

The 21st Yangjusi Long Term  
Taekwondo Competition



# 제21회 양주시협회장배 및 2025 양주시체육회장배 태권도대회



장소	양주문화예술회관
일시	2025년 12월20일(토) 오전 9시부터
주최	양주시체육회
주관	양주시태권도협회
후원	양주시, 경기도태권도협회

## ★ 대 회 요 강 ★

- 대회명 : 제21회 양주시협회장배 및 2025 양주시체육회장배 태권도대회
- 기간 : 2025년 12월 20일 토요일 / 1일간 (개회식 오전 11시)
- 장소 : 양주문화예술회관 실내체육관
- 주최 및 주관 : 양주시 체육회 / 양주시태권도협회
- 후원 : 양주시 / 경기도태권도협회
- 경기종목 : ✓ 개인전 경기 - 품새 / 겨루기 / 스피드 발차기 / 종합격파  
✓ 단체전 경기 - 태권체조

### 7. 참가자격

- 본회에 등록된 태권도장 및 학교에서 수련중인 유품(단)자
- 2025도 대한태권도협회 선수등록자는 출전 할 수 없다. (품새, 겨루기 부문)
- 각 부별 등록사항 및 연령에 해당하는 자
- 참가자는 중복출전이 가능하다.

### 8. 복장

- 대한태권도협회의 공인도복을 착용한다.
- 품새 출전자는 세계연맹도복(품새도복)도 가능하다.
- 태권체조, 스피드발차기, 종합격파에 출전하는 선수는 도장용 색도복도 가능하다.
- 유품(단)자는 중학교 3학년부터는 단도복과 단띠를 착용한다.

### 9. 신청방법

- 2025년 11월 24일(월) ~ 11월 28일(금) 오후 9시까지 마감함.  
\* 접수마감일 이후에는 접수를 일체 받지 않습니다.  
\* 수정 및 정정기간 : 12월 2일 화요일 오후 9시까지 (정정기간 이후 수정/정정/추가 반영불가)
- 참가비는 접수와 동시에 계좌로 입금한다. (도장명 또는 관장명으로 입금)  
\* 농협) 351-0995-9163-53 (예금주 : 양주시태권도협회) \* 접수된 참가비를 환불하지 않습니다.
- 대회참가 접수사이트 : [http://ccnplaza.com/tkd\\_compet/yangju](http://ccnplaza.com/tkd_compet/yangju)  
프로그램을 통해 2025년 제21회 양주시장배태권도대회 참가했던 도장은 가입했던  
아이디/비번으로 그대로 로그인 하시면 되며, 처음 참가하는 도장은 단체(도장)등록을 통해  
아이디/비번 등을 기록한 후 선수등록을 진행합니다.  
등록문의 : 스마트에스엠 031-755-3309 (라태웅 이사)
- 참가 등록신청은 온라인 대회접수사이트를 통해 진행됩니다. (스마트에스엠)

### 10. 참가비

구분	개인전	단체전(팀당)
금액	1인당 30,000원	태권체조 100,000원

\* 1인 중복 출전으로 2종목 참가시 5만원. 3종목 참가시 7만원

(중복 출전으로 2종목 이상 참가시 참가비 할인 적용) ✓단체전은 중복출전 할인은 없습니다.



# 제21회 양주시협회장배 및 2025 양주시체육회장배 태권도대회

## 11. 대회문의 문정섭 사업 부회장 010-5758-2229

★경기총괄 (김상겸 관장) 010-4306-8003/ 접수 및 대진표 담당

★품새 (이동현 관장) 010-9401-0711

★겨루기 (장경훈 코치)

010-8835-7248

★격파 (박준완 관장) 010-6246-2699

★스피드발차기 (이재훈 관장)

010-3256-3575

## 12. 기타사항

1) 대표자 회의는 따로 진행하지 않습니다. (당일 오전 지도자 미팅 실시함.)

2) 대회일정 및 경기에 관한 사항은 제21회 양주시협회장배 및 양주시체육회장배 태권도대회 밴드를 통해

안내가 됩니다.

3) 참가자 확인 및 정정에 관한 자세한 사항은 제21회 양주시협회장배 및 양주시체육회장배 태권도대회

밴드를 통해 안내가 됩니다.

4) 대진표 프로그램으로(업체) 진행됩니다.

## 13. 경기방법

### 1) 경기종목

☆ 모든 종목 4인 1개조 실시 ☆

구분	종 목	유치부	초등부	중등부	고등부
개인전	품새 (남/여)	연령별	각 학년별	각 학년별	각 학년별
	겨루기 (남/여)	연령별	저학년(1~2학년) 체급별 중학년(3~4학년) 체급별 고학년(5~6학년) 체급별	체급별	체급별
	스피드발차기 (남/여)	연령별	각 학년별	각 학년별	각 학년별
	종합격파 (남/여)	연령별	각 학년별	각 학년별	각 학년별
단체전	✓단체전 경기는 각 종목별(부별) 도장당 2팀까지만 출전 가능합니다.				
	태권체조	.	(8~12명)	(8~12명)	

### 2) 품새 경기방법

(1) 2025년 대한태권도협회 경기규정을 적용한다.

