



# FEDERAÇÃO DE TAEKWONDO DO ESTADO DE SÃO PAULO

Filiada à Confederação Brasileira de Taekwondo e Comitê Olímpico Brasileiro  
Rua Conselheiro Furtado, 1044 – Liberdade. SP 01511-001. T/F: (11) 3272-0275

[www.fetesp.com.br](http://www.fetesp.com.br)

## REGULAMENTO DE COMPETIÇÃO DE POOM-SE\_2019

A Federação de Taekwondo do Estado de São Paulo (FETESP), vem através desta apresentar o regulamento de competição de Poom-se a ser adotado em competições oficiais. A FETESP usará correta denominação pela origem da língua, sendo **POOM-SE** ou POOMSE não Poomsae (inglês)

### 1- OBJETIVO

O objetivo deste regulamento é direcionar as competições de Poom-se desenvolvidas pela FETESP – Federação de Taekwondo do Estado de São Paulo, seguindo os critérios adotados pela WT-World Taekwondo Federation e adaptações realizadas pela FETESP.

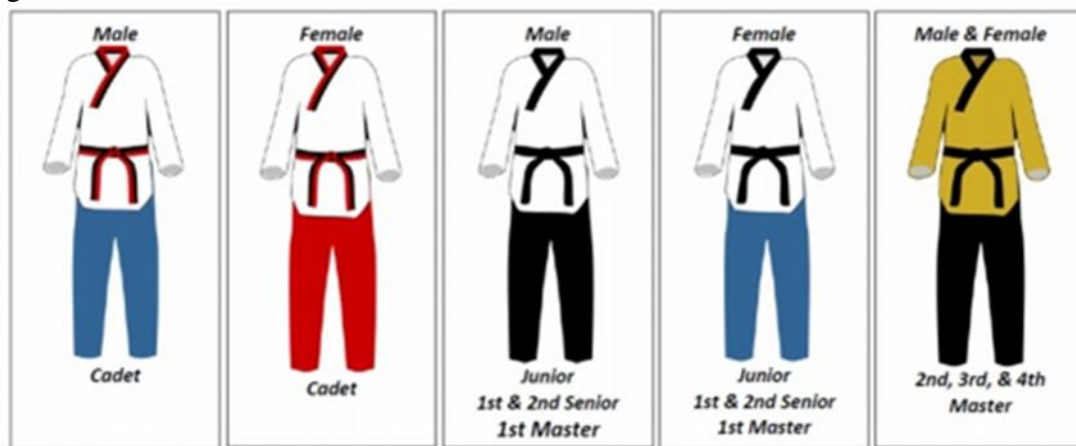
### 2- PARTICIPAÇÃO

Para participar das competições promovidas pela FETESP, o atleta deverá estar regularmente registrado na Federação de Taekwondo do Estado de São Paulo e filiado à entidade devidamente registrada na Federação e em dia com suas obrigações.

A Fetesp poderá mediante decisão do Presidente em conjunto com a Diretoria, permitir a participação de atletas não-filiados como convidados, fazendo jús a premiação da competição, sem que acumulem pontos no ranking estadual da Federação.

### 3- UNIFORME

O uniforme para participar das competições de Poom-se será o branco tradicional com gola “V” (gola preta somente para faixas pretas) ou o uniforme oficial de Poom-se conforme regulamento



### 4- CATEGORIAS

As categorias para a competição de Poom-se promovidas pela FETESP serão divididas pela idade, graduação e modalidade

As categorias poderão ser alteradas em função do regulamento da WT ou adaptação da Fetesp às suas competições

#### DIVISÕES DE POOM-SE POR IDADE:

1. Mirim (até 8 anos)
2. Infantil (9 a 11 anos)
3. Cadete (12-14 anos)
4. Junior (15-17 anos)
5. Sub 30 (18-30 anos)

6. Sub 40 (31-40 anos)
7. Sub 50 (41-50 anos)
8. Sub 60 (51-60 anos)
9. Sub 65 (61-65 anos)
10. Acima 65 (acima 66 anos)

#### **DIVISÕES DE POOM-SE POR FAIXA:**

1. Categoria de 8º Gub – 6º Gub
2. Categoria de 5º Gub – 1º Gub
3. 1º Poom/ 1º ao 3º Dan
4. Mestres

#### **POOM-SE RECONHECIDO**

As categorias serão divididas em Individual Masculino, Individual Feminino, Duplas Mistas e por Equipe.

