

**nº 2 - agosto 2005**

# **taekwondo** **canarias**



**XXI TORNEO ISLAS CANARIAS**  
**5 DE NOVIEMBRE**

**Pedro Campillo**  
**WTF NEWS**  
**la columna de Zapico**  
**Canarios en Murcia**  
**Enmiendas al reglamento**  
**Curso en Tenerife**

**Y MÁS...**



**taekwondo**  
**canarias**

**Índice**

**1**

**la columna de Santiago Zapico**

**2**

**Entrevista: Pedro Campillo**

**3 a 6**

**Concentración en Murcia**

**7-8**

**Un recorrido por Internet ( I )**

**9**

**Curso en Tenerife 2005**

**10**

**Normas de competición:  
enmiendas**

**11-16**

**WTF News**

**16**

**Próximas competiciones**

**16**

**Y EN EL PROXIMO NUMERO +**

MAQUETACIÓN Y TEXTOS: Javier Cruz Sánchez

FOTOS Y DISEÑO (WWW.FCTAEKWONDO.COM): Belén Marrero Santana y Javier Cruz Sánchez

COLABORACIONES: Santiago Zapico (Columna mensual), Jennifer y Acaymo Calero Castro (foto portada), Ciro Noda

AGRADECIMIENTOS: World Taekwondo Federation (PR Division), Mr. Kang Seok-Jae, Ms. Miri Kim, Rocio Perdomo

## ■ El Segundo aliento en el Taekwondista

Las fuerzas se van acabando y en nuestra mente solo hay un deseo, el deseo de abandonar...

Hay muy poca gente que ha podido sentir el tirón del segundo aliento, otros piensan que no existe y los científicos todavía no le han dado una explicación física a este punto de equilibrio entre la mente y el cuerpo.

Remontándome a mis entrenamientos mas intensos voy a intentar explicar este sentimiento tan fantástico que te hace sentir en una nube de energía.

Ya van 90 minutos de entrenamiento, la sensación de placer va desapareciendo y las fuerzas se acaban, tu condición de luchador no te deja tirar la toalla y tienes que mantener el ritmo entre los mas fuertes de tu equipo, que a tu punto de vista siempre están por encima de ti. Por otro lado tienes la prueba mas importante de tu vida y debes conseguir una medalla, pero tu mente empieza a flojear, deseas agachar la cabeza y te olvidas de lo vergonzoso que puede ser que te vean los miembros de tu equi-

po agacharte como un gusano en el suelo para respirar tirando todo tu orgullo por la borda y diciendo me da igual lo que piensen los demás; grave error del que luego te arrepentirás. Pero, qué me está ocurriendo. De repente mis músculos empiezan a recobrar una energía que no he tenido durante todo el entrenamiento, mi mente se despeja y estoy viendo como mi potencial se multiplica por 10 ya no me cuesta tanto respirar y estoy desbocado, al igual que un caballo. Quiero más porque la sensación de placer es enorme y empezaría de nuevo otro entrenamiento. Tu sangre regula tu sistema cardiovascular como si tuvieras mangueras en vez de venas y tu velocidad está en lo mas alto de tu potencial. Nunca me había sentido así. Acabas de entrar en el segundo aliento.

La mente es capaz de conseguir las cosas mas inverosímiles cuando llega a su plenitud de concentración, nuestra fuerza está en nuestra mente y es por ello por lo que conseguimos superar las metas mas altas. Por qué unos valen y otros no, nuestra fuerza esta en nuestra mente y debemos aprender a controlarla al máxi-

mo. Este estado fisiológico en el que nuestras pulsaciones se mantienen en una normalidad y nuestra mente te abre, viéndonos desde fuera como nos machacamos, sin que parezca que nos atañe, es lo que se llama el segundo aliento del deportista.

Según los expertos suele ocurrir cuando el entrenamiento es intenso y prolongado y cuando nuestra mente ha conseguido superar los temores y miedos al dolor como puede ser el agotamiento, pero para superar el dolor del agotamiento hay que agotarse y entrar en él, solo así nos podremos poner a prueba y entrar en el segundo aliento.