(2) 2025년도 대한태권도협회 선수등록자는 출전 할 수 없다.

(3) 3심제로 진행하며, 학년별 남/여 구분하여 4명 1개조로 한다.

(4) 중,고등부는 참가인원이 적을 시 학년을 통합하는 것으로 한다. (2인 미만일 때)



# 제21회 양주시협회장배 및 2025 양주시체육회장배 태권도대회

양주시태권도협회

## (6) 품새의 지정

구 분	지정 품새
유 치 부	태극4장 / 태극8장
초 등 부	저학년(1~2) 태극4장 / 고려 중학년(3~4) 태극5장 / 고려 고학년(5~6) 태극6장 / 고려
중 등 부	고려 / 금강
고 등 부	금강 / 태백

## 3) 겨루기 경기 방법

- (1) 2025년 대한태권도협회 경기규정을 적용한다.
- (2) 2025년도 대한태권도협회 선수등록자는 출전 할 수 없다.
- (3) 초등부는 저학년(1~2) / 중학년(3~4) /고학년(5~6)별 남/여 구분하여 4명 1개조 경기로 진행된다.  
 초등1.2학년은 남,여 통합으로 실시한다.(경기도태권도협회 기준)  
 (중등부, 고등부는 나이, 학년에 상관없이 체급별로 남/여 구분하여 진행된다.)
- (4) 50초 3회전(라운드 방식) 20초 휴식 (대회 당일 사정에 따라 시간이 변동될 수 있음)
- (5) 경기가 성립이 되지 않을 시 상위 체급으로 통합할 수 있다.
- (6) 겨루기 종목 출전자는 참가신청서에 반드시 생년월일을 기재하여야 한다.  
 ✓ 미기재 시 보험이 적용이 되지 않으며, 출전이 제한됩니다.
- (7) 선수는 팔다리 보호대, 마우스피스(필수), 손발등 보호대를 준비하여 시합 당일 착용한다.  
 (헤드기어, 몸통보호대, 낭심보호대는 협회에서 준비합니다.)  
 ✓여자 낭심보호대는 별도준비해야 합니다.  
 ✓체급이 1명 나왔을 때 위로 체급으로 통합운영 한다..

## 4) 스피드 발차기 경기방법

- (1) 학년별로 남/여 구분하여 4명 1개조로 한다.  
 \* 동점일 경우에는 공동 순위로 결정한다.
- (2) 가로형 샌드백을 20초 2회전(10초 휴식) 진행한다.  
 \* 한발 또는 양발 모두 가능하며 타격수가 높은 순으로 등위를 정한다. (나래차기도 가능하다.)
- (3) 4명이 동시에 경기를 진행하며, 총 2회의 점수를 합산하여 등위를 결정한다.
- (4) 제미타 스피드 발차기 기계를 이용하여 경기를 진행한다.(유튜브에 제미타 검색)
- (5) 중,고등부는 참가인원이 적을 시 학년을 통합한다. (2인 미만일 때)



# 제21회 양주시협회장배 및 2025 양주시체육회장배 태권도대회

양주시태권도협회

## 5) 개인 종합격파 경기방법

- (1) 학년별로 남/여 구분하여 4명 1개조로 한다.  
✓1위 1명, 2위 1명, 3위 2명 시상한다.
- (2) 격파물은 협회에서 제공한다.(종목 별 최대매수 제공) (초등부 송판 6mm, 중고등부 이상 9mm)
- (3) 보조중 보조자의 의한 송판파손은 미 격파로 처리한다.
- (4) 선수등록자는 1부, 미등록자 2부 미등록자이나 기술이 가능한자는 1부로 참여가 가능하다.
- (5) 경연시간은 초등부 60초, 중고등부 60초 (인사후 시작부터 마지막 격파물 격파까지& )
- (6) 격파 보조자는 참가팀에서 준비한다.(필요시 지도진은 보조자를 할수 있다./단 도복 착용)
- (7) 초등부 1~4학년 남녀혼합으로 하되, 학년별 실시하며 한다.  
초등부 5.6학년은 남녀 구분해서 진행한다. 중.고등부는 학년별 남녀 구분해서 실시한다.

### ◆ 평가 기준 및 감점 사항 ◆

- (1) 미 격파는 감점 1점
- (2) 넘어지는 행위 감점 1점(무릎위 신체가 바닥에 닿았을 때)
- (3) 보조자에 의한 격파 감점 1점 (행위가 심하다고 판단 될 경우 표현점수에서 감점/ 심판제량)
- (4) 경기시간 초과시 3초당 감점 1점
- (5) 기술점수 각 10점, 표현점수 10점 총 20점 만점으로 한다.

