

# REGULAMENTO DE COMPETIÇÃO DE POOMSAE

## NÍVEL GUB

### (FAIXA COLORIDA)

Para a competição de Poomsae do nível GUB o regulamento da competição tem como base o regulamento oficial da WTF com as seguintes modificações:

• **Qualificação dos competidores**

1. Estar registrado(a) na Federação Estadual, filiada à CBTKD, referente ao estado que representa.
2. Possuir a Carteira Nacional de Atleta (CBTKD, Carteira Brasileira de Taekwondo).

• **Divisão das categorias e Poomsaes**

CATEGORIA	AMARELA (8º ao 7º GUB)	VERDE (6º ao 5º GUB)	AZUL (4º ao 3º GUB)	VERMELHO (2º ao 1º GUB)
<b>Júnior</b> 14 a 18 anos de idade	Taegeuk 1 e 2	Taegeuk 1 a 4	Taegeuk 1 a 6	Taegeuk 1 a 8
<b>Adulto 1ª Divisão</b> 19 a 30 anos de idade	Taegeuk 1 e 2	Taegeuk 1 a 4	Taegeuk 1 a 6	Taegeuk 1 a 8
<b>Adulto 1ª Divisão</b> 31 a 40 anos de idade	Taegeuk 1 e 2	Taegeuk 1 a 4	Taegeuk 1 a 6	Taegeuk 1 a 8
<b>Máster 1ª Divisão</b> 41 a 50 anos de idade	Taegeuk 1 e 2	Taegeuk 1 a 4	Taegeuk 1 a 6	Taegeuk 1 a 8
<b>Máster 2ª Divisão</b> Acima dos 51 anos de idade	Taegeuk 1 e 2	Taegeuk 1 a 4	Taegeuk 1 a 6	Taegeuk 1 a 8
<b>Dupla 1ª Divisão</b> 14 a 35 anos de idade	Taegeuk 1 e 2	Taegeuk 1 a 4	Taegeuk 1 a 6	Taegeuk 1 a 8
<b>Dupla 2ª Divisão</b> Acima dos 36 anos de idade	Taegeuk 1 e 2	Taegeuk 1 a 4	Taegeuk 1 a 6	Taegeuk 1 a 8
<b>Equipe 1ª Divisão</b> 14 a 35 anos de idade	Taegeuk 1 e 2	Taegeuk 1 a 4	Taegeuk 1 a 6	Taegeuk 1 a 8
<b>Equipe 2ª Divisão</b> Acima dos 36 anos de idade	Taegeuk 1 e 2	Taegeuk 1 a 4	Taegeuk 1 a 6	Taegeuk 1 a 8
<b>Criativo 1ª Divisão</b> 14 a 35 anos de idade	Observar os pré-requisitos fixados para esta categoria			
<b>Criativo 2ª Divisão</b> Acima dos 36 anos de idade	Observar os pré-requisitos fixados para esta categoria			

• **Poomsae Criativo**

**Categoria**

Criativo 1ª divisão (14 a 35 anos e do 8º ao 1º GUB)

Criativo 2ª divisão (Acima dos 36 anos e do 8º ao 1º GUB)

Obs.: A categoria Livre deverá ser composta de no mínimo 3 e no máximo 12 competidores de ambos os sexos (misto).

**Coreografia**

A coreografia deverá respeitar a proporção de 75% dos movimentos serem técnicas de Taekwondo e apresentar o mínimo exigido dos movimentos obrigatório.

**Música / Tempo**

Obs.: Observar legislação sobre execução, direitos de uso e autoral da música.

Mínimo: 1 minuto e 30 segundos

Máximo: 2 minutos

**Número de movimentos**

Mínimo: 50 movimentos e 30 passos

Máximo: 60 movimentos e 40 passos

## Movimentos obrigatórios

Dentro de todos os movimentos a serem utilizados na coreografia, deverão apresentar os movimentos obrigatórios abaixo relacionados:

Técnicas de Defesa: Orgur Makki, Momtong Makki.

Obs.: Defesa, por exemplo, Orgur Makki pode ser son nar, goduro, etc., desde que respeite a região determinada, ou seja, Orgur.