**¿serás capaz de sobrepasar la barrera del dolor?**



**Santiago Zapico**  
**Maestro Nacional**  
**C.N. 5º DAN**

**TORNEO ISLAS CANARIAS 2005**  
*5 de Noviembre*



## ■ Brillante Campeón de Europa 2005

**Hablar de Pedro Campillo es hablar de pumses y de técnica, de muchos campeonatos de España ganados y de varias medallas europeas, de organizador de eventos y seminarios, realización de exhibiciones, deportista multidisciplinar y más.**

**Todo un estilista que ha paseado su buen hacer por el globo terráqueo y que nos ha permitido robarle unos minutos de su tiempo para que lo podamos conocer mejor.**

FOTOS CEDIDAS POR: PEDRO CAMPILLO



Podium en el europeo de Turku (Finlandia)

**¿En qué año y qué fue lo que te llevo a practicar Taekwondo?**

Empecé en septiembre del 81, en el gimnasio que había al ladito de casa de mis padres. Yo tenía 6 añitos, y aunque ya empecé a sentir curiosidad por las artes marciales, debido a la influencia de las películas de Bruce-Lee, las cuales en aquella época se pusieron muy de moda, mi intención era practicar kung-fu y no taekwondo. Recuerdo que al entrar por primera vez en el gimnasio, me encontré con mi maestro, Antonio Navas y le pregunté si había kung-fu y me dijo "eso es en las películas, aquí hay sólo taekwondo ; ) parece que fue ayer y han pasado ya muchos años.

**Creo que has practicado otras artes marciales ¿cuáles y qué es lo que más valo-**

**ras de ellas?**

Sí, he practicado otras disciplinas. En el año 90 aproximadamente, empecé a practicar hapkido y aunque me costó mucho encontrar el estilo que se adaptará a mi persona, tanto física como mentalmente, finalmente di con él y en la actualidad poseo el 3 er DAN del estilo más blando de hapkido, el cual viene a ser el paso intermedio entre el hapkido coreano y el aikido japonés, denominado "hankido". De todas formas, practiqué también durante 7 años, aikido japonés...del cual me guardo un grato recuerdo y entendimiento del aikido como arte marcial por excelencia en busca de la paz en el mundo, evitando siempre la pelea e intentado cambiar la actitud agresiva del oponente siendo capaz de dominarle sin el uso de la fuerza. Trabajé el bastón

corto, concretamente Masakatsu Bojutsu. He participado en varios cursos de Chi Kung y Tian Gong y finalmente, soy cinturón negro 1er DAN de Haidong Gumdo además de haberme proclamado Campeón del Mundo de formas en Korea el año pasado. Considero que todas las artes marciales al final significan lo mismo, practiques el estilo que practiques, te das cuenta que lo realmente importante son los valores humanos que pueden enseñarte y que ojalá, todos podamos ser capaces de aplicar a nuestra vida diaria. Hablar de respeto, humildad, compañerismo, comprensión, auto-control...y tantos y tantos aspectos que tocamos cada día, maestros y alumnos, en clase, en un entrenamiento, en una competición, en todas y cada una de las situaciones en las que nos encontramos gracias a un arte marcial, eso es lo

que realmente deberíamos valorar...

**¿Quiénes valoran más tus resultados, quiénes te conocen o quiénes no te conocen?**

¿Es importante eso? Jejejeje, vamos a ver; por desgracia los competidores de técnica no estamos valorados y dudo que algún día lo estemos. Supongo que lo valorarán aquellos que sepan lo mucho que cuesta estar ahí, el trabajo que hay detrás de cualquier competidor

## PALMARÉS:

### **16 VECES CAMPEON DE ESPAÑA DE TÉCNICA:**

- 1988, BURGOS.
- 1989, CARTAGENA.
- 1990, CARTAGENA.
- 1991, CARTAGENA.
- 1993, BARCELONA.
- 1995, MURCIA.
- 1996, BARCELONA.
- 1997, MADRID.
- 1988, TORRELAVEGA.
- 1999, PAMPLONA.
- 2000, VIGO.
- 2001, CIUDAD REAL.
- 2002, TORRELAVEGA.
- 2003, CARTAGENA.
- 2004, TORRELAVEGA.
- 2005, ALICANTE.

### **CAMPEONATOS DE EUROPA:**

- ORO 2005, FINLANDIA.
- ORO 2001, ALEMANIA.
- BRONCE 1993, AUSTRIA.
- BRONCE 1995, RUSIA.
- BRONCE 1999, DINAMARCA

### **CAMPEONATOS INTERNACIONALES:**

- ORO 2001, WORLD TAEKWONDO FESTIVAL (Corea del sur), en categoría individual y equipo sincronizado.
- PLATA 2001, CHUNCHON KOREA OPEN INTERNATIONAL CHAMPIONSHIPS (Corea del Sur)
- ORO 2000, HANMADANG (Seúl, Corea del Sur)
- ORO 2001, 2002, 2003, 2004 COPA IBÉRICA
- ORO 2003 Y 2004, OPEN DE PARÍS
- PLATA 2004, OPEN DE HOLANDA, equipos sincronizados.
- BRONCE 2004, OPEN DE HOLANDA, equipo sincronizado y dúo mixto.

y la gente que te quiere, entre esa gente no quiero dejar de nombrar a mi familia, a mi novia, a mis alumnos, y a mis amigos. Pero lo importante no es que te conozca la gente por un título, mis títulos son personales.

