



대 회 요 강

2026 서울특별시 한마음 생활체육 태권도대회



2026.09.

서울특별시태권도협회
[경 기 운 영 부]

1

대회개요

□ 대 회 명 : 2026 서울특별시 한마음 생활체육 태권도대회

□ 기 간 : 2026.11.28.(토) / 1일간

※ 경기 부문별 세부 경기 일정은 접수 결과에 따라 대표자 회의에서 최종 결정

□ 장 소 : 서울학생체육관(송파구 올림픽로 25) ☎ 02-422-2285)

□ 주최(관) : 서울특별시태권도협회

□ 후 원 : 서울특별시, 서울특별시체육회

□ 개 회 식 : 2026.11.28.(토) 오전 11:30

□ 경기부문 : 3개 부문(공인품새 / 겨루기 / 스피드발차기 / 격파)

- 공인품새 : 개인전, 복식전, 3인조 단체전

- 겨 루 기 : 개인전

- 스피드발차기 : 개인전

- 격 파 : 개인전

2

참가요령

□ 경기방법

1. 소속 구협회 단체 및 도장(또는 클럽) 대항전으로 한다.
2. 승부는 본 대회 요강에 의하며, 경기부문별 경기규칙에 의거 결정한다.

□ 심판 및 경기규칙

1. 심판은 본회 상임심판원이 담당한다.
2. 경기규칙은 본 대회 요강에 의한다.

□ 참가자격

1. 태권도를 수련 중인 수련생으로 경기 참가에 문제가 되는 심신의 결격 사유가 없는 자.
2. 최근 3년(2024년부터 2026년까지)간 대한태권도협회 전문체육목적부 비등록 선수.

※ 참가자격 위배가 확인되었을 경우, 실거 및 입상을 취소하며, 해당팀(도장 또는 클럽) 지도자와 선수는 본회에서 주최, 주관하는 각종 경기대회 출전을 금지함.

3. 각 부문별 참가자격(대상)은 각급 학교에 재학 중인 학년 또는 제시된 출생연도를 기준으로 한다.

3

주요일정

일시	내용	비고
2026.10.05.(월) ~ 11.03.(화) / 30일간	참가 신청 접수 (참가비 납부 포함)	온라인 대회 참가 신청 시스템을 통한 접수 (http://ccnplaza.com/tkd_compet/seoultkd)
2026.11.04.(수) ~ 11.06.(금) / 3일간 09:30 ~ 16:30 * 단, 점심(11:40 ~ 13:10) 시간 제외	접수확인 및 정정 기간 (임시 대진 추첨)	서울특별시태권도협회 사무국(경기운영부)
2026.11.12.(목) 11:00 ~ 12:30	대표자회의 및 대진 추첨	서울특별시체육회 별관 대회의실
2026.11.28.(토) 09:00 ~ 11:30	오전 경기	서울학생체육관
2026.11.28.(토) 11:30 ~ 12:30	개회식 / 축하 공연	서울학생체육관
2026.11.28.(토) 12:30 ~ 17:00	오후 경기	서울학생체육관
2026.11.28.(토) 17:00 ~	시상 및 폐회식	서울학생체육관

※ 상기 일정은 사정에 의해 일부 변경될 수 있음.

4

참가 신청 및 대표자 회의

□ 참가 신청

1. 신청기간 : 2026.10.05.(월) 00:00부터 11.03.(화) 24:00까지 / 30일간

※ 마감일 이후에는 어떠한 경우라도 접수를 불허함.

2. 신청방법 : 온라인 대회 참가 신청 시스템(http://ccnplaza.com/tkd_compet/seoultkd)을 통한 접수(* 소속 구협회와 도장 또는 클럽명 필수 입력)

3. 참가비 : 1인 30,000원 / 추가 출전 부문 1인 15,000원

예시) 공인품새 개인전 + 공인품새 복식전 + 공인품새 3인조 단체전 + 격파 = 75,000원

공인품새 복식전 + 격파 + 스피드발차기 = 60,000원

겨루기 + 공인품새 개인전 = 45,000원

4. 납부계좌 : 농협 301-0240-0610-61 서울시태권도협회

가. 참가비 납부 후 중복 입금 및 부문별 인원 미만에 따른 경기 불성립을 제외하고 환불 불가
나. 접수기한 내 참가비 미납자는 접수자 명단 및 대진 추첨에서 제외함

다. 유의사항

- 참가 신청시 반드시 소속 구협회와 도장(또는 클럽) 명을 모두 입력하여야 함.

