



7 MISTRZOSTWA KRAKOWA HAPKIDO

11 GRUDNIA 2021

MIEJSCE: Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 162 w Krakowie, ul. Stojałowskiego 31

PROGRAM ZAWODÓW:

Godz. 8.20 - otwarcie wejścia do szkoły na poziomie małej sali gimnastycznej przy boiskach sportowych SPzOI nr 162, wejście na teren szkoły od strony parkingu

Godz. od 8.30 - otwarcie biura zawodów, weryfikacja zawodników, pomiary do konkurencji Nak Bop (dotyczy zawodników startujących tylko w tej konkurencji),

Godz. 9.00 - Przywitanie gości,

Godz. 9.10- 9.30 - Pokaz najmłodszej grupy Hapkido Tigers (rozdanie medali pamiątkowych),

Godz. 9.30-10.00 - rozgrzewka uczestników,

Godz. 10.00 Startujemy (po każdej zakończonej konkurencji na danej macie startuje kolejna):

Mata A:

- konkurencja Fight Junior- grupa A
- konkurencja Ho Shin Sul- grupa do 5 Gup (do zielonej belki)
- konkurencja Jok Sul do 5 Gup

Mata B:

- konkurencja Fight Junior- grupa B
- Konkurencja Jok Sul od 4 Gup
- Konkurencja HSS od 4 Gup

Mata C:

- Konkurencja Nak Bop- gr. zaawansowana: kobiety/ mężczyźni.

Po każdej zakończonej konkurencji następuje rozdanie medali i statuetek dla uczestników.

Godz. 11.00- na korytarzu odbywać się będzie nauka języka koreańskiego dla chętnych osób.

Godz. 14.00- przewidywany czas zakończenia zawodów.