**¿Qué te falta por conseguir?  
¿Qué te falta por mejorar?**

Soñamos todos con lo mismo, participar en un mundial de pumses oficial y reconocido por la WTF. Sería algo muy especial, poder participaren el I Cpto. del Mundo de Pumses. Conseguir una medalla...ni te cuento! Que me falta por mejorar..., jejeje, en el apartado técnico, continuamente estás mejorando o al menos lo intentas. Los competidores de técnica somos extremadamente críticos con nosotros mismos y nunca te sientes satisfecho del todo con tu trabajo. De todas formas, hay algo que se hace con la edad, con los años de practica, con la experiencia, con las vivencias dentro del pumse...y es lo que cuesta más mejorar...la expresividad. Vivir el pumse no es fácil, pero sí es emocionante intentarlo.

**Qué opinas del actual sistema de competición de pumses... alguna mejora?**

Bueno, no me termina de agradar el que te condicione el grado que tengas para realizar un pumse u otro, sin embargo entiendo que las cosas tienen que madurar y realizar un Chunkwon o un Jansu no es lo mismo que un Taebek. El tiempo hace que las cosas se entiendan de diferente manera, un 5º DAN entiende distinto que un 1er DAN. Por otra



Pedro Campillo y D. Antonio Navas (presidente de la Federación Española de Taekwondo)

parte, creo que muchos coincidimos en que para el público en general llega a ser muy aburrida o monótona la competición de pumse. Quizá una opción, sería celebrar competiciones de pumse, combate y exhibición, sería una muestra completa del tkd en todas sus variantes. De hecho, en muchos sitios ya se hace así...

**¿Tienes algún referente a la hora de competir? ¿Alguien a quién admires? ¿Alguna persona que te inspire?**

Durante muchos años sentía seguridad al ver a mi maestro. Como ya te he comentado anteriormente, todo cambia, han pasado los años, digamos que me he hecho mayor ; ) verdad? Ahora, al salir a pista me



Asunción Martín, Pedro Campillo, Manuel Ballesteros ,J osefina López y Yolanda Ubero (de izquierda a derecha)



Manuel Ballesteros , Asunción Martín y Pedro Campillo (de izquierda a derecha)



Podium en el europeo de Turkü (Finlandia)

abordan miles de cosas, muchos pensamientos, paso por diferentes momentos o etapas antes de entrar en pista y lo bonito es que eres consciente de ello y vives la emoción de un modo distinto. Paso por momentos en que me preparo y siento euforia y ganas de comerme el mundo, en ese momento pienso en algún famoso que triunfa, es indiferente que sea de tkd o no ( aunque sí debo reconocer, que visualizo mucho los puñetazos que lanza Dang ki Tu, aunque técnicamente no me agrada demasiado ); después siento un momento de calma, de serenidad, y recuerdo a toda esa gente que ha sabido transmitirme eso de un modo u otro, mi padre, mi madre, mi maestro...en esos momentos siento mucha emoción, a veces demasiada aunque supongo que es bueno para poder transmitir después a los jueces; llega después un momento en el que soy yo y nadie más, no existe el mundo, no existe nada ni nadie, sólo yo y toda mi atención se centra en mi mismo; por último todo desaparece!!! Jejeje, cuando hago un pumse no existe nada, no soy consciente, si ha sido así el proceso...será un buen campeonato, para mi! Independientemente del resultado.

### **Pumse favorito y por qué...**

Jansu, porque es distinto a los demás, porque va hacia otras direcciones, porque fluye como el agua...porque es un pumse que te da mucha creatividad, y me siento cómodo a la hora de expresarlo. Porque de pequeño vi hacerlo a un maestro coreano y me encantó....

## Las 7 virtudes del competidor de pumses completo...

Ufff, ...debe ser expresivo, pues transmitir es la mejor manera de convencer a un juez de que te puntúe. Explosivo en sus movimientos. Seguro de lo que hace, puesto que sabe hacerlo y muy bien!. Humilde a la vez. Elegante, plástico, técnico después de haber trabajado miles de veces la técnica y ser capaz de ejecutarlas limpiamente. Sereno antes de entrar en pista. Eufórico en el centro de la pista.

Por tanto: expresividad, explosividad, seguridad, humildad, elegancia, serenidad, un toque de euforia.

Por supuesto que todo eso debe ir acompañado de un nivel técnico alto....

## ¿Te marcas un 7º tour como Lance Armstrong, o seguirás mientras el cuerpo aguante?

Quisiera competir mientras el cuerpo aguante. Forma parte de mi. No me planteo mi vida sin estar pendiente de unas fechas, sin planificar los entrenamientos, las dietas. No se trata de cosechar títulos, sino de una forma de vida...aunque evidentemente a todos nos gusta ganar eh!!

