ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ
ΗΡΟΥΣ 19 (2ος όροφος) Τ.Κ. 10442 - ΑΘΗΝΑ
ΤΗΛ: 210-6820112-13 FAX: 210-6820116
E-mail: info@elot-tkd.gr Website: www.elot-tkd.gr

WORLD TAEKWONDO GREECE
19, IROUS STR (2nd floor) P.C. 10442 – ATHENS - GREECE
TEL: +30 210-6820112-13 FAX: +30 210-6820116

Αθήνα, 23.11.2026

Προς :
Όλα τα Σωματεία –
Μέλη της ΕΛ.Ο.Τ.

ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ

Η Ελληνική Ομοσπονδία Ταεκβοντό προκηρύσσει το :

Β΄ ΚΥΠΕΛΛΟ
Ανδρών – Γυναικών – Εφήβων – Νεανίδων – Παίδων – Κορασίδων
Πανελλήνιας συμμετοχής έτους 2026
ΤΕΧΝΙΚΟ (ΠΟΥΜΣΕ)

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

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΑΓΩΝΩΝ — **Πέμπτη 17, Παρασκευή 18, Σάββατο 19 και Κυριακή 20 Δεκεμβρίου 2026**. Ώρα έναρξης τη **Πέμπτη στις 14:00 μ.μ.** και τις υπόλοιπες ημέρες **09:00 π.μ.**

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

Πίνακας Κατηγοριών

Ατομικό Ηλικίες	Κατηγορία	Κατηγορία
	Θήλεις	Άρρενες
09 – 11 Χρονών Παίδες – Κορασίδες (γεννηθέντες από 01.01.2015 έως 31.12.2017)	2 έως 6 Πούμσε	2 έως 6 Πούμσε
12 – 14 Χρονών Παίδες – Κορασίδες (γεννηθέντες από 01.01.2012 έως 31.12.2014)	4 έως 11 Πούμσε	4 έως 11 Πούμσε
15 – 17 Χρονών Έφηβοι – Νεάνιδες (γεννηθέντες από 01.01.2009 έως 31.12.2011)	5 έως 12 Πούμσε	5 έως 12 Πούμσε
18 – 30 Χρονών Ανδρών – Γυναικών (γεννηθέντες από 01.01.2008 έως 31.12.1996)	7 έως 14 Πούμσε	7 έως 14 Πούμσε
31 – 40 Χρονών Ανδρών – Γυναικών (γεννηθέντες από 01.01.1995 έως 31.12.1986)	7 έως 14 Πούμσε	7 έως 14 Πούμσε
41 – 50 Χρονών Ανδρών – Γυναικών (γεννηθέντες από 01.01.1985 έως 31.12.1976)	8 έως 15 Πούμσε	8 έως 15 Πούμσε
51 – 60 Χρονών Ανδρών – Γυναικών (γεννηθέντες από 01.01.1975 έως 31.12.1966)	9 έως 16 Πούμσε	9 έως 16 Πούμσε
61 – 65 Χρονών Ανδρών – Γυναικών (γεννηθέντες από 01.01.1965 έως 31.12.1961)	9 έως 16 Πούμσε	9 έως 16 Πούμσε
66 Χρονών και άνω Ανδρών – Γυναικών (γεννηθέντες από 01.01.1960 και κάτω)	9 έως 16 Πούμσε	9 έως 16 Πούμσε

Ζευγάρι - Ηλικίες	Κατηγορία
09 – 11 Χρονών Παίδες – Κορασίδες (γεννηθέντες από 01.01.2015 έως 31.12.2017)	2 έως 6 Πούμσε
12 – 14 Χρονών Παίδες – Κορασίδες (γεννηθέντες από 01.01.2012 έως 31.12.2014)	4 έως 11 Πούμσε
15 – 17 Χρονών Έφηβοι – Νεάνιδες (γεννηθέντες από 01.01.2009 έως 31.12.2011)	4 έως 12 Πούμσε
18 – 30 Χρονών Ανδρών – Γυναικών (γεννηθέντες από 01.01.2008 έως 31.12.1996)	7 έως 14 Πούμσε
31 – 50 Χρονών (γεννηθέντες από 01.01.1995 έως 31.12.1976)	8 έως 15 Πούμσε
51 – 60 Χρονών Ανδρών – Γυναικών (γεννηθέντες από 01.01.1975 έως 31.12.1966)	9 έως 16 Πούμσε
61 Χρονών και άνω (γεννηθέντες από 01.01.1965 και κάτω)	9 έως 16 Πούμσε

