** δεν θα γίνονται δεκτές.

ΠΑΡΑΒΟΛΟ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

1. Για την συμμετοχή κάθε αθλητή – αθλήτριας, ο σύλλογος θα καταβάλλει το ποσό των 80 € (ογδόντα ευρώ) μέχρι και τη **Δευτέρα 19 Ιανουαρίου 2026 και ώρα 15:00 το μεσημέρι** στον αριθμό τραπεζικού λογαριασμού της ΕΛ.Ο.Τ. : **IBAN GR 630171577000 6577105152814, Τράπεζα Πειραιώς. Εξαιρούνται του παραβόλου όσοι αθλητές – αθλήτριες κατέβαλαν τη 1η θέση στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Εφήβων - Νεανίδων έτους 2025.**

2. Οι πληρωμές είναι ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΟ να γίνουν και να σταλούν στο email : info@elot-tkd.gr μέχρι τη **Δευτέρα 19 Ιανουαρίου 2026 και ώρα 15:00 το μεσημέρι.**

3. Σε περίπτωση μη προσέλευσης αθλητή – αθλήτριας, δεν επιστρέφονται τα χρήματα.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ

Το πρόγραμμα των αγώνων και για τις δύο (2) ημέρες, έχει ως εξής :

ΕΦΗΒΩΝ	Έως 45 κιλά – ΣΑΒΒΑΤΟ	ΝΕΑΝΙΔΩΝ	Έως 42 κιλά – ΣΑΒΒΑΤΟ
	45 – 48 κιλά – ΣΑΒΒΑΤΟ		42 – 44 κιλά – ΣΑΒΒΑΤΟ
	48 – 51 κιλά – ΣΑΒΒΑΤΟ		44 – 46 κιλά – ΚΥΡΙΑΚΗ
	51 – 55 κιλά – ΣΑΒΒΑΤΟ		46 – 49 κιλά – ΣΑΒΒΑΤΟ
	55 – 59 κιλά – ΚΥΡΙΑΚΗ		49 – 52 κιλά – ΚΥΡΙΑΚΗ
	59 – 63 κιλά – ΚΥΡΙΑΚΗ		52 – 55 κιλά – ΣΑΒΒΑΤΟ
	63 – 68 κιλά – ΚΥΡΙΑΚΗ		55 – 59 κιλά – ΣΑΒΒΑΤΟ
	68 – 73 κιλά – ΚΥΡΙΑΚΗ		59 – 63 κιλά – ΚΥΡΙΑΚΗ
	73 – 78 κιλά – ΣΑΒΒΑΤΟ		63 – 68 κιλά – ΣΑΒΒΑΤΟ
	+ 78 κιλά – ΣΑΒΒΑΤΟ		+ 68 κιλά – ΣΑΒΒΑΤΟ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΖΥΓΙΣΗΣ

✿ **ΕΠΙΣΗΜΗ ΖΥΓΙΣΗ** : Το πρόγραμμα της επίσημης ζύγισης και για τις δύο (2) ημέρες θα ανακοινωθεί στην ιστοσελίδα της ΕΛ.Ο.Τ., τη **Τετάρτη 21 Ιανουαρίου 2026.**

✿ **ΤΥΧΑΙΑ ΖΥΓΙΣΗ** : Δύο ώρες πριν την έναρξη των αγώνων κάθε ημέρα θα διεξάγεται η τυχαία ζύγιση, όπως

προβλέπεται και στο νέο κανονισμό της παγκόσμιας ομοσπονδίας, η οποία θα ολοκληρώνεται το αργότερο τριάντα (30) λεπτά πριν την έναρξη των αγώνων της κάθε ημέρας. Συγκεκριμένα η τυχαία ζύγιση θα διεξάγεται και θα ανακοινώνεται στην ηλεκτρονική σελίδα της ομοσπονδίας, για την αποφυγή συνωστισμού, δύο ώρες πριν την έναρξη των αγώνων κάθε ημέρα, ήτοι στις 07:00 το πρωί. Οι αθλητές και αθλήτριες που θα επιλεγούν στη τυχαία ζύγιση θα μπορούν να ζυγιστούν από τις 07:45 π.μ. έως και τριάντα (30) λεπτά πριν την έναρξη των αγώνων, ήτοι 08:30 π.μ.