## ¿Se gana dinero con el Taekwondo de alto nivel, o sale más rentable jugar al fútbol en un equipo desconocido en cualquier municipio de España?

Jjejejeje, más bien lo segundo!!! Se pierde dinero si intentas estar al día ya que tienes que costearte viajes para participar en campeonatos, entre

otras cosas. Es satisfacción personal y nada más, por supuesto; aunque eso es más importante que nada!

## Ahora una pregunta difícil... ¿crees que es posible unificar los conceptos técnicos de la WTF y la ITF?

No, al menos hoy por hoy. Existen demasiadas diferencias a nivel técnico entre nuestros pumses y sus hyonges. Considero que sería positivo, pero no se puede imponer ni una cosa ni otra.

## Pregunta que ya hemos hecho en otras ocasiones... ¿disfrutas más con los éxitos de tus alumnos o con los propios?

Es distinto. Ver que un alumno triunfa y que en parte ha sido posible gracias a ti...es maravilloso. Recuerdo cuando conseguí por primera vez un Campeón de España, fue Andreu Durán, mi alumno de toda la vida...compitió antes que yo y por dentro me dije..."por hoy, ya podemos haber terminado".

## ¿Qué trabajo desarrollas habitualmente para la competición de pumses?

Bueno, pues me planifico con tres meses. Mi preparación es física, técnica y de coco, si podemos llamarlo así! Le doy muchísima más importancia a la calidad en el entrenamiento que a la cantidad. Es decir, no me machaco con series de repeticiones sino que intento trabajar pocas veces pero a máximo nivel. Más o menos podría ser así: Apartado físico:

10 sesiones físicas de acondicionamiento muscular general. Entre 8 y 12 sesiones de trabajo explosivo. Entre 2 y 4 sesiones de bajada. Apartado Técnico: Entre 6 u 8 sesiones de repeticiones de todos los Pumses, Taeguk y Superiores. Entre 6 y 8 sesiones de 5 repeticiones de los 3 pumses de competición y trabajo por secuencias. Entre 6 y 8 sesiones de 3 repeticiones de los 3 pumses de competición. 2 sesiones de bajada. Siempre descanso un mínimo de 4 días antes del campeonato y controla mucho la dieta. Llevo trabajando así los últimos 4 años y el resultado siempre son sensaciones buenísimas. Aunque para llegar a mi punto, tengo que decir que he tenido que arriesgar incluso campeonatos de España, haciendo pruebas en los entrenamientos, cambios en la dieta, alteraciones de sueño..una historia!!! Jejeje, ahora me siento muy a gusto...por fin!

### PEDRO CAMPILLO FRONTERA

- CINTURÓN NEGRO 5º DAN DE TAEKWONDO
- CINTURÓN NEGRO 3º DAN DE HAPKIDO
- CINTURÓN NEGRO 1º DAN DE HAIKONG GUMDO
- JUEZ CALIFICADOR NACIONAL DE TÉCNICA DE TKD
- ARBITRO NACIONAL DE TKD
- SELECCIONADOR Y ENTRENADOR BALEAR INFANTIL Y ADULTO DE TÉCNICA Y PUMSE HASTA 1999
- MIEMBRO DE LA SELECCIÓN ESPAÑOLA DE TÉCNICA Y PUMSE DESDE 1993
- MAESTRO DE TAEKWONDO
- INSTRUCTOR DE HAIKONG GUMDO
- INSTRUCTOR DE HAPKIDO
- DIRECTOR TÉCNICO Y COORDINADOR DEL CENTRO DE TECNIFICACIÓN DE TAEKWONDO DE LLUCMAJOR GOVERN DE LES ILLES BALEARS
- DIRECTOR TÉCNICO de la ESCUELA HWARANG

# CONCENTRACIÓN EN MURCIA

## ■ Canarios con la selección española

Como todos los veranos, la Federación Española de Taekwondo realiza un "stage" de preparación a los jóvenes más destacados del panorama nacional. En este año, la concentración se ha trasladado de Murcia, a orillas del Mediterráneo. A la misma han sido convocados 8 deportistas isleños, que viene a refrendar el nivel y la calidad que están demostrando nuestros competidores. A continuación, adjuntamos la ficha de los competidores convocados.



