



Sandefjord Taekwon-Do Klubb ønsker på vegne av
Norges Kampsportforbund å invitere til

ØSTLANDSCUP 2

LØRDAG 5 APRIL 2025

STED:

[Bugårdshallen, Sportsveien, 3224 Sandefjord](#)

TIDSPUNKTER:

Dommer/Coachmøte starter kl 08:30. Mesterskapet starter kl 09:00

OBS!! Oppdatert tidsskjema vil komme så raskt påmeldingene til ØC er klare.

KRAV FOR DELTAGELSE:

- Minimum grad: 8. Gup (Gult belte) Minimum alder: Fyller 13 år i løpet av 2025
- Denne Østlandscupen er åpen for alle regioner

PÅMELDING I SPORTDATA:

Kontakt din medlemsklubb for påmelding. Utøvere kan kun representere den klubben de er registrert i hos Norges Kampsportforbund. ! Påmeldingsansvarlig må oppdatere grad, vekt og høyde på alle sine utøvere i Sportdata!

LINK TIL SPORTDATA: <https://bit.ly/ØC2025>

Påmeldingsfrist er fredag 28 mars 2025. Fristen er endelig og påmeldingen er bindende!

Deltakeravgift:

Kr. 350,- per utøver. Faktura sendes samlet til klubbene etter mesterskapet i henhold til påmeldingen.

INFORMASJON

TIL UTØVERE

Se på Sportdata for inndeling av klasser på ØC-2 – <https://bit.ly/ØC22025>

Dommerkomiteen har fra 2025 besluttet å inndeles i flere høydeklasser for Jr.-1 i sparring. Sammenslåinger av klasser vil kunne foretas etter vurdering. Det er derfor viktig at klubben oppdaterer alle deltakere med riktig beltegrad, vekt og høyde (før påmeldingsfristen).

KRAV FOR DELTAGELSE:

- Minimum grad: 8. Gup (Gult belte)
- Minimum alder: Fyller 13 år i løpet av 2025
- Denne Østlandscupen er åpen for alle regioner

ALDERSFORDELING:

- Junior 1: Fyller 13-15 år i 2025
- Junior 2: Fyller 16-18 i 2025
- Senior: Fyller 19-39 år i 2025
- Veteran: Fyller 40 år eller mer i 2025

MØNSTERKLASSER:

Deles etter kjønn, alder og beltegrad

SPARRINGSKLASSER:

Deles etter kjønn, alder, høyde eller vekt.

HIGH KICK:

Junior & Senior – 8 til 3.Gup
Deles i kjønn og alder (ikke høyde)

POWERCUBE-KLASSER

Alle Junior, Rødt og Sort-belte.
Klassene deles etter kjønn

!! NYTT UNDER ØC2 – 2025 !!

KNUSING

Senior & Veteran Dan
5 øvelser

SPESIALTEKNIKK

Alle Junior, Senior & Veteran,
Rødt og Sort - 5 øvelser

Registrering av Knusing og spesialteknikk fyller man ut digitalt før ØC2, registrering av dette må skje seinest 1 april 2025 – Registrering -> www.itfostlandscup.no

ANNET

* Sammenslåing av klasser kan gjennomføres i henhold til vanlig praksis

TIL LAGLEDERE/COACHER/DOMMERE:

- Alle klubber må ha en ansvarlig Lagleder 18 år

KRAV TIL ALLE COACHER:

- Minimum 15 år
- Minimum 2. gup (rødt belte)
- Grundig kjennskap til konkurransereglene
- Medlem av en klubb tilsluttet NKF gjennom ITF-seksjonen

DOMMER INFORMASJON:

Påmelding av dommere gjøres i **Sportdata** og i skjemaet til arrangøren.

Alle deltakende klubber må registrere minst **2 Dommere** som ikke selv deltar på ØC-2. Klubber som ikke kan oppfylle dette kravet må kontakte arrangørklubben og dommer ansvarlige før påmelding.

KRAV TIL DOMMERE:

- Ha minimum 2. gup (rødt belte)
- Ha gjennomført dommerkurs (og bestått teoretisk og praktisk prøve) og ha oppdatert kjennskap til regelverket
- Må stille i korrekt dommer antrekk

!!!OBS!!!

Alle dommer må fyll ut Dommerskjema hos arrangøren på lenken under:

<https://itfostlandscup.no/dommerpamelding/>



FORSIKRING:

Klubbene har ansvar for at alle klubbens deltagere er meldt inn i NKF og at de har gyldig forsikring. Uten gyldig skadeforsikring og innbetalt startkontigent får ikke utøverne delta.

REGLER:

Stevnet gjennomføres etter ITF-seksjonens regelverk: [LES REGLER HER](#)

ANNEN INFORMASJON:

Det er viktig at Lagledere/Coacher holder seg oppdatert med å følge med på følgende steder i dagene før stevnet:

iftostlandscup.no

[Sportdata](#)

FORBEHOLD OM AVLYSNING:

Norges Kampsportforbund forbeholder seg retten til å avlyse stevnet ved lav påmelding eller andre forhold som ligger utenfor vår kontroll. Ved avlysning tar Norges Kampsportforbund intet ansvar for eventuelle bestilte billetter, hotell eller andre kostnader klubben har hatt i forbindelse med stevnet.

FOTO OG FILM:

NKF og NTN opplyser om at det kan bli tatt bilder og film fra arrangementet med deltakere og funksjonærer som kan bli publisert i redaksjonell sammenheng på www.kampsport.no eller andre nettsteder.

ANTIDOPING:

www.antidoping.no

KONTAKTPERSON FOR NORGES**KAMPSPORTFORBUND:**

Robert Hamara: robert.hamara@kampsport.no
922 33 143

KONTAKTPERSON ARRANGØR:

Generelle henvendelser: Ernst W. Erdmann
E-post: ernst@sandefjordtkd.no
Tlf: 977 500 11

KONTAKTPERSON FOR SPORTDATA/PÅMELDING:

Grand Master Per Christian Garnæs
masterpcg@mac.com

KONTAKTPERSON FOR DOMMERE:

Camilla Melhus Rolstad: cmrolstad@gmail.com
Gunnar Eggesbø: gunnar@drammentkd.no



**KAMP
SPORT**