Τα ονόματα που θα επιλεγθούν τυχαία με ηλεκτρονικό σύστημα θα αποτελούν ποσοστό επιλογής ως ακολούθως :

- α) Πάνω από 32 αθλητές: Το 20% του συνόλου
- β) 17-32 αθλητές: 6 Αθλητές
- γ) 9-16 Αθλητές: 4 Αθλητές
- δ) 4-8 Αθλητές: 2 Αθλητές
- ε) Κάτω από 4 αθλητές: Κανένας

Ο αγωνιζόμενος θα αποκλείεται αν το βάρος του υπερβαίνει κατά 5% το όριο της κατηγορίας βάρους του. Αν είναι ελλιποβαρής, δε θα λαμβάνεται υπόψιν.

ΚΛΗΡΩΣΗ

Τη **Πέμπτη 22 Ιανουαρίου 2026** και ώρα 10:30 π.μ. θα διεξαχθεί η κλήρωση στα γραφεία της ΕΛ.Ο.Τ., Ηρώδης 19 (2^{ος} όροφος) – Αθήνα, για όλες τις κατηγορίες.

ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ

Το **Σάββατο 24 Ιανουαρίου 2026** και ώρα 08:00 π.μ. θα πραγματοποιηθεί συγκέντρωση – ενημέρωση προπονητών, στον αγωνιστικό χώρο.

ΤΡΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΑΓΩΝΩΝ

- 1. Οι αγώνες θα διεξαχθούν με ηλεκτρονικούς θώρακες και κάσκες KPNP.**
2. Σύμφωνα με τους νέους κανονισμούς της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας.
3. Η διάρκεια κάθε αγώνα ορίζεται σε τρεις (- 3 -) γύρους του ενάμισι (-1½-) λεπτού με ένα (- 1 -) λεπτό διάλειμμα ανάμεσά τους.
4. Σε περίπτωση που θα υπάρξει πρόβλημα, ο αλυτάρχης των αγώνων έχει το δικαίωμα διαμόρφωσης του χρόνου διεξαγωγής.
5. Κατά την ζύγιση των αθλητών – αθλητριών δεν θα υπάρχει καθόλου ανοχή.
6. Τόσο κατά την προσέλευση στην ζύγιση, όσο και στον αγωνιστικό χώρο προκειμένου να αγωνιστούν, θα πρέπει υποχρεωτικά όλοι οι αθλητές – αθλήτριες να προσκομίζουν την ΠΡΩΤΟΤΥΠΗ ΚΑΡΤΑ ΥΓΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΗ θεωρημένη από ιατρούς μονάδων παροχής υπηρεσιών Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας, Νομαρχιακών, Περιφερειακών ή Πανεπιστημιακών Νοσοκομείων, υγειονομικών στρατιωτικών μονάδων ή από ιατρούς του ιδιωτικού τομέα κατέχοντες την καρδιολογική ειδικότητα. Σε περίπτωση που η θεώρηση της ΚΑΡΤΑΣ ΥΓΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΗ είναι από ιατρούς λοιπών ειδικοτήτων, αυτοί θα πρέπει να έχουν λάβει τη σχετική πιστοποίηση από

το Εθνικό Κέντρο Αθλητικών Ερευνών (ΕΚΑΕ) και πέραν της σφραγίδας και υπογραφής υποχρεωτικά θα πρέπει να αναγράφουν τον Ατομικό Αριθμό Πιστοποίησής τους.

7. Οι αθλητές – αθλήτριες θα αγωνιστούν αποκλειστικά με ευθύνη των συλλόγων τους και υπεύθυνες δηλώσεις δεν θα γίνονται δεκτές.
8. Δεν επιτρέπεται σε εν ενεργεία αθλητές – αθλήτριες να κάθονται ως κόουτς στους αγώνες καθώς και να εξουσιοδοτούνται ως αντιπρόσωποι συλλόγων στην διαδικασία των ζυγίσεων.

ΕΛΕΓΧΟΣ ΑΘΛΗΤΩΝ

Όλοι οι αθλητές – αθλήτριες που θα προσέρχονται στη «θέση ελέγχου αθλητών», θα πρέπει να έχουν υποχρεωτικά τα προσωπικά e-foot protectors της KPNP (καλτσάκια με αισθητήρες) καθώς και τα γαντάκια, να τα κρατούν στο χέρι για τον πληρέστερο και πιο γρήγορο έλεγχο από τους διαιτητές των αγώνων. Επίσης θα πρέπει να προσκομίζουν στην Αγωνόδικο Επιτροπή την ΠΡΩΤΟΤΥΠΗ ΚΑΡΤΑ ΥΓΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΗ.