Nombre: **Zenaida Miranda Casimiro**  
Edad: 15 años  
Club: Kumgang (Cruce de Arinaga)

### Palmarés

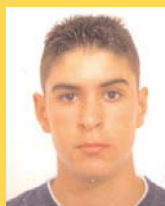
Cpto. de España Junior 2005 (PLATA).  
Cpto. Regional Junior 2004 y 2005 (ORO)  
Cpto. Regional Cadete 2004 y 2005 (ORO)  
Torneo Islas Canarias Cadete 2004 y 2005 (ORO)  
Open de Holanda 2005 (participación)



Nombre: **Hugo García Hemme**  
Edad: 17 años  
Club: Doksurí

### Palmarés

Cpto. de Europa Junior 2005 (PLATA)  
Cpto. de España Junior 2004 y 2005 (ORO)  
Cpto. de España Cadete 2004 (ORO)  
Torneo Int. de Ans - Bélgica 2004 (ORO)  
Cpto. del Mundo Junior 2004 (participación)  
Cpto. Regional Junior 2002 y 2003 (ORO)  
Cpto. Regional Cadete 2002 y 2003 (ORO)



Nombre: **Nicolás García Hemme**  
Edad: 17 años  
Club: Doksurí

### Palmarés

Cpto. de Europa Junior 2005 (ORO)  
Cpto. de España Junior 2005 (ORO)  
Open Int. de Holanda 2005 (BRONCE)  
Cpto. Regional Junior 2005 (ORO)  
Cpto. Regional Cadete 2002 y 2004 (ORO)  
Torneo Islas Canarias 2004 y 2002 (ORO)



Nombre: **Samuel González Correa**  
Edad: 13 años  
Club: Jansu

### Palmarés

Cpto. de España Cadete 2005 (ORO)  
Cpto. Regional Cadete 2005 (ORO)  
Torneo Islas Canarias Cadete 2004 (ORO)  
Open Ciudad de Riveira Cadete 2003 (PLATA)



Nombre: **Francisco Déniz Ramos**

Edad: 16 años

Club: Doksurí

### Palmarés

Cpto. de Europa Junior 2005 (BRONCE)

Cpto. de España Junior 2005 (ORO)

Cpto. de España Junior 2004 (BRONCE)

Torneo Islas Canarias Cadete 2004 (ORO)

Cpto. Regional Junior 2004 y 2005 (ORO)



Nombre: **Gara Méndez Serrano**

Club: Nuryana

### Palmarés

Cpto. de España Infantil técnica "D" (ORO)

Cpto. de España Junior 2003, 2004 y 2005 (BRONCE)

Cpto. de España Cadete 2003 y 2004 (BRONCE)

Torneo Islas Canarias Cadete 2004 (ORO)

Open de Galicia 2003 (BRONCE)



Nombre: **Eric García Hemme**

Edad: 20 años

Club: Doksurí (Residencia Blumme)

### Palmarés

Cpto del Mundo Junior 2002 (BRONCE)

Cpto. de España Junior 2002 (ORO)

Cpto. de España Universitario 2004 y 2005 (PLATA)

Cpto. Regional Absoluto 2002 y 2003 (ORO)

Cpto. Regional Copa del Rey 2003 (ORO)

Cpto. Regional Sub-21 2003 (ORO)



Nombre: **Rosanna Simón Álamo**

Club: Jansu (CAR Barcelona)

### Palmarés

Cpto. de Europa Junior 2005 (ORO)

Cpto. de España Absoluto 2005 (ORO)

Cpto. de España Junior 2005 (ORO)

Cpto. de España Cadete 2004 (ORO)

Cpto. de España Cadete 2003 (BRONCE)

Open de Turquía 2005 (BRONCE)

Open de Holanda 2005 (PLATA)

## FOTO DE LA PORTADA



FOTOGRAFÍA:

JENNIFER CALERO CASTRO

DESCRIPCIÓN:

Ángel Déniz Marrero ejecutando un Yop Chagui a Acaymo Calero Castro

# UN RECORRIDO POR INTERNET ( I )

- En Internet se puede encontrar de todo: ¿pumses también?



Federación Chilena de Taekwondo (<http://www.taekwondowtf.cl>)



Gimnasio Sport Zapico (<http://www.sportzapico.com>)



Federación Italiana de Taekwondo (<http://www.taekwodowtf.it>)



Taekwondo en Euskadi (<http://www.taekwondospeed.com>)



Web francesa de taekwondo (<http://www.webtkd.com>)



Federación Francesa de Taekwondo (<http://www.fft-da.fr>)

# CURSO DE MONITORES Y ENTRENADORES

## ■ Clausura del curso celebrado en Tenerife

El domingo, 21 de Agosto, se dio por clausurado el curso de titulación de Monitores y Entrenadores, que se venía celebrando en Tenerife. Después de varias semanas de intensas clases, para festejar el final, se celebró un almuerzo en el Restaurante Mi Mercé - Los Junquitos, de Barranco Las Lajas (Tacoronte).