구 분	부 분	1부	2부
		세부 지정종목	세부 지정종목
초등부	종합격파 (60초)	다단/ 앞차기 3단계 수직/ 540도 뒤 후려차기 1단계	수직/ 턴 돌려차기 다단/ 뛰어 앞차기
중등부 (남)	종합격파 (60초)	다단/ 돌려차기 3단계 수직/ 540도 뒤 후려차기 1단계	다단/ 앞차기 3단계 수직/ 턴 돌려차기 또는 (외발 돌개차기 1단계)
중등부 (여)	종합격파 (60초)	다단/ 앞차기 3단계 수직/ 540도 뒤 후려차기 1단계	다단/ 앞차기 3단계중 (마지막 발만 격파함.) 수직/ 턴 돌려차기 또는 (외발 돌개차기 1단계)
고등부 (남)	종합격파 (60초)	다단/ 옆차기 3단계 수직/ 540도 뒤 후려차기 3단계	다단/ 돌려차기 3단계 수직/ 외발 돌개차기 1단계
고등부 (여)	종합격파 (60초)	다단/ 돌려차기 3단계 수직/ 540도 뒤 후려차기 1단계	다단/ 앞차기 3단계 수직/ 외발 돌개차기 1단계



# 제21회 양주시협회장배 및 2025 양주시체육회장배 태권도대회

양주시태권도협회

## 6) 태권체조 (부별 도장당 2개팀까지만 참가 가능.)

- (1) 초등부와 중/고등부(통합)으로 구분하여 경기를 진행한다.
- (2) **태권체조 참가인원은 개인종목 1경기 필히 참가한다. (개인종목 미 출전시 태권체조 참가불가)**
- (3) 4팀 1조로 편성하여 컷오프 방식으로 진행한다.
- (4) 남/여 구분없이 인원(8명~12명이내) / 복장(도복바지와 띠는 반드시 착용하되 상의는 제한이 없음.)
- (5) 시연시간은 1분 40초~2분 이내 / 음악은 USB를 준비하여 대회당일 본부석에 제출(도장명 표기)
- (6) 태권도 동작이 60% 이상이어야 한다. (정확성 40점, 연출성 60점)
- (7) 동점일 경우 인원이 많은 팀, 선수의 평균연령이 낮은 팀 순위로 판정함.
- (8) 시간초과, 미달시 5초당 감점 1점, 인원초과 미달 시 감점 1점으로 한다.
- (9) **소품관련: 간단한 소품은 가능하나 위험한 폭죽, 꽃가루, 밀가루 사용은 금지 한다.**

## 14. 계체

- 1) 계체일 : 당일 계체로 2회를 진행한다.

당일 계체는 경기당일 경기장에서 오전 7시30분~8시30분까지 진행 (2회를 원칙으로 함)

✓ 전날 계체 가능합니다. 저녁 8시~9시까지 계체 가능합니다. (양주시태권도협회 사무실)

- 2) 준비물 : 소품증을 반드시 지참하여야 하며, 지참하지 못한 선수는 계체 실격 처리함.

- 3) 계체시 복장 : 남/녀 선수 모두 도복착용을 원칙으로 하며, 한계 체중에서 남자는 +500g 여자는 +600g 까지만 허용을 한다.

## 15. 시상

- 1) 개인 부문 : 1위 2위 3위(2명) - 개인메달과 상장

- 2) 단체 부문 : 1위 2위 3위(2명) - 개인상장과 단체 트로피

- 3) 종합시상 : **품새, 겨루기, 스피드발차기, 종합격파 부문**

종합 1위 : 종합우승 트로피와 상장

종합 2위 : 준 우승 트로피와 상장

종합 3위 : 종합3위 트로피와 상장

✓ 도장별 개인전 20명 참가시 최우수 도장상 포맥스 지급한다.

## 16. 종합시상 채점 방법

개인전 1위 : 50점 2위 : 30점 3위 : 10점으로 모두 합산하여 순위를 결정한다.

## 17. 기타사항

- 1) 경기의 진행순서는 추후 태권도대회 밴드에 공지됩니다.
- 2) 참가 선수의 대해 경기중 상해에 대비하여 협회에서 보험을 가입한다.
- 3) 대회 진행 시 경기부의 지시에 적극적으로 협조하여 주시기 바랍니다.



## 18. 주의사항

1) 각 팀(관장, 감독, 코치)은 주의사항을 숙지하여 당일 경기진행을 원활히 진행할 수 있도록 협조하여

주시기 바랍니다. **✓사범님은 협회에서 지급한 아이디 카드 없으면 내려올수 없습니다.**

**도장에 새로오신 사범님일 경우, 대회당일 임시 아이디카드 발급.**

2) 협회 관장님께서는 대회장에 내려오실때 최소 세미정장 및 일반정장 차림으로 부탁드립니다.

