

AUTUNNO IN DOBOK 2026
TORNEO INTERREGIONALE
FORME-FREESTYLE-PARATAEKWONDO
Oristano (OR) – 08 novembre 2026
www.taekwondofita.it

ORGANIZZAZIONE

Comitato Regionale FITA Sardegna
Via Olbia, 7 – 09012 – Capoterra (CA)

LUOGO

Palazzetto dello Sport “Sa Rodia”, Via della Libertà, 25 - Oristano (OR)
Google Maps: <https://maps.app.goo.gl/ARoSKovoW8USypeK8>

DATA COMPETIZIONE

Domenica 08 novembre 2026

- Ore 08:30 Riunione tecnica con tutti i coach
- Ore 09:00 inizio gara e Parataekwondo
- Ore 13.30-14.30 pausa pranzo
- Ore 14.30 seconda parte della competizione

N.B. Gli orari potrebbero subire delle variazioni in base al numero degli iscritti. Info e aggiornamenti verranno pubblicati su www.taekwondoitalia.it e su https://t.me/fita_sardegna

CATEGORIE ATLETI

Maschili e Femminili:

CLASSE	ETA'
Beginners	6 – 7
Children	8 – 9
Kids	10 - 11
Cadets	12 – 14
Junior	15 – 17
Under 30	18 – 30
Under 35	31 – 35
Under 40	36 – 40
Under 50	41 – 50

Under 60	51 – 60
Over 60	61 e oltre

GARA DI FORME

❖ REGOLAMENTO GARA INDIVIDUALE Formula A per cinture colorate:

CINTURA	ELIMINATORIA	SEMIFINALE	FINALE
Bianca (10° - 9° Kup)	1° Taegeuk	1° Taegeuk	1° Taegeuk
Gialla (8° - 7° Kup)	1° Taegeuk	2° Taegeuk	2° Taegeuk
Verde (6° - 5° Kup)	2° Taegeuk	2° Taegeuk	3° Taegeuk
Blu (4° - 3° Kup)	3° Taegeuk	4° Taegeuk	5° Taegeuk
Rossa (2° - 1° Kup)	5° Taegeuk	6° Taegeuk	7° Taegeuk

❖ SPECIFICHE GARA INDIVIDUALE per cinture colorate:

La finale è sempre a 8 atleti; la semifinale si disputa solo con più di 8 iscritti e le eliminatorie solo con più di 16 iscritti. In ogni turno tutti gli atleti eseguono la stessa forma, predeterminata in base alla cintura.

Ordine di esecuzione:

Nel primo turno disputato l'ordine è sorteggiato. Nei turni successivi si esegue in ordine inverso di classifica del turno precedente: il miglior punteggio esegue per ultimo.

❖ REGOLAMENTO GARA INDIVIDUALE Formula B Elite, riservato alle cinture poom-nere:

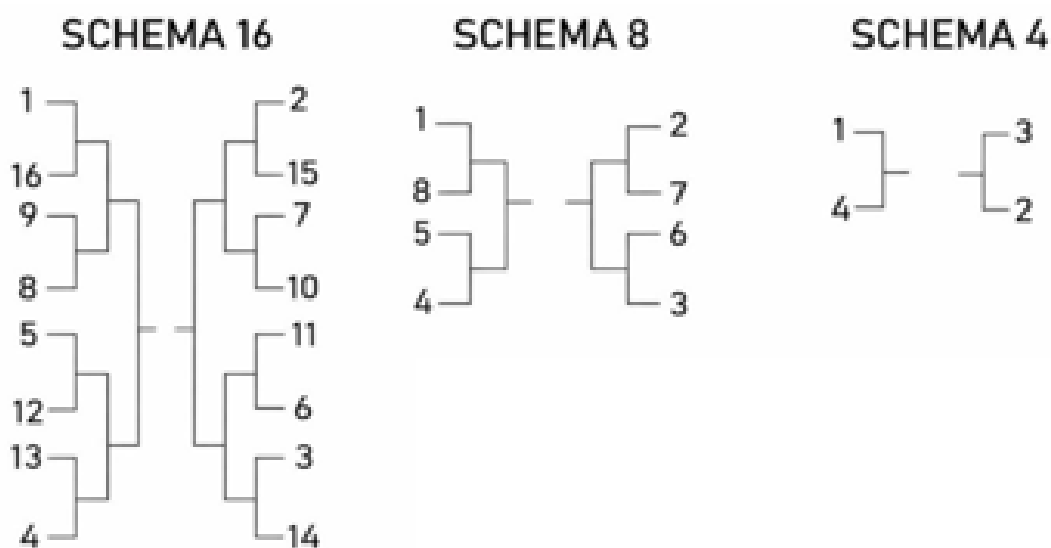
DIVISIONE	ETA'	FORME ESTRAIBILI	CINTURA
Kids	10 – 12	Dal 4° all'8° Taegeuk	Poom
Cadets	12 – 14	Dal 4° Taegeuk a Koryo	Poom
Junior	15 – 17	Dal 5° Taegeuk a Keumgan	Nera
Under 30	18 – 30	Dal 7° Taegeuk a Sipjin	Nera
Under 35	31 – 35	Dal 7° Taegeuk a Sipjin	Nera
Under 40	36 – 40	Dal 7° Taegeuk a Sipjin	Nera
Under 50	41 - 50	Dal 8° Taegeuk a Chonkwon	Nera
Under 60	51 – 60	Da Koryo a Hansoo	Nera
Over 60	61+	Da Koryo a Hansoo	Nera

Classifica:

La competizione si svolgerà in due fasi. La prima con l'estrazione di una forma prima dell'esecuzione che servirà per determinare la posizione della classifica degli atleti, la seconda sarà una competizione a eliminazione diretta nella quale parteciperanno i primi 16 atleti della prima fase.