**BARTOLOMÉ CIRO NODA MARTÍN**



**ÁNGEL OCTAVIO OJEDA SANTANA**



**ASUNCIÓN MARTÍN HERNÁNDEZ**





**HERNÁN GARCÍA CASTRO**



**PEDRO FRANCISCO GONZÁLEZ CABRERA**



**MARÍA DOLORES MARRERO DÍAZ**

## PROFESORES DEL CURSO



**MIGUEL QUINTERO HERNÁNDEZ**

## PROMOCIÓN 2005



**SALVADOR TORRES HERRERA**



**FE DEL ALBA ÁLVAREZ GONZÁLEZ**



**EMILIO J. GONZÁLEZ DORTA**



**ROCÍO PERDOMO PÉREZ**



**LEOPOLDO GARCÍA BORGES**



**ISAIEL RODRÍGUEZ LLUB**

**MAESTROS**

**PROFESORES**

## ■ Efectivo a partir de la Copa del Mundo de Vietnam 2006

### Artículo 3. Área de competición.

~~El área de competición incluirá el área de combate, que medirá 12 x 12 m, según el sistema métrico (decimal) y tendrá una superficie lisa sin obstáculos.~~

~~La superficie de combate 12 x 12 m, estará recubierta con una lona elástica.~~

~~No obstante, si fuera necesario, el área de competición puede instalarse sobre una plataforma que no supere una altura desde la base de 50-60cm. Y la parte externa de la línea límite tendrá que ser inclinada con un desnivel de menos de 30°, para la seguridad de los competidores.~~

#### ~~1. Demarcación del área de combate.~~

~~La superficie comprendida entre los 12 x 12 m, será llamada área de combate. Una franja de diferente color de 1 m de ancho deberá estar marcada en el interior del borde marginal del área de combate, para llamar la atención a los competidores de que no deben cruzar la línea límite.~~

~~La demarcación del área de combate y del área de atención será distinguida por superficies de diferente color, o marcado con una línea blanca de 5 cm de ancho, en el caso de que toda la superficie fuera de un único color.~~

~~La línea indicadora entre el área de combate y el área de atención se llamará "línea de atención" y la línea marginal del área de combate se llamará "línea límite" 12 x 12 m.~~

#### ~~2. Indicación de las posiciones.~~

##### ~~1. Posición de los jueces.~~

El área de competición medirá 10 x 10 m, según el sistema métrico (decimal) y tendrá una superficie lisa sin obstáculos.

El área de competición y estará recubierta con una lona elástica.

El área de competición también puede instalarse sobre una plataforma que no supere una altura desde la base de 50-60cm.

Y la parte externa de la línea límite tendrá que ser inclinada con un desnivel de menos de 30°, para la seguridad de los competidores.

#### 1. Demarcación del área de competición.

La superficie comprendida entre los 10 x 10 m, será llamada área de competición, y la línea marginal del área de competición se llamará línea límite.

La línea límite adyacente enfrente de la mesa del operador - cronometrador y la mesa de la comisión médica se considerará como la línea límite # 1, y en el sentido de las agujas del reloj las otras se llamarán línea límite #2,#3,#4.

#### 2. Indicación de las posiciones.

##### 2. Posición de los jueces.

La posición del 1er. Juez deberá estar marcada a 0,5 m hacia el exterior del centro de la 1ª línea límite de cara al punto central del área de combate. La posición del 2º Juez deberá estar marcada a 0,50 m hacia el exterior de la esquina formada por los extremos de las líneas límite 2ª y 3ª, mirando hacia el centro del área de combate. La posición del 3er. Juez deberá estar marcada de igual forma en la otra esquina formada por la línea límite 3ª y 4ª al extremo izquierdo con relación al 2º Juez.

### 3. Posición del cronometrador.

La posición del cronometrador deberá estar marcada a más de 2 m por detrás de la posición del 1er. Juez.

### 5. Posición de los competidores.

La posición para los competidores será marcada en un punto 1 m a la derecha y a la izquierda desde el punto central del área de combate, mirando a la posición del 1er. Juez. El lado derecho para los competidores con distintivo azul y el lado izquierdo es para los competidores con distintivo rojo.

La posición del 1er. Juez deberá estar marcada a 0,5m de la esquina formada por la línea #1 y #2. La posición del Juez 2º deberá estar marcada a 0,5 m desde la esquina formada por la línea límite #2 y #3. La posición del 3er. Juez deberá estar marcada a 0,5m de la esquina formada por la línea límite #3 y #4. La posición del 4º Juez deberá estar marcada a 0,5 m de la esquina formada por la línea límite #4 y #1.

### 3. Posición del cronometrador.

La posición del cronometrador deberá estar marcada a 2m, retirada de la línea límite #1 de cara al área de competición y situada a 2m de la esquina formada por la línea límite #1 y #2

### 5. Posición de los competidores.

La posición de los competidores será marcada en dos puntos opuestos a 1 m del centro del área de competición, a 5m. desde la línea límite #1 (el competidor rojo encarado hacia la línea límite #2 y el competidor azul hacia la línea límite #4)

## Artículo 4. Los competidores.

### 2. El uniforme de los competidores.

1. Los competidores tienen que llevar el protector del cuerpo (peto), protector de cabeza (casco), protector de la ingle (coquilla), protector de antebrazo, espinilleras y protector bucal, antes de entrar en el Área de Combate. El protector de la ingle, protector de antebrazo y espinillera, tendrán que estar debajo del uniforme de Taekwondo.