3) 코치와 출전선수는 대진표를 잘 파악하며, 본부석 방송을 잘 청취하여 소속 선수를 선수대기실에

빠짐없이 대기시켜 주시기 바랍니다. 3회 이상 호출하여 출전하지 않으면, 실격으로 처리됨.

4) 경기장 질서를 위해 선수는 선수대기 장소에서 이탈하지 말고, 코치는 코치 대기석에서 대기한다.

5) 계체시 품증을 필히 지참하고 분실 시는 국기원에서 재발급을 받아 계체하여야 함.

6) 대회참가 서류 작성 시 유의사항 안내

(1) 품새, 스피드 발차기, 종합격파는 각 학년 순서별로 작성하여 주시기 바랍니다.

예) 유치부 → 1학년 → 2학년 순

(2) 겨루기는 각 학년(저학년/중학년/고학년)별로 남/여 구분하여 체급순서별로 작성하여 주시기 바랍니다.

(3) 겨루기 참가자는 꼭 생년월일을 기재하여야 한다.

7) 당일 코치들은 복장을 단정히 하고 경기에 임하여야 한다.

(모자, 반바지, 슬리퍼, 샌들, 트레이닝복, 도복복장 불허)

8) 부정선수 적발 시에는 그 도장의 트로피를 전원 박탈한다.

9) 경기결과에 불인정으로 소청을 원하시는 지도자분께서는(영상자료준비) 경기종료 10분이내에 소청위원회 소집을 요구하여야 한다.(소청료 15만원) 단 경기결과는 번복되지 않으며, 심판의 잘못으로 확정되면 경기도태권도협회에 징계를 요청한다.

10) 본회는 경기 중 상해에 대비하여 보험(실비중복가능)에 가입 예정임.(품새 단일종목만 나오는 선수 제외)

1) 본 대회 참가 선수는 단체상해보험 가입에 동의한 것으로 간주함.

2) 본 대회 참가 선수는 단체상해보험 계약의 체결, 유지, 관리 등의 목적에 필요한 개인(신용)정보

활용에 동의한 것으로 함.

3) 경기중 사고로 병원치료를 요할시 경기장내 의무담당자의 소견 확인후 병원 진료시 보상가능하며,

최대 100만원 내에서 실손보상 가능합니다.

11) 개인정보 동의서는 도장에서 따로 보관하시기 바랍니다.(접수 시 제출하지 않습니다.)

12) 대회 서약서를 꼭 제출하여 주시기 바랍니다.(-> 대회 등록사이트 상단에 서약서 업로드)



## 서 약 서

제21회 양주시협회장배 및 2025 양주시체육회장배 태권도대회에  
참가하는 본 태권도장은 대회 규정 및 규칙에 따르며 심판 판정에  
승복하고 스포츠 정신에 입각하여 정정당당하게  
대회에 임할 것을 서약합니다.

태권도장 명	
태권도장 주소	
태권도장 전화	
이메일	

2025년 월 일 서약자 : (인)

제21회 양주시협회장배 태권도대회 및  
2025 양주시체육회장배 태권도대회 대회장 귀하



## 겨루기 체급표

부별 체급	유 치 부	초등부 저학년 (1~2학년)	초등부 중학년 (3~4학년)	초등부 고학년 (5~6학년)		남자부		여자부	
		남.여 통합	남자	여자	남자	여자	중등부	고등부	중등부
핀급	20kg 까지	23kg 까지	28kg 까지	33kg 까지	32kg 까지	41kg 까지	52kg 까지	40kg 까지	45kg 까지
플라이급	20 — 22	23~25	28~30	33~37	33~36	41~45	52~56	40~43	45~48
밴텀급	22 — 24	25~27	30~32	37~41	36~40	45~49	56~60	43~46	48~51
페더급	24 — 26	27~29	32~34	41~45	40~44	49~53	60~64	46~49	51~54
라이트급	26kg 초과	29~31	34~36	45~49	44~48	53~57	64~68	49~52	54~57
L-웰터급						57~61		52~55	
웰터급		31~33	36~39	49~53	48~52	61~65	68~72	55~58	57~60
L-미들급						65~69	72~76	58~62	60~64
미들급		33~35	39~42	53~57	52~56	69~73	76~80	62~66	64~68
L-헤비급						73~77	80~84	66~70	68~72
헤비급		35kg 초과	42kg 초과	57kg 초과	56kg 초과	77kg 초과	84kg 초과	70kg 초과	72kg 초과

제21회 양주시협회장배 태권도대회 및  
2025 양주시체육회장배 태권도대회 대회장 귀하