Técnicas de Perna: Yop Chagi, Dolio Chagi, Dwidora Yop Chagi, Ap Chagi, Dubon Godop Dolio Chagi, Dubon Godop Yop Chagi, Tuio Ap Chagi e Tuio Yop Chagi.

Obs.: A coreografia deverá, obrigatoriamente, possuir pelo menos 4 (quatro) técnicas de perna acima determinadas.

Técnicas de Mão: Momtong Dirugi, Dung Jumok Dankyo Tôk Chigi e Karjêbi, Son nar Mok Chigi.

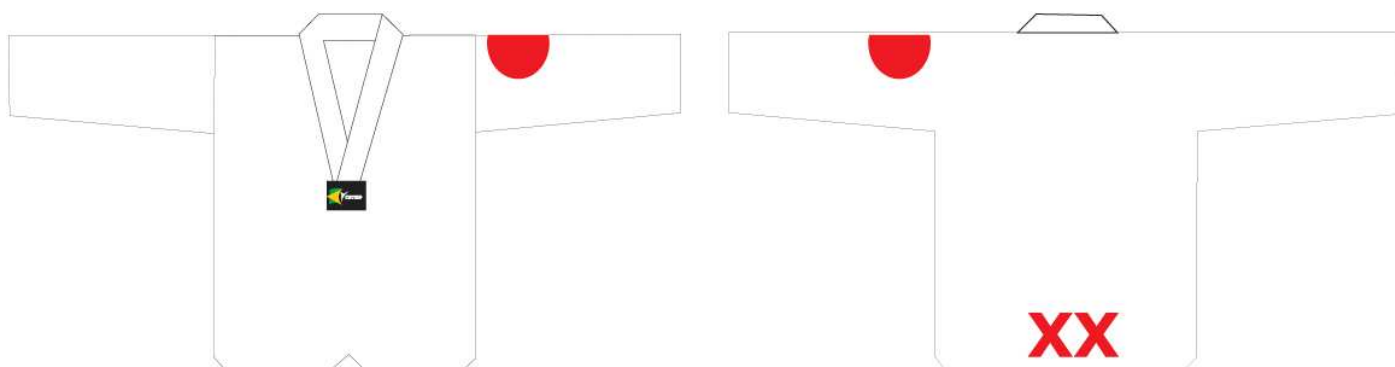
## Critérios de avaliação:

- a. Harmonia
- b. Apresentação
  - b.1 Coreografia e Sincronia
  - b.2 Uniforme
- c. Elementos obrigatórios
- d. Precisão, Equilíbrio e Força
- e. Conjunto

### • Uniforme

Como a APRESENTAÇÃO é um dos critérios de avaliação, o uniforme deve seguir um padrão mínimo (veja a ilustração):

- Para competição de Poomsae de Faixa Colorida o dobok deve ser o modelo oficial, Gola "V" na cor branca;
- A manga esquerda é reservada para aplicação do emblema da Federação Estadual
- A região inferior e de trás da blusa do dobok é reservada para aplicação da sigla do estado que representa.



### • Siglas

Unidade Federal (UF)	Sigla	Unidade Federal (UF)	Sigla
Acre	AC	Paraíba	PB
Alagoas	AL	Paraná	PR
Amapá	AP	Pernambuco	PE
Amazonas	AM	Piauí	PI
Bahia	BA	Rio de Janeiro	RJ
Ceará	CE	Rio Grande do Norte	RN
Distrito Federal	DF	Rio Grande do Sul	RS
Espírito Santo	ES	Rondônia	RO
Goiás	GO	Roraima	RR
Maranhão	MA	Santa Catarina	SC
Mato Grosso	MT	São Paulo	SP
Mato Grosso do Sul	MS	Sergipe	SE
Minas Gerais	MG	Tocantins	TO
Pará	PA		

Obs.<sup>1</sup>: A fonte para a aplicação da sigla é **VERDANA BOLD**.

Obs.<sup>2</sup>: Exclusivamente na categoria **CRIATIVO**, o uniforme pode ser colorido ou com *design* próprio.