Ομαδικό	Κατηγορία
09 – 11 Χρονών Παίδες – Κορασίδες (γεννηθέντες από 01.01.2015 έως 31.12.2017)	2 έως 6 Πούμσε
12 – 14 Χρονών Παίδες – Κορασίδες (γεννηθέντες από 01.01.2012 έως 31.12.2014)	4 έως 11 Πούμσε

15 – 17 Χρονών Έφηβοι – Νεάνιδες (γεννηθέντες από 01.01.2009 έως 31.12.2011)	4 έως 12 Πούμσε
18 – 30 Χρονών Ανδρών – Γυναικών (γεννηθέντες από 01.01.2008 έως 31.12.1996)	7 έως 14 Πούμσε
31 – 50 Χρονών (γεννηθέντες από 01.01.1995 έως 31.12.1976)	8 έως 15 Πούμσε
51 – 60 Χρονών Ανδρών – Γυναικών (γεννηθέντες από 01.01.1975 έως 31.12.1966)	9 έως 16 Πούμσε
61 Χρονών και άνω (γεννηθέντες από 01.01.1965 και κάτω)	9 έως 16 Πούμσε

ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΑΤΟΜΙΚΟ ΠΟΥΜΣΕ **Ηλικίες**	**Κατηγορία**	**Κατηγορία**
	Θήλεις	**Άρρενες**
12 – 17 Χρονών (γεννηθέντες από 01.01.2014 έως 31.12.2009)		
18 Χρονών και άνω (γεννηθέντες από 01.01.2008 και κάτω)		

ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΠΟΥΜΣΕ -ΖΕΥΓΑΡΙ **Ηλικίες**
12 – 17 Χρονών (γεννηθέντες από 01.01.2014 έως 31.12.2009)
18 Χρονών και άνω (γεννηθέντες από 01.01.2008 και κάτω)

ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΠΟΥΜΣΕ - ΟΜΑΔΙΚΟ **Ηλικίες**
12 – 17 Χρονών (γεννηθέντες από 01.01.2014 έως 31.12.2009)
18 Χρονών και άνω (γεννηθέντες από 01.01.2008 και κάτω)

ΠΟΥΜΣΕ			
1 = Ιλ τζανγκ	**5 = Ο τζανγκ**	**9 = Κόριο**	**13 = Σίπτζιν**
2 = Ι τζανγκ	**6 = Γιούκ τζανγκ**	**10 = Κούμγκανγκ**	**14 = Τζιτέε**
3 = Σαμ τζανγκ	**7 = Τσιλ τζανγκ**	**11 = Τέμπεκ**	**15 = Τσονκουόν**
4 = Σα τζανγκ	**8 = Παλ τζανγκ**	**12 = Πιονγκουόν**	**16 = Χάνσου**

ΘΕΣΕΙΣ & ΜΕΤΑΛΛΙΑ Σύμφωνα με την βαθμολογία που θα συγκεντρώσουν στον προκριματικό, ημιτελικό και τελικό γύρω όπως παρακάτω:

1η Θέση χρυσό μετάλλιο και δίπλωμα.
2η Θέση αργυρό μετάλλιο και δίπλωμα.
3η Θέση χάλκινο μετάλλιο και δίπλωμα.
4η Θέση χάλκινο μετάλλιο και δίπλωμα.

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.. Εξαιρούνται τα σωματεία τα οποία δεν έχει παρέλθει το χρονικό διάστημα των δύο (2) ετών από την εγγραφή τους στην ΕΛ.Ο.Τ..**
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 ή ΝΤΑΝ που κατέχουν. Τα στοιχεία ΝΤΑΝ των αθλητών ενημερώνονται πλέον απευθείας από την ΕΛ.Ο.Τ**
3. **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, στην οποία θα πρέπει υποχρεωτικά να αναγράφονται : όνομα προπονητή, αρχηγού αποστολής, ονόματα αθλητών – αθλητριών, κ.λπ.
2. Δηλώσεις συμμετοχής ή τυχόν αλλαγές, μετά την λήξη της προθεσμίας δεν θα γίνονται δεκτές.
3. Η καταχώρηση της δήλωσης συμμετοχής σας, θα γίνει στη νέα ηλεκτρονική πλατφόρμα δηλώσεων της ΕΛ.Ο.Τ.: **www.elot-tkd.org/**

ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΛΗΞΗ ΕΚΔΟΣΗΣ ΔΕΛΤΙΩΝ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΙΔΙΟΤΗΤΑΣ Τα σωματεία θα μπορούν να αιτηθούν έκδοση δελτίων αθλητικής ιδιότητας στη ψηφιακή πλατφόρμα της ΕΛ.Ο.Τ. για νέους αθλητές και αθλήτριες έως και τη **Πέμπτη 10 Δεκεμβρίου 2026.**

ΛΗΞΗ ΕΓΓΡΑΦΩΝ

1. Αθλητών, αθλητριών και παραγόντων (Προπονητών και Αρχηγού Ομάδας) έως τη **Δευτέρα 14 Δεκεμβρίου 2026 και ώρα 14:00 το μεσημέρι.**

2. Δηλώσεις συμμετοχής ή τυχόν αλλαγές, μετά την λήξη της προθεσμίας **Δευτέρα 14 Δεκεμβρίου 2026 και ώρα 14:00 το μεσημέρι** δεν θα γίνονται δεκτές.

ΠΑΡΑΒΟΛΟ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

1. Για την συμμετοχή κάθε αθλητή – αθλήτριας, ο σύλλογος θα καταβάλλει το ποσό των 70 € (εβδομήντα ευρώ) μέχρι και τη **Δευτέρα 14 Δεκεμβρίου 2026 και ώρα 14:00 το μεσημέρι** στον αριθμό τραπεζικού λογαριασμού της **ΕΛ.Ο.Τ. : IBAN GR 6301715770006577105152814, Τράπεζα Πειραιώς.**

2. Οι πληρωμές είναι ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΟ να γίνουν και να σταλούν στο email : info@elot-tkd.gr μέχρι τη **Δευτέρα 14 Δεκεμβρίου 2026 και ώρα 14:00 το μεσημέρι.**

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

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ

Το πρόγραμμα των αγώνων για όλες τις ημέρες, θα ανακοινωθεί στην ιστοσελίδα της ΕΛ.Ο.Τ., τη **Τρίτη 15 Δεκεμβρίου 2026.**

ΚΛΗΡΩΣΗ

Τη **Τετάρτη 16 Δεκεμβρίου 2026** και ώρα 10:00 π.μ. θα διεξαχθεί η κλήρωση στα γραφεία της ΕΛ.Ο.Τ., Ηρούς 19 (2ος όροφος) – Αθήνα, για όλες τις κατηγορίες που θα αγωνίζονται και τις τέσσερις (4) ημέρες.

ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ

Τη **Πέμπτη 17 Δεκεμβρίου 2026 και ώρα 13:15** το μεσημέρι θα πραγματοποιηθεί συγκέντρωση – ενημέρωση προπονητών, στον αγωνιστικό χώρο.

ΤΡΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΑΓΩΝΩΝ

1. Οι αγώνες θα διεξαχθούν με το σύστημα μονού Αποκλεισμού. Οι αθλητές-τριες θα διαγωνίζονται ταυτόχρονα Chung και Hong . Τα Πούμσε θα ανακοινώνονται τυχαία στο φωτεινό πίνακα πριν την είσοδο των διαγωνιζόμενων στον αγωνιστικό χώρο. Σε κάθε γύρο εκτελούν δύο Πούμσε με 30 δευτερόλεπτα ελάχιστο χρόνο διαλείμματος. Μετά το τέλος και του δεύτερου γύρου ο διαιτητής ανακοινώνει τον νικητή ή την νικήτρια. Ατομικό και ζευγάρια διαγωνίζονται ταυτόχρονα ενώ τα ομαδικά ξεχωριστά, πρώτα η ομάδα Chung και μετά η ομάδα Hong στο πρώτο

Πούμσε και με τον ίδιο τρόπο και το δεύτερο Πούμσε. Ακολούθως και οι δύο ομάδες μπαίνουν στο τερέν και ο διαιτητής ανακοινώνει την νικήτρια ομάδα.

