**ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ**

Σας γνωρίζουμε το αναλυτικό πρόγραμμα των κατηγοριών του **τεχνικού πρωταθλήματος (Πούμσε),** όπως παρακάτω:

Την **Παρασκευή 4 Μαρτίου 2016** θα αγωνιστούν οι παρακάτω κατηγορίες:

**ΑΤΟΜΙΚΟ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Ατομικό****Ηλικίες** | **Κατηγορία****Γ’** | **Κατηγορία****Γ’** | **Κατηγορία****Δ’** | **Κατηγορία****Δ’** |
|  | **Θηλέων** | **Αρρένων** | **Θηλέων** | **Αρρένων** |
|  | **7 - 5****Κουπ** | **7 - 5****Κουπ** | **9 -8****Κουπ** | **9 -8****Κουπ** |
| **έως 10** **Χρονών** | **2 - 5****Πούμσε** | **2 – 5****Πούμσε** | **1 + 2****Πούμσε** | **1 + 2****Πούμσε** |
| **11 – 12****Χρονών** | **2 - 5****Πούμσε** | **2 – 5****Πούμσε** | **1 + 2****Πούμσε** | **1 + 2****Πούμσε** |
| **13 – 14****Χρονών** | **2 - 5****Πούμσε** | **2 – 5****Πούμσε** | **1 + 2****Πούμσε** | **1 + 2****Πούμσε** |
| **15 – 17****Χρονών** | **------** | **------** | **1 + 2****Πούμσε** | **------** |
| **31 – 40****Χρονών** | **2 - 5****Πούμσε** | **------** | **1 + 2****Πούμσε** | **------** |
| **41 – 50****Χρονών** | **------** | **------** | **------** | **1 + 2****Πούμσε** |

Το **Σάββατο 5 Μαρτίου 2016** θα αγωνιστούν οι παρακάτω κατηγορίες:

**ΑΤΟΜΙΚΟ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Ατομικό****Ηλικίες** | **Κατηγορία****Β’** | **Κατηγορία****Β’** |
|  | **Θηλέων** | **Αρρένων** |
|  | **4 -1****Κουπ** | **4 -1****Κουπ** |
| **έως 10** **Χρονών** | **1 – 7****Πούμσε** | **1 – 7****Πούμσε** |
| **11 – 12****Χρονών** | **1 – 7****Πούμσε** | **1 – 7****Πούμσε** |
| **13 – 14****Χρονών** | **1 – 7****Πούμσε** | **1 – 7****Πούμσε** |
| **15 – 17****Χρονών** | **2 – 8****Πούμσε** | **2 – 8****Πούμσε** |
| **18 – 30****Χρονών** | **3 – 9****Πούμσε** | **3 – 9****Πούμσε** |
| **41 – 50****Χρονών** | **3 – 9****Πούμσε** | **------** |

**Ομαδικό Κατηγορία Α' θηλέων**: Έως 14 ετών Πούμσε 4 – 10.

**Ελεύθερο στυλ ατομικό – Κατηγορία Α' Αρρένων:** 12-17 ετών.

**Ελεύθερο στυλ ατομικό – Κατηγορία Α' Θηλέων:** 12-17 ετών.

Την **Κυριακή 5 Μαρτίου 2016** θα αγωνιστούν οι παρακάτω κατηγορίες:

**ΑΤΟΜΙΚΟ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Ατομικό****Ηλικίες** | **Κατηγορία****Α’** | **Κατηγορία****Α’** |
|  | **Θηλέων** | **Αρρένων** |
|  | **1ο Νταν** **και άνω** | **1ο Νταν** **και άνω** |
| **έως 14** **Χρονών** | **4 έως 10****Πούμσε** | **4 – 10****Πούμσε** |
| **15 -17****Χρονών** | **4 έως 11****Πούμσε** | **4 – 11****Πούμσε** |
| **18 -30****Χρονών** | **6 έως 13****Πούμσε** | **6 – 13****Πούμσε** |
| **31 -40****Χρονών** | **6 έως 13****Πούμσε** | **6 – 13****Πούμσε** |
| **41 -50****Χρονών** | **8 έως 15****Πούμσε** | **8 – 15****Πούμσε** |

**ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΟΥΜΣΕ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **1 = Ιλ τζανγκ** | **5 = Ο τζανγκ** |  **9 = Κόριο** | **13 = Σίπτζιν** |
| **2 = Ι τζανγκ** | **6 = Γιούκ τζανγκ** | **10 = Κούμγκανγκ** | **14 = Τζιτέε** |
| **3 = Σαμ τζανγκ** | **7 = Τσιλ τζανγκ** | **11 = Τέμπεκ** | **15 = Τσονκουόν** |
| **4 = Σα τζανγκ** | **8 = Παλ τζανγκ** | **12 = Πιονγκουόν** | **16 = Χάνσου** |