



«Утверждаю»
Президент ЛООО «Федерация
Тхэквондо»

Д.А. Хлопков

Открытые тренировочные спарринги среди младших юношей и девушек 10-11 лет

1. Цели

Популяризация и развитие тхэквондо, пропаганда здорового образа жизни, приобщение детей к виду спорта тхэквондо, знакомство с правилами проведения соревнований по тхэквондо.

2. Сроки и место проведения

Зал соревнований:	г. Липецк, ул. Космонавтов д. 16 б (Дворец спорта «Молодежный»).
Даты проведения:	21-24 ноября 2025 г.

К участию в тренировочных спаррингах среди младших юношей и девушек 10-11 лет: допускаются спортсмены 2013-2014 г.р. (2013 г.р.-спортсмены не достигшие на момент начала соревнований 12-летнего возраста)

3. Регламент

Младшие юноши и девушки 10-11 лет 3 раунда по 1,0 мин. (30 секунд перерыв)	М: 26, 28, 30, 33, 35, 38, 41, 45, 48, 48+ Ж: 24, 26, 28, 30, 33, 35, 38, 41, 45, 45+
--	--

4. Программа соревнований

21 ноября 2025 года (пятница)

12:00-18:00 Заезд команд, комиссия по допуску всех спортсменов

14:00-16:00 Взвешивание участников 1го дня тренировочных спаррингов:

младшие юноши 10-11 лет весовые категории 26, 28, 30, 33, 35 кг;

младшие девушки 10-11 лет весовые категории 24, 26, 28, 30, 33 кг

22 ноября 2025 года (суббота)

9:00 Начало тренировочных спаррингов

младшие юноши весовые категории 26, 28, 30, 33, 35 кг;

младшие девушки весовые категории 24, 26, 28, 30, 33 кг

14:00-16:00 Взвешивание участников 2го дня тренировочных спаррингов:

младшие юноши 10-11 лет весовые категории 38, 41, 45, 48, 48+ кг;

младшие девушки 10-11 лет весовые категории 35, 38, 41, 45, 45+ кг.

18:00-19:00 Награждение победителей и призеров

23 ноября 2025 года (воскресенье)

9:00 Начало тренировочных спаррингов

младшие юноши 10-11 лет весовые категории 38, 41, 45, 48, 48+ кг;

младшие девушки 10-11 лет весовые категории 35, 38, 41, 45, 45+ кг.

18:00-19:00 Награждение победителей и призеров

Для участия необходимо предоставить на каждого спортсмена на комиссию по допуску:

1. индивидуальную заявку с медицинским допуском;
2. свидетельство о рождении;
3. страховой полис о страховании от несчастных случаев на каждого участника на сумму не менее 10 000 рублей
4. согласие на обработку персональных данных.
5. согласие родителя (опекуна) на участие в тренировочных спаррингах.

Предварительные заявки на участие в тренировочных спаррингах принимаются на эл. почту doroshenko-ekaterina@yandex.ru до 07 ноября 2025 г.