ΕΝΣΤΑΣΕΙΣ

Η ένσταση θα κατατίθεται εγγράφως εντός 10 λεπτών από την λήξη του αγώνα, αποκλειστικά και μόνο από τον Αρχηγό της Ομάδας του οποίου το όνομα θα πρέπει να υπάρχει στην ηλεκτρονική δήλωση συμμετοχής που έχει γίνει από τον σύλλογο στην ψηφιακή πλατφόρμα της ΕΛ.Ο.Τ.. Η ένσταση θα πρέπει να συνοδεύεται με παράβολο αξίας 50 € (πενήντα ευρώ), στην γραμματεία των αγώνων.

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ

1. Οι αθλητές – αθλήτριες θα πρέπει να φορούν όλα τα προστατευτικά: επικαλμίδες, επιβραχιονίδες, μασελάκι, γαντάκια, σπασουάρ (κάτω από το τομπόκ), κάσκα και θώρακα, όπως προβλέπουν οι κανονισμοί της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας. Οι ηλεκτρονικοί θώρακες και οι ηλεκτρονικές κάσκες των αγώνων, θα παρέχονται από την ΕΛ.Ο.Τ.. Επίσης θα πρέπει να προμηθευτούν τα προσωπικά τους e-foot protectors της KPNP (καλτσάκια με αισθητήρες) χωρίς τα οποία δεν θα είναι δυνατόν να αγωνιστούν.
2. Οι προπονητές θα πρέπει να φορούν αθλητική περιβολή και αθλητικά παπούτσια είτε με κουστούμι κατά την διάρκεια του αγώνα. Επίσης θα προσκομίζουν τη πρωτότυπη κάρτα Υγείας του αθλητή - αθλήτριας που αγωνίζεται στην Αγωνόδικο Επιτροπή κατά την προσέλευσή τους.
3. Οι σύλλογοι που θα συμμετέχουν με περισσότερους από τέσσερις αθλητές – αθλήτριες θα πρέπει να έχουν και δεύτερο κόουτς. Επίσης οφείλουν να έχουν μαζί τους όλα τα προστατευτικά που προβλέπονται από τους κανονισμούς.
4. Κατά τη διάρκεια των αγώνων απαγορεύεται στον αγωνιστικό χώρο να βρίσκονται αθλητές – αθλήτριες καθώς επίσης και παράγοντες ή προπονητές, εκτός από αυτούς που αγωνίζονται.

ΝΕΕΣ ΚΑΤΕΥΘΥΝΤΗΡΙΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΕΠΙ ΤΩΝ ΚΑΝΟΝΙΣΜΩΝ ΤΗΣ **ΠΑΓΚΟΣΜΙΑΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΣ**