El competidor debe llevar las protecciones aprobadas por la WTF para uso personal. Llevar cualquier otra cosa en la cabeza, excepto el caso, no está permitido.

### 2. El uniforme de los competidores.

1. Los competidores deben llevar el protector del cuerpo (peto), protector de cabeza (casco), protector de la ingle (coquilla), protector de los antebrazos, espinilleras, guantes y protector bucal, antes de entrar en el Área de Combate.

El protector de la ingle, protector de antebrazo y espinillera, tendrán que estar debajo del uniforme de Taekwondo.

El competidor llevará las protecciones aprobadas por la WTF para uso personal, tales como el protector bucal y guantes. Llevar cualquier otra cosa en la cabeza, excepto el caso, no está permitido.

## Artículo 7. Duración del combate

~~La categoría masculina (absoluto) deberá ser de tres asaltos de tres minutos cada uno con un descanso de un minuto entre asaltos. 3' x 3' con 1' de descanso.~~

~~La categoría femenina y júnior serán de tres asaltos de dos minutos cada uno con un descanso de un minuto entre asaltos. 3' x 2' con 1' de descanso.~~

~~No obstante, la categoría de absoluto masculino, también podrá ser reducida a tres asaltos de dos minutos con un descanso de un minuto, con la aprobación previa de la WTF.~~

La duración de los combates será de 3 asaltos de 2 minutos, con un minuto de descanso entre asaltos.

En el caso de empate después de finalizado el 3er. asalto, un cuarto asalto de dos minutos se llevará a cabo como asalto de muerte súbita, después de un minuto de descanso tras el 3er. asalto.

## Artículo 12. Puntos Válidos

~~3. Los puntos válidos se dividen como sigue:~~

~~3.1 La técnica válida sobre el tronco puntúa (+1) un punto (puño o pie)~~

~~3.2 La patada válida a la cara vale dos puntos (+2).~~

~~3.3 Punto adicional (+1). Se deberá otorgar un punto en el caso de que un competidor sea derribado (Knocked Down, Art. 17) como consecuencia de un ataque válido, y el árbitro cuente.~~

3. Los puntos válidos se dividen como sigue:

3.2 La técnica válida sobre el tronco puntúa (+1) un punto (puño o pie.

3.4 La patada válida a la cara vale dos puntos (+2).

3.5 Punto adicional (+1). Se deberá otorgar un punto en el caso de que un competidor sea derribado (Knocked Down, Art. 17) como consecuencia de un ataque válido, y el árbitro cuente.

**NOTA: hay otras propuestas pero, por el momento, no están aprobadas ni entran en vigor.**

## Artículo 13. Puntuación y publicación

~~4. En el caso del uso de instrumentos electrónicos de puntuación o hoja de Juez, los puntos válidos serán aquellos reconocidos por dos o más jueces~~

4. En el caso del uso de instrumentos electrónicos de puntuación o hoja de Juez, los puntos válidos serán aquellos reconocidos por tres o más jueces.

## Artículo 15. Decisiones de superioridad

### ~~Artículo 15. Decisiones de superioridad~~

~~1. En caso de empate por deducción de puntos, el ganador será el competidor que haya obtenido uno o más puntos válidos durante los tres asaltos.~~

~~2. En caso de empate en puntuación, no relacionado con el anterior caso 1 (que ambos competidores obtengan el mismo número de puntos y deducciones), el ganador será decidido por el árbitro y los jueces (equipo arbitral) basado en la superioridad manifiesta durante los tres asaltos. En el caso de que la decisión de los jueces sea 2:1, el árbitro decidirá el vencedor.~~

~~3. La decisión de superioridad se basará en la iniciativa demostrada durante el combate.~~

### Artículo 15. Decisiones de superioridad.

1. En el caso de empate, una vez finalizado el cuarto asalto, el vencedor se decidirá por todos los jueces y el árbitro.

La decisión final se basará en la iniciativa demostrada en el cuarto asalto.

## Artículo 13. Puntuación y publicación

### ~~1. Ganar por puntos o por superioridad.~~

~~(Explicación 3)~~

~~En este caso el ganador se determina por la puntuación final o la decisión de superioridad.~~

### Ganar por puntos o superioridad.

(1) Ganar por el resultado final.

(2) Ganar por diferencia de puntos (POINT-GAP), cuando hay 7 puntos de diferencia, en el marcador, el combate se debe para y declarar el vencedor.

