

Wettkampffregeln Taekwondo

(Stand 29.06.2015)

- Wettkampffläche: 8x8 m (quadratisch) oder Oktagon (Achteck)

- Punktevergabe: 1 Punkt: Körpertreffer

 3 Punkte: Drehtechnik zum Körper/Kopftreffer

 4 Punkte: Drehtechnik zum Kopf

- Wettkampfzeiten: 3 Runden (1, 1.5 oder 2 Minuten), dazwischen 30 Sek/1 Min Pause – je nach Turnier

- Schutzausrüstung: Kopfschutz, Zahnschutz, Wettkampfweste (Hogu), Unterarmschutz, Faustschutz, Tiefschutz, Schienbeinschützer, Ristschutz (Sensorsocken)

- Grundsätzlich: Es werden 3 Runden gekämpft, wer danach am meisten Punkte hat, hat gewonnen. Bei Unentschieden nach 3 Runden wird eine 4. Runde („Sudden Death“) angehängt, bei der der erste Punkt entscheidet. Falls in dieser Runde kein Punkt fällt, gewinnt:
 1. derjenige, der öfter auf der Weste getroffen, aber keinen Punkt erreicht hat. Falls dies ebenfalls gleich ist:
 2. derjenige, der über alle Runden hinweg weniger Verwarnungen (Kyong-go) bekommen hat, bei Gleichstand:
 3. derjenige, für den sich die Kampfrichter entscheiden (aggressivere Kampfführung, bessere Techniken, Kampfgeist)

- Strafen: Es gibt Verwarnungen (Kyong-go) und Minuspunkte (Gam-Jeom), 1 Minuspunkt oder 2 Verwarnungen werden dem Gegner als Pluspunkt angerechnet. Bei 5 Minuspunkten (bzw. 10 Verwarnungen) hat man verloren, unabhängig vom aktuellen Punktestand

- Verwarnungen: z.B. bei Tiefschlägen, Halten, Stoßen, Ziehen, Verlassen der Wettkampffläche mit beiden Beinen, Hinfallen(!), Vortäuschen von Verletzungen, Inaktivität, Unsportlichkeiten vonseiten des Kämpfers oder Coaches...
- Minuspunkte: schwere Vergehen/Unsportlichkeiten wie z.B. absichtlicher Angriff mit der Faust ins Gesicht, absichtlicher Tiefschlag, Vermeiden des Kampfes („Weglaufen“)
Der Kampfrichter entscheidet je nach Schwere, ob eine Verwarnung oder ein Minuspunkt gegeben wird.
- Wer aller am Wettkampf beteiligt ist (mindestens): Kämpfer, Coach, Kampfrichter in der Mitte, 2-4 Punkterichter am Rand, 1 Turnierarzt/Sanitäter, 1 Mattenchef, 1 Operator (bedient den PC)