Gli atleti dal 17° posto in poi non avranno accesso alla fase a eliminazione diretta.

Gli accoppiamenti seguono gli schemi dei Campionati Italiani:



Per ogni incontro del tabellone si estrae una Forma dall'intervallo della divisione, mostrata a tutti. I due atleti eseguiranno la Forma singolarmente, vince chi ottiene il punteggio più alto.

NOTA: Tutti gli atleti Poom e Nere (Formula B) soli in categoria, verranno accorpati nella categoria inferiore ed eseguiranno le Forme previste in quella categoria.

GARA DI FREESTYLE

❖ REGOLAMENTO GARA FREESTYLE INDIVIDUALE:

CLASSE INDIVIDUALE	ETÀ	GRUPPO 1: Bianca-Verde	GRUPPO 2: Blu-Rossa	GRUPPO 3: Poom-Nere
Beginners	6-7	60"- 70"	60"- 70"	60"- 70"
Children	8-9	60"- 70"	60"- 70"	60"- 70"
Kids	10-11	60"- 70"	60"- 70"	60"- 70"
Cadets	12-14	60"- 70"	60"- 70"	60"- 70"
Junior	15-17	60"- 70"	60"- 70" o 90" – 100"	90"- 100"
Under 25	18-25	60"- 70"	60"- 70" o 90" – 100"	90"- 100"
Under 30	26-30	60"- 70"	60"- 70" o 90" – 100"	90"- 100"

Programma e valutazione:

Si applica il regolamento FITA del freestyle attualmente in uso, comprese le linee guida pubblicate per gli ultimi Campionati Italiani, con la stessa giuria delle Forme.

Dalla categoria Junior, gli interessati potranno scegliere il programma da 60" – 70" o quello da 90" – 100", previa preventiva dichiarazione manifestata all'atto dell'iscrizione, mediante e-mail.

***Elementi obbligatori:** laterale in volo, frontali multipli (min. 2), calci in rotazione (min. 180°), simulazione kyorugi (2/3 step), azione acrobatica (min. ruota o rondata anche senza calci), coreografia libera.

DIVISIONI E CLASSI PARATAEKWONDO

- Tutte le Classi P, da P20 a P70;
- Atleti da Beginners a Master, tutte le cinture;
- Gli atleti gareggeranno con una forma a scelta;
- La classificazione e la suddivisione in gruppi verrà effettuata in sede di gara.

ISCRIZIONI

Alla manifestazione potranno partecipare tutte le società regolarmente affiliate alla FITA/WT per l'anno sportivo 2026, nonché i rispettivi coach in possesso di qualifica tecnica riconosciuta e tesserati FITA per l'anno in corso.

Gli **atleti** dovranno essere in regola con il tesseramento FITA per il 2026 e muniti di certificazione medica per attività sportiva agonistica in corso di validità.

I **Coach** dovranno essere in regola con il tesseramento FITA per il 2026 come allenatore, istruttore o maestro.

Le iscrizioni all'evento avverranno attraverso la scheda **COMPETIZIONI** <https://tesseramento.taekwondowtf.it/eventi> contenuta all'interno dell'AREA RISERVATA FITA <https://tesseramento.taekwondowtf.it/>

QUOTA D'ISCRIZIONE:	
Beginners e Children	€ 30
Kids, Cadets, Junior, Senior e Master	€ 40
Parataekwondo	gratuito
Coach	gratuito

IMPORTANTE: Al fine di garantire il regolare e continuativo svolgimento della competizione, è obbligatoria la presenza di almeno un coach ogni 5 atleti iscritti per società. Tale disposizione è finalizzata a evitare interruzioni dovute all'assenza di tecnici impegnati su altri campi. Non saranno concesse deroghe né sospensioni.

TERMINE ISCRIZIONI

SCADENZA ISCRIZIONI: 28 ottobre 2026.

FINE MODIFICHE (cancellazioni e cambio categorie gratuite): 30 ottobre 2026.

Il Comitato si riserva di chiudere anticipatamente le iscrizioni qualora fosse raggiunto il limite di iscrizioni previsto.

PREMIAZIONI

- **ATLETI:** Medaglie per i primi, secondi e terzi ex-aequo qualificati nelle categorie delle specialità FORME e FREESTYLE.
- **SOCIETÀ:**
 - Coppe per le prime quattro società nella specialità FORME:
 - 1) Gruppo relativo alle categorie Beginners-Children-Kids;
 - 2) Gruppo relativo alle categorie Cadetti-Junior-Senior e Master;
 - Coppe per le prime quattro società nella specialità FREESTYLE:
 - 3) Unico gruppo relativo a tutte le categorie.

CONDIZIONI DI PARTECIPAZIONE

Tutti gli atleti, tecnici e ufficiali di gara partecipano alla manifestazione sotto la propria responsabilità.

Ogni società sportiva è ritenuta unica responsabile per i propri tesserati, rispondendo in sede civile e penale ed economicamente per eventuali danni arrecati a persone, cose o strutture al di fuori dell'area di gara.

Il Comitato Organizzatore declina ogni responsabilità per danni o smarrimenti di oggetti, materiali o lesioni occorsi durante lo svolgimento della manifestazione.

Con l'invio della richiesta di iscrizione, le società partecipanti accettano integralmente le presenti condizioni.

HOTEL E CONVENZIONI

Eventuali hotel convenzionati saranno resi disponibili sul canale Telegram di FITA Sardegna al seguente link https://t.me/fita_sardegna

CONTATTI

Direzione Gara Sardegna

E-mail: presidente.sardegna@fitaconi.com

Il Presidente del C.R. FITA Sardegna
Dott. Vincenzo Serrao