Nas categorias de faixas coloridas, o atleta deverá executar o Poom-se correspondente à sua graduação.

Nas categorias Cadete (1º Poom) e Faixas Pretas, o atleta deverá executar o Poom-se correspondente a sua categoria de idade, determinado através de sorteio. Não havendo relação entre a graduação e o Poom-se a ser executado

#### **POOM-SE DUPLA**

(PARES, 1 MULHER E 1 HOMEM)

1. Cadete (12-14 anos)
2. Junior (15-17 anos)
3. Sub 30 (18-30 anos)
4. Acima de 30 anos. (acima 31 anos)

#### **POOM-SE EQUIPE**

(3 INTEGRANTES MESMO SEXO)

1. Cadete (12-14 anos)
2. Junior (15-17 anos)
3. Sub 30 (18-30 anos)
4. Acima de 30 anos. (acima 31 anos)

#### **POOM-SE FREE STYLE (ESTILO LIVRE)**

Apresentação deverá seguir critérios e elementos obrigatórios do Freestyle conforme regulamento da WT, podendo sofrer adaptações da Fetesp.

As categorias serão divididas em Individual masculino e feminino, duplas mistas e por equipe (composição de 5 membros mínimo de 2 homens e 2 mulheres)

Um (1) substituto pode ser acompanhado pela equipe de Poomsae Estilo Livre.

#### **CATEGORIAS FREE STYLE: INDIVIDUAL E PARES**

1. Sub 17 (12-17 anos)
2. Acima de 17 anos (acima 18 anos)

#### **POOM-SE TIME MISTO**

5 pessoas, sem determinação de idade

Integrante deve ser pelo menos 1 mulher ou 1 homem

### **5- SISTEMA DE COMPETIÇÃO**

Faixas Coloridas: Sistema de competição será através do confronto direto em chaves que será divulgado até 1 dia antes da competição. Atletas executarão Poom-se simultaneamente

Faixas Pretas e Cadete (1º Poom): Sistema de competição poderá ser feita por eliminatória simples, sistema de rodízio, sistema de corte ou sistema combinado (sistema de corte + eliminatório simples).

Dois (2) dos Poom-ses Obrigatórios designados, decididos pelo Delegado Técnico através de sorteio para cada divisão, deve ser executado em todas as rodadas: eliminatória, semifinal e final, por todos os competidores.

O Poom-se escolhido para cada categoria será divulgado até 1 dia antes da competição.

## **6- ARBITRAGEM**

Para as competições de Faixas Coloridas serão utilizados 3 árbitros, que após execução dos atletas e comando do juiz, levantarão a cor do cartão correspondente ao atleta vencedor que será declarado pelo juiz após verificação do maior número de cartões levantados.

Para competição de Faixas Pretas e Cadete (1º Poom), a banca de arbitragem será composta de 3 a 5 árbitros; 1 juiz; 1 anotador e 1 mesário.

Os árbitros terão a incumbência de fazer a avaliação da execução dos Poom-se, preenchendo planilha específica de arbitragem conforme critérios técnicos e de apresentação, estabelecidos pela WT;

O juiz será responsável pelos comando de entrada, início do Poom-se, divulgação do resultado e saída do atleta da área de competição;

O anotador terá a incumbência de fazer a chamada dos atletas, recolher a papeleta dos árbitros e entregar para o mesário;

O mesário terá a responsabilidade de tabular todos os resultados das planilhas individuais em planilha geral específica

A arbitragem será composta por árbitros com graduação mínima de 1º dan que tenham participado e sido aprovados no Curso Estadual de Arbitragem a ser promovido pela FETESP