1. Αθλητές με **σιδεράκια** δοντιών, εάν φοράνε **ειδικό μασελάκι**, που το έχει συστήσει ο οδοντίατρος τους, **οφείλουν** να παρέχουν βεβαίωση στην οργανωτική επιτροπή, **υπογεγραμμένη** (από τον οδοντίατρο), που να **πιστοποιεί την ασφάλεια τόσο του αθλητή, όσο και του ορθοδοντικού μηχανισμού σε περίπτωση χτυπήματος στο πρόσωπο**.
2. Στην ηλικιακή κατηγορία των Cadets το μασελάκι **δεν** είναι υποχρεωτικό, πλέον, αφού φορούν κάσκες με προστατευτικό προσώπου.
3. Η **περίδεση** τραυματισμένων άκρων (χεριών και ποδιών) θα πρέπει να είναι τόση, ώστε να **μην** δημιουργεί πλεονέκτημα στον Αθλητή μετά την εφαρμογή των γαντιών στα χέρια ή των ηλεκτρονικών καλτσών στα πόδια. Βάσει των κανονισμών η **ελαφριά περίδεση του χεριού μέχρι την παλάμη και οι τρεις στροφές στον αστράγαλο και το κουτεπιέ του ποδιού ...** είναι αποδεκτές. **Μετά από αυτό χρειάζεται η γνωμάτευση του γιατρού των αγώνων.**
4. Οι αθλητές κατά το **κάλεσμα** τους από τον Διαιτητή στην έναρξη του αγώνα, θα προσέρχονται **κρατώντας** στο χέρι τους τη κάσκα και το μασελάκι και θα τα τοποθετούν μπροστά του. Στο 2^ο & 3^ο γύρο οι αγωνιζόμενοι θα έρχονται στη θέση τους έτοιμοι να αγωνιστούν φορώντας τη κάσκα και **κρατώντας μόνο το μασελάκι στο χέρι**.
5. Κατά την **διαδικασία του τεστ**, πριν την έναρξη του αγώνα, ο Αθλητής οφείλει να λακτίζει με το **ένα** πόδι το θώρακα και με το **άλλο** την κάσκα, έτσι ώστε να **πιστοποιείται** ότι λειτουργούν **πλήρως** και οι δικοί του αισθητήρες.
6. Οι αγωνιζόμενοι θα πρέπει κατά το **κάλεσμα** τους από τον Διαιτητή για να ξεκινήσει ο 2ος ή ο 3ος γύρος, να προσέρχονται **πριν ακουστεί ο ήχος** του χρονομέτρου. Αν αυτός ακουστεί και τότε σηκωθεί ο αγωνιζόμενος από την καρέκλα και ξεκινήσει να εισέλθει στον αγωνιστικό χώρο, **τότε θα τιμωρείται με ποινή "gam-jeom" για ανάρμοστη συμπεριφορά**.
7. Η γροθιά, με το **μπροστινό** χέρι, **δεν** κατοχυρώνεται ως πόντος. Όμως εάν υπάρξει ένδειξη **knock-down**, τότε ο Διαιτητής μετρά κανονικά και **ακολουθείται** η διαδικασία του τραυματισμού.
8. Όταν ο αθλητής **πέσει** στην περιμετρική γραμμή, και τα πόδια του είναι "μέσα", θεωρείται πτώση. Αν τα πόδια του, όμως, είναι **έξω** θεωρείται ότι **παραβίασε την περιμετρική γραμμή και για αυτή την ποινή και μόνο θα τιμωρείται**.
ΣΕΝΑΡΙΑ:
 - Όταν δύο αγωνιζόμενοι **πέσουν** κάτω, μετά από σύγκρουση, και ο ένας πέσει εκτός της περιμετρικής γραμμής, τότε ο Διαιτητής **δεν** θα δώσει ποινή για πτώση σε κανέναν, αλλά **θα δώσει ποινή για παραβίαση περιμετρικής** στον πεσμένο αγωνιζόμενο, αφού τα πόδια του είναι εκτός αυτής.
 - Όταν ο αγωνιζόμενος **εκτελέσει "dwit-chagi"** και πέσει εκτός περιμετρικής, τότε θα **τιμωρείται** με Gam-Jeom για παραβίαση της και **όχι** φυσικά για πτώση.
9. Απαγορευμένη ενέργεια που **τιμωρείται** με **"gam-jeom"** είναι όταν αγωνιζόμενος σε θέση **κλεισίματος** κάνει **"animal kick"** (Monkey, Fish, Scorpion) στο θώρακα ή στο πίσω μέρος της κάσκας.

Ο Διαιτητής οφείλει να τον τιμωρήσει με την ένδειξη για **“κράτημα”** αντιπάλου, είτε σκοράρει είτε όχι, **γιατί υπάρχει πάντα ένας μικρός εναγκαλισμός ή στήριξη πάνω στον αντίπαλο.**

10. Το **“γλιστρήμα”** επιτρέπεται, αρκεί μετά από κάθε **“γλιστρήμα”** να ακολουθεί λάκτισμα ή γροθιά.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Δύο γλιστρήματα και μετά λάκτισμα, **τιμωρείται** με **“gam-jeom”** και αφαίρεση πόντων ... εάν υπάρχουν.

11. Απαγορευμένη ενέργεια που τιμωρείται με **“gam-jeom”** είναι όταν Αθλητής κάνει **πάνω από 3 λακτίσματα συνεχόμενα**, χωρίς το πόδι να πατήσει ενδιάμεσα στο έδαφος. Τα τρία πρώτα είναι **αποδεκτά**, αλλά το 4^ο **ΟΧΙ** ... και μάλιστα αν αυτό το **κτύπημα σκοράρει, τότε θα αφαιρεθούν και οι πόντοι.**

12. Όταν ένας Προπονητής **διαμαρτύρεται** στη διάρκεια του αγώνα, ο Διαιτητής διακόπτει με **“kal-yeo”** και δείχνει **“hand-signal”** προς τον Προπονητή να ηρεμήσει.