2. *Κατά την προσέλευση 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.*
3. Οι αθλητές – αθλήτριες θα αγωνιστούν αποκλειστικά με ευθύνη των συλλόγων τους και υπεύθυνες δηλώσεις δεν θα γίνονται δεκτές.
4. Δεν επιτρέπεται σε εν ενεργεία αθλητές – αθλήτριες να κάθονται ως κόουτς στους αγώνες καθώς και να εξουσιοδοτούνται ως αντιπρόσωποι συλλόγων.

ΕΝΣΤΑΣΕΙΣ

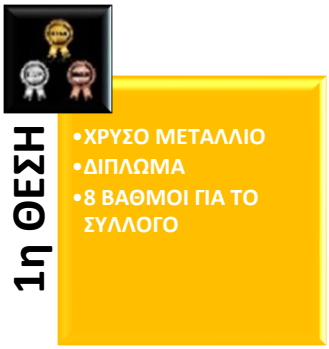
Η ένσταση θα κατατίθεται εγγράφως εντός 10 λεπτών από την λήξη του αγώνα, αποκλειστικά και μόνο από τον Αρχηγό της Ομάδας του οποίου το όνομα θα πρέπει να υπάρχει στην ηλεκτρονική δήλωση συμμετοχής που έχει γίνει από τον σύλλογο στην ψηφιακή πλατφόρμα της ΕΛ.Ο.Τ.. Η ένσταση θα πρέπει να συνοδεύεται με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

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ

- **Οι αγωνιζόμενοι θα φοράνε μόνο αγωνιστική φόρμα (Dobok) εγκεκριμένη από την WT σε πρωταθλήματα υπό την αιγίδα της WT.**
- **Οι προπονητές θα πρέπει να φορούν αθλητική περιβολή και αθλητικά παπούτσια είτε με κουστούμι κατά την διάρκεια του αγώνα. Επίσης θα προσκομίζουν το βιβλιάριο αθλητικής ιδιότητας του αθλητή - αθλήτριας που αγωνίζεται στην Αγωνόδικο Επιτροπή κατά την προσέλευσή τους.**
- **Κατά τη διάρκεια των αγώνων απαγορεύεται στον αγωνιστικό χώρο να βρίσκονται αθλητές – αθλήτριες καθώς επίσης και παράγοντες ή προπονητές, εκτός από αυτούς που αγωνίζονται.**
- **Απαγορεύεται στην θέση του κόουτς να κάθεται εν ενεργεία αθλητής.**
- **Η διαιτησία θα διεξαχθεί σύμφωνα με τους κανονισμούς και τις κατευθυντήριες οδηγίες της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας.**

ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ & ΑΠΟΝΟΜΕΣ
Β΄ ΚΥΠΕΛΛΟ – ΤΕΧΝΙΚΟ – ΕΤΟΥΣ 2026

ΑΘΛΗΤΕΣ







ΣΥΛΛΟΓΟΙ

Θα υπάρχουν 3 πρώτοι Σύλλογοι για όλες τις κατηγορίες του Β΄ Κυπέλλου - Τεχνικού και θα απονεμηθούν στον κάθε ένα Κύπελλο και Δίπλωμα θέσης.

Υπολογισμός Βαθμολογίας :

- **Ένας (-1-) βαθμός** για κάθε αγωνιζόμενο που παρουσιάζεται στο χώρο των αγώνων.
- **Ένας (-1-) βαθμός** για κάθε νίκη. Δεν προσμετράτε ο βαθμός νίκης του αθλητή – αθλήτριας από τη κατάκτηση μεταλλίου.
- Επιπλέον **οκτώ (-8-) βαθμοί** για κάθε χρυσό μετάλλιο
- Επιπλέον **πέντε (-5-) βαθμοί** για κάθε αργυρό μετάλλιο
- Επιπλέον **δύο (-2-) βαθμός** για κάθε χάλκινο μετάλλιο.
- Σε περίπτωση που περισσότερες από δύο ομάδες έχουν ισόπαλο αποτέλεσμα, η σειρά θα αποφασίζεται ως ακολούθως :
    1. Βάσει του αριθμού χρυσών, αργυρών, χάλκινων μεταλλίων, που έχουν αποκτηθεί από κάθε ομάδα.
    2. Βάσει του αριθμού των συμμετεχόντων αθλητών – αθλητριών της κάθε ομάδας.

Εκ της ΕΛ.Ο.Τ.