## **7- DURAÇÃO DA DISPUTA POR DIVISÃO**

**Poom-se Reconhecido:** Competições Individual, Par e Equipe de 30 a 90 segundos.

O período de espera entre o 1º poom-se e 2º poom-se é de 30 a 60 segundos

**Poom-se Estilo Livre :** Competições Individual, Par e Equipe Mista de 60 a 70 segundos.

**Poom-se Misto:** A duração deverá ser entre 30 a 90 segundos.

## **8- ATOS PROIBIDOS E PENALIDADES**

Penalidades para qualquer ato proibido serão declaradas pelo Árbitro:

Penalidades serão definidas como “Gam-jeom” (dedução de pontos por penalidades). “Gam-jeom” será declarado para os seguintes atos proibidos:

- Pronunciar observações indesejadas ou qualquer má conduta por parte do competidor ou técnico.

- De acordo com o julgamento do árbitro, um técnico, um competidor amador ou um praticante de Taekwondo devem ter modos e respeitar o código de conduta.

- Atletas ou técnicos não devem interromper ou se posicionar no caminho do Coordenador de Competição no meio de sua atividade de coordenação durante a competição.

Se a um Competidor for atribuído duas (2) deduções, o árbitro deve declarar que o competidor perdeu por penalidades.

Se um competidor acumular dois “Gam-jeom ” (deduções de pontos por penalidades), o Árbitro irá declarar que o competidor perdeu por penalidades. “Gam-jeom”, como definido neste artigo, refere-se a dedução de pontos por comportamentos que desrespeitam o espírito do esporte, ao invés de ter perdido pontos pelos juízes em termos de Precisão e Apresentação.

## **9- PROCEDIMENTOS DE DISPUTA**

### **Chamadas dos Competidores:**

Trinta minutos antes da hora marcada do início da disputa, os nomes dos competidores deverão ser anunciados três vezes na área de treinamento dos competidores. Qualquer competidor que não aparecer na área de competição depois do comando de “Chool-

jeon” dado pelo Coordenador de Competição deve ser considerado como retirado e perdido a disputa.

**Inspeção física e inspeção de uniforme:**

Depois de ter sido chamado, o competidor deve passar pela inspeção física e inspeção de uniforme, na mesa de inspeção especificada, pelo inspetor designado pela WTF. O competidor não deve demonstrar nenhum sinal de aversão, e não deve portar nenhum objeto que possa causar dano para o outro competidor.

**Entrando na Área de Competição:**

Após a inspeção, o competidor deve entrar na Área de Espera para Competidores acompanhado de um técnico.

**Procedimentos Pré-disputa e Pós-disputa**

O competidor deve iniciar depois da declaração de: “Chool-jeon ”, “Cha-ryeot ”, “Kyeong-rye ”, “Joon-bi” e “Shi-jak ” pelo Coordenador de Competição.

Depois do final de cada Poomsae, o competidor deve ficar na sua respectiva posição e fazer o cumprimento ao comando do coordenador de: “Ba-ro”, “Cha-ryeot” e “Kyeong-rye”.

Os competidores devem aguardar até a declaração do coordenador de: “Pyo-chul”.

## **10- PREMIAÇÃO E RANKING**

Os atletas melhores colocados nos 3 primeiros lugares, farão jús ao recebimento de medalhas e pontuação no Ranking Estadual da Fetesp

## **11- JUSTIÇA DESPORTIVA**

O atleta ou técnico, que apresentar comportamento não condizente aos princípios marciais inerentes do Taekwondo e da boa prática esportiva, estará sujeito às punições previstas no Código Disciplinar e Ética ficando reservado o direito de defesa

## **FINALIZAÇÃO**

Este regulamento entrará em vigor a partir da data de aprovação em Assembleia da Federação e poderá ser alterado pela diretoria da Federação de Taekwondo do Estado de São Paulo, com o objetivo de adequar a regra a realidade do nosso Estado e de nossas competições. Itens não esclarecidos serão decidido pelo Diretor-Tecnico da FETESP e publicado pelo Presidente para ter a sua validade

São Paulo, 20 de janeiro de 2019

**Yeo Jun Kim**  
Presidente