Τη δεύτερη φορά, ο Διαιτητής διακόπτει τον αγώνα με **“kal-yeo”** και τιμωρεί με **“gam-jeom”** τον Προπονητή για ανάρμοστη συμπεριφορά.

Την τρίτη φορά ο Διαιτητής τιμωρεί με **“gam-jeom”** τον Προπονητή για ανάρμοστη συμπεριφορά και δείχνει **“Κίτρινη Κάρτα”** (προς τον Προπονητή).

13. Στα τελευταία 2-3 δευτερόλεπτα του γύρου, οι αθλητές **οφείλουν** να αγωνίζονται μέχρι να λήξει ο χρόνος. Εάν **δεν** αγωνίζονται ο Διαιτητής θα δείξει **“Gong-gyeok”** και εάν το αγνοήσουν τότε, θα δοθεί **“gam-jeom”** για **ανάρμοστη συμπεριφορά.**

14. Όταν γίνει μία **απαράδεκτη** ενέργεια κατά τη **διάρκεια** του διαλείμματος και ο Διαιτητής δώσει **“gam-jeom”**, τότε εάν αυτό έχει προκύψει στα πρώτα **πέντε (5) δευτερόλεπτα του διαλλείματος**, η ποινή αυτή καταγράφεται στο **σκορ του γύρου που έληξε.**

ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ: Εάν είχαμε ένα σκορ γύρου 4-3 υπέρ του “μπλε” αθλητή, ο οποίος όμως **εκφράστηκε απαράδεκτα** μετά το τέλος του γύρου, που υπέπεσε στην αντίληψη του Διαιτητή και τον **τιμώρησε** με **“gam-jeom”** ... τότε η ποινή αυτή προσμετράτε στο σκορ του **προηγούμενου** γύρου οπότε το σκορ γίνεται 4-4 και ενδεχομένως να έχουμε **αντιστροφή νικητή, δηλαδή να κερδίσει τον γύρο ο “κόκκινος”.**

ΠΡΟΣΟΧΗ: Αν αυτό γίνει μετά τα πρώτα πέντε(5) δευτερόλεπτα έναρξης διαλλείματος τότε αυτό προσμετράτε στον επόμενο γύρο.

15. Εάν ένας αθλητής **μετά** από μία απαγορευμένη ενέργεια και την **αναφώνηση** του **“kal-yeo”** από τον Διαιτητή για να τον τιμωρήσει, **συνεχίσει λακτίζοντας ή εκφραστεί απρεπώς**, τότε ο Διαιτητής **οφείλει** να τον τιμωρήσει με **δύο “gam-jeom”** ... ένα για την απαγορευμένη ενέργεια που έκανε πριν το **“kal-yeo”** και ένα είτε για **“κτύπημα μετά το “kal-yeo”**, είτε για **ανάρμοστη συμπεριφορά.**

ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ: ο Αθλητής **κράτησε** και πήρε τρίποντο. Ο Διαιτητής αναφωνεί **“kal-yeo”**, αλλά αυτός **συνεχίζει** την επίθεση του. Τότε ο Διαιτητής θα **δώσει ποινή για “κράτημα”**, θα **αφαιρέσει** το τρίποντο και στη συνέχεια **θα δώσει ποινή για “κτύπημα μετά το kal-yeo”.**

16. Όταν ο Προπονητής **σηκωθεί** για να ζητήσει IVR και ο Διαιτητής **σταματήσει** τον αγώνα, αλλά ... στη συνέχεια ο Προπονητής το **μετανιώσει**, τότε είναι πλέον αργά και **χάνει τη κάρτα του.**

17. Βίντεο Ριπλέι Προπονητή :

Ο Προπονητής μπορεί να ζητήσει Βίντεο Ριπλέι στις παρακάτω περιπτώσεις:

- Για **οποιαδήποτε** ποινή αφορά τον αθλητή του.
- Για **ποινή** κατά του αντιπάλου, που αφορά **4 μόνο** περιπτώσεις :
 - ✓ Πτώση,