(3) Ganar por llegar a la puntuación máxima (POINT-CEILING) Cuando un competidor llega al máximo de 12 puntos, el combate debe ser parado y declarar al vencedor

#### EXPLICACIÓN:

Ganar por diferencia de puntos o por puntuación máxima. En el caso de que haya una diferencia de 7 puntos entre competidores o se llegue a la puntuación máxima de 12 puntos, el combate debe ser parado y decidir el vencedor.

## Artículo 22. Asignación de árbitros y jueces.

### ~~1 Composición de equipo de arbitraje:~~

~~1. Si no se utilizan protectores electrónicos: el equipo de arbitraje estará compuesto por un árbitro y tres jueces.~~

~~2. En caso de utilizar protectores electrónicos: el equipo de arbitraje estará compuesto por un árbitro y dos jueces.~~

### 1 Composición de equipo de arbitraje:

3. Si no se utilizan protectores electrónicos: el equipo de arbitraje estará compuesto por un árbitro y cuatro jueces.

4. En caso de utilizar protectores electrónicos: el equipo de arbitraje estará compuesto por un árbitro y dos jueces.

## Artículo 24. Arbitraje y apelación.

### ~~1. Composición del Comité de Apelación.~~

#### ~~1. Calificaciones:~~

~~Miembros del Consejo Ejecutivo de la WTF o personas con suficiente experiencia en la práctica del Taekwondo recomendada por el Presidente o Secretario General de la WTF. Además un Delegado Técnico será miembro extra-oficial.~~

#### ~~2. Composición:~~

~~Un Presidente y menos de seis miembros, más el Delegado Técnico.~~

#### ~~3. Procedimiento de designación:~~

~~El Presidente y los miembros del Comité de Apelación serán designados por el Presidente de la WTF con la recomendación del Secretario General de la WTF.~~

#### ~~2. Responsabilidad.~~

~~El comité de apelación deberá hacer correcciones de juicios incorrectos según sus decisiones en cuanto a protestas y deberán tomar medidas disciplinarias ante los jueces o árbitros que cometan juicios incorrectos o cualquier conducta ilegal y los resultados de estos deberán ser enviados al Secretario de la WTF. El Comité de Apelación tendrá también la potestad de formar un Comité Extraordinario de Disciplina para tomar decisiones en asun-~~

### 1. Composición del comité supervisor de la competición y apelaciones.

#### 1. Calificaciones:

Requisitos de los miembros para estar cualificados como supervisores del Comité de Competición. Deberán ser miembros del comité ejecutivo de la W.T.F. o personas, con suficiente experiencia en el taekwondo que tengan la recomendación del presidente o el secretario general de la W.T.F. Además un Delegado Técnico será miembro extra-oficial.

#### 2. Composición del comité supervisor de la competición:

Un Jefe "Leader" y menos de seis miembros, más el Delegado Técnico de W.T.F.

#### 3. Procedimiento de designación:

El Presidente de la W.T.F. bajo la recomendación del Secretario general designará al jefe "Leader" y a los miembros del Comité Supervisor de la competición.

#### 2. Responsabilidad del Comité Supervisor y Apelación de la competición.

1. El Comité Supervisor y de Apelación deberá hacer correcciones de juicios incorrectos según sus decisiones en cuanto a protestas y deberán tomar medidas disciplinarias ante los jueces o árbitros que

tos relacionados en el manejo de la competición.

cometan juicios incorrectos o cualquier conducta ilegal y los resultados de estos deberán ser enviados al Secretario de la WTF.

2. El Comité Supervisor de la competición evaluará las actuaciones de los árbitros y jueces.

3. El Comité Supervisor de la competición también tendrá la potestad de actuar como Comité Extraordinario de disciplina durante la competición, con los asuntos relacionados con la competición.



## NEWS

El Gran Maestro Gwang-il Kim posa con un ejemplar de su libro "Defensa Personal de Taekwondo - Yaksok Kiorugui", durante su visita al cuartel general de la WTF, en Seúl, el 8 de Agosto de 2005.

Posteriormente, fue recibido por el presidente de la WTF, Dr. Chungwon Choue.

### FUENTE Y FOTO:

World Taekwondo Federation  
<http://www.wtf.org>  
[pr4wtf@unitel.co.kr](mailto:pr4wtf@unitel.co.kr) (WTF PR Division)



## PRÓXIMAS COMPETICIONES

Campeonato de Europa Cadete - 9 a 11 de Septiembre - Palermo - Italia

Campeonato de Europa Senior - 7 a 9 de Octubre - Riga - Lituania

Open de Jerusalem (pesos olímpicos) - 30 de Octubre - Jerusalén - Israel

XXI Torneo Internacional Islas Canarias (2005) - 5 de Noviembre - Las Palmas - España