- ✓ Παραβίαση Περιμετρικής Γραμμής,
 - ✓ Επίθεση μετά το **“kal-yeo”**,
 - ✓ Επίθεση κατά Πεσμένου Αντιπάλου.
- Για **τεχνικούς πόντους**:
- ✓ Για τους επιπλέον δύο (2) **τεχνικούς πόντους**, εφόσον προηγήθηκε σκοράρισμα, με **απευθείας καταγραφή** των πόντων από το ηλεκτρονικό σύστημα βαθμολόγησης και οι κριτές **δεν τους πιστοποιήσαν**.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Στην περίπτωση που **δεν** καταγράφηκε σκοράρισμα, **δεν** εξετάζεται το βίντεο και ο προπονητής **χάνει** την κάρτα του.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Μπορεί να ζητήσει την **αφαίρεση** Τεχνικών Πόντων του αντιπάλου, αν θεωρεί ότι **κακώς** δόθηκαν από τους Κριτές.

- Για κάθε **τεχνικό** πρόβλημα του PSS, μπορεί να ζητήσει από τον Διαιτητή έλεγχο **οποιαδήποτε** στιγμή. Μάλιστα κατά τη διάρκεια του **1^{ου}** γύρου, ο Διαιτητής χρησιμοποιεί την δική του κάρτα για τον έλεγχο. Κατά τη διάρκεια του **2^{ου}** και του **3^{ου}** γύρου ο Προπονητής χρησιμοποιεί την **δική** του κάρτα. Όμως, αν το σύστημα λειτουργεί **κανονικά** είτε στον 2^ο, είτε στο 3^ο γύρο τότε **χάνει** την κάρτα του και τιμωρείται με **“gam-jeom”** για ανάρμοστη συμπεριφορά.
- Για δυνατή **ευθεία** γροθιά του αθλητή του, που **δεν** κατακυρώθηκε αμέσως από τους Κριτές και **βλέπει** στην οθόνη ότι :
 1. Ο Κριτής 1 να πατά κουμπί για τον **“Chung”** & ο Κριτής 2 να πατά για τον **“Hong”**, ή
 2. Ο Κριτής 1 να πατά κουμπί για **γροθιά** και ο Κριτής 2 να πατά για **τεχνικούς πόντους**, ή
 3. Και οι δύο κριτές να πατούν για γροθιά, αλλά σε **διάστημα μεγαλύτερο του ενός δευτερολέπτου**, ή
 4. Και οι **δύο** κριτές να πατούν για γροθιά και να καταγράφεται 1 πόντος για τον **αντίπαλο** αθλητή, ενώ αυτός **δεν** έκανε αυτή την τεχνική.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Ο Προπονητής οφείλει να **εξηγήσει** τον λόγο που ζητάει IVR για γροθιά. π.χ. δύο **ασυγχρόνιστα** πατήματα των Κριτών εμφανίστηκαν στην οθόνη.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Στην περίπτωση που **ζητήσει** για μία γροθιά, ισχυρή ως χτύπημα στον θώρακα, να καταγραφεί ως 1 πόντος, τότε η κάρτα θα **κρατείται** από τον Διαιτητή.

ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ: Εάν και οι **δύο** αγωνιζόμενοι εκτελέσουν γροθιά και κατοχυρωθεί από τους Κριτές **μόνο** του ενός, ο Προπονητής **δε** μπορεί να ζητήσει λάθος κατοχύρωση γροθιάς. Ότι δηλαδή ο δικός του αγωνιζόμενος **εκτέλεσε** γροθιά και **όχι** ο αντίπαλος. **Εκτός και αν υπάρχουν ασυγχρόνιστα πατήματα των Κριτών στην οθόνη για τον δικό του αγωνιζόμενο.**

- Για την **μη** αφαίρεση πόντων από το Διαιτητή, που κατακυρώθηκαν **έπειτα** από απαγορευμένη ενέργεια, την οποία τιμώρησε με ποινή **“gam-jeom”**.
- Για **λάκτισμα** στο κεφάλι που δεν κατοχυρώθηκε.

ΠΡΟΣΟΧΗ:

- ✓ Αν έχουμε λάκτισμα στο κεφάλι μετά από περιστροφή και **δεν** καταγράφεται, τότε ο Προπονητής **μπορεί** να ζητήσει IVR για 5 πόντους. Αν όμως κριθεί ότι **δεν** ήταν περιστροφικό λάκτισμα, αλλά ένα **απλό** χτύπημα στο κεφάλι, τότε **δίνονται μόνο 3 πόντοι και η κάρτα του επιστρέφεται**.
- ✓ Αν ο Προπονητής **ζητήσει** “Κεφάλι” και στο βίντεο φαίνονται **δύο**, τότε κατοχυρώνεται **μόνο** το ένα, αφού, **δε** ζητήθηκαν δύο Κεφάλια
- Για τον χρόνο που **σταμάτησε** χωρίς λόγο ή **δεν** ξεκίνησε καν μετά το παράγγελμα του Διαιτητή,
- Για **“gam-joem”** που δόθηκε σε λάθος αθλητή (αντιστροφή **“gam-joem”** :

ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑΤΑ:

- ✓ Σε **“πτώση”** στην οποία θεωρεί ότι ο αθλητής του έπεσε απόρροιας του **σπρωξιματος** του αντιπάλου ή του **κράτησε** το πόδι κλπ.
- ✓ Σε **“παραβίαση”** της περιμετρικής γραμμής, την οποία θεωρεί ότι την παράβηκε ο αθλητής του, αφού τον **έσπρωξε** ο αντίπαλος
- Για **δύο διαφορετικές** περιπτώσεις :
 - ✓ Λάκτισμα στο κεφάλι και **“gam-joem”** για τον αντίπαλο από τα **“4”** που δικαιούται,
 - ✓ Αφαίρεση **“gam-joem”** από τον δικό του αγωνιζόμενο και λάκτισμα στο κεφάλι,
 - ✓ Αφαίρεση δύο **“gam-joem”**, π.χ. κράτημα + μετά το **“Kal-yeo”** επίθεση ή κράτημα + ανάρμοστη συμπεριφορά,
 - ✓ Δύο Κεφάλια
 - ✓ Τεχνικούς Πόντους και Κεφάλι

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Εάν **δικαιωθεί** και στα δύο, τότε του **επιστρέφεται** η κάρτα. Αλλά αν **απορριφθεί** το ένα από τα δύο, τότε η κάρτα **κρατείται** από τον Διαιτητή.

18. Φάσεις που ο Προπονητής ζητά επανεξέτασή τους στο IVR, αλλά **δε** μπορεί να προσδιοριστεί επακριβώς το αποτέλεσμα τους, όπως :

- ✓ Φάση **μπλοκαρισμένη** από το σώμα του Διαιτητή και των αγωνιζομένων, θα **απορρίπτεται** αλλά θα επιστρέφεται η κάρτα στον Προπονητή.
- ✓ Φάση που **δεν** καταγράφηκε από τις κάμερες λόγω τεχνικού προβλήματος, θα **απορρίπτεται** αλλά θα επιστρέφεται η κάρτα στον Προπονητή.
- ✓ Για **αόρατους** πόντους (**phantom points**),

19. Εάν ο Προπονητής ζητήσει **“Κεφάλι”** ή δύο Τεχνικούς Πόντους, που θεωρεί ότι δικαιούται και ο **“RJ”** διαπιστώσει στο βίντεο ένα από τα παρακάτω:

- Πτώση
- Παραβίαση Περιμετρικής Γραμμής
- Επίθεση μετά το **“Kal-yeo”**
- Επίθεση κατά πρεσμένου αντιπάλου

τότε ο Διαιτητής δείχνει στο κέντρο **“X”**, **κρατάει** την κάρτα του Προπονητή, **δεν** κατοχυρώνεται κανένας πόντος, αλλά **δεν** δίνεται ποινή **“gom-jeom”**, αφού **κανένας δεν ζήτησε κάτι τέτοιο**.

20. Βίντεο Ριπλέι Διαιτητή :

Στα τελευταία πέντε (5) δευτερόλεπτα οποιουδήποτε γύρου ο Διαιτητής έχει το δικαίωμα να ζητήσει επανεξέταση βίντεο για τις παρακάτω ενέργειες :

- Πτώση
- Παραβίαση Περιμετρικής Γραμμής
- Επίθεση μετά το **“Kal-yeo”**
- Επίθεση κατά πρεσμένου αντιπάλου
- Για γροθιά στο πρόσωπο και προσποιητό τραυματισμό ή για λάκτισμα κάτω από τη μέση και προσποιητό τραυματισμό που δεν έχει δει.
- Για τον **“χρόνο”** που έληξε ή όχι.

Εκ της ΕΛ.Ο.Τ.