- 참가비 납부시 입금자명에 반드시 소속 팀(참가 신청과 동일한 도장 또는 클럽 등)명으로 입금하여야 함.

예시) ○○태권도장, ○○태권도 클럽 등

□ **접수확인 및 정정 기간** : 2026.11.04.(수)~06.(금) 09:30부터 16:30까지. 단, 점심 시간 (11:40~13:10) 제외

□ **대표자회의 및 대진 추천**

1. 일 시 : 2026.11.12.(목) 11:00 ~ 12:30
2. 장 소 : 서울특별시체육회 별관 대회의실(광진구 능동로 81 더라움펜트하우스 A동 3층)
3. 추천방식 : 전자대진 추천
4. 각 팀 지도자는 대표자 회의에 참석하여야 하며, 불참한 팀은 회의 결과 및 대진추천 결과에 이의를 제기할 수 없음.

5 시상계획

□ **시상계획**

1. 단체(구협회)시상 : 공인품새·겨루기·격파·스피드발차기 통합 배점 순
 - 가. 단체 1위 : 우승기, 우승 트로피, 상장, 시상금 100만원
 - 나. 단체 2위 : 준우승 트로피, 상장, 시상금 70만원
 - 다. 단체 3위 : 3위 트로피, 상장, 시상금 50만원
 - 라. 단체 4위 : 장려상 트로피, 상장, 시상금 30만원
 - 마. 단체 5위 : 감투상 트로피, 상장, 시상금 20만원
 - 바. 단체 6위 : 질서장 트로피, 상장, 시상금 20만원
2. 종합(도장 또는 클럽 등)시상 : 참가인원이 많은 순으로 함. * 참가인원 계산시 중복 출전 인원은 제외
 - 가. 종합 1위 : 우승 트로피, 상장
 - 나. 종합 2위 : 준우승 트로피, 상장
 - 다. 종합 3위 : 3위 트로피, 상장
3. 개인시상 : 메달은 참가선수 전원 금메달로 하며, 상장에만 등위를 표기함.
 - 가. 각 부문별 1위 : 상장, 금메달, 기념품
 - 나. 각 부문별 2위 : 상장, 금메달, 기념품
 - 다. 각 부문별 3위 : 상장, 금메달, 기념품
 - 라. 입상선수 외 참가자 전원 : 금메달, 기념품

□ **단체(구협회) 시상 채점 방법**

구분		배점 및 등위			
		배점			참가점수
		1위	2위	3위자	
공인품새	개인전	15	10	5	3
	복식전	20	15	10	
	3인조 단체전	25	20	15	
겨 루 기		15	10	5	
격 파		15	10	5	
스피드발차기		15	10	5	

6

의료지원 및 소청

□ 의료계획

1. 경기 중 발생할 수 있는 상해에 대비하여 출전 선수 모두를 대상으로 주최자 배상책임보험에 가입함.
2. 대회 참가자들은 주최자 배상책임보험 가입에 동의한 것으로 하며, 계약의 체결·유지관리 등의 목적에 필요한 개인정보 활용에 동의한 것으로 함.
3. 경기 중 발생하는 상해 및 인사 사고는 배상책임보험 한도 내에서 보상하며, 그 외의 상황은 책임 지지 않음.
4. 경기장에 의료진(응급처치사, 간호사) 및 구급차를 배치함.

□ 소청제도 : 본 대회는 생활체육대회 이므로 별도의 소청제도를 두지 않음.

7

기타사항

□ 경기규칙 : 본 요강에 따르며, 언급되지 않은 사항에 대해서는 상위단체 규정을 적용함.

□ 의무사항

1. 경기 중 발생한 상해 및 사망 사고에 대해서 본회 또는 상대 선수에게 책임을 물을 수 없음. 단, 상대선수의 고의적인 반칙 행동으로 발생한 사고에 대해서는 과실을 범한 선수 측에서 그 책임을 져야함.
2. 참가선수는 몸을 청결히 하고 공인된 경기 용구 이외의 물체를 지녀서는 안 됨

□ 기타사항

1. 대회는 감염병 등 국가재난 상황에 따라 대회 개최 전 또는 대회 중이라도 취소 또는 연기될 수 있음
2. 대진표는 각 팀별로 본회 홈페이지에서 내려 받아 사용.
3. 기타 궁금한 사항은 서울특별시태권도협회 사무국(경기운영부)으로 문의 바랍니다
(☎ 02-425-2855, 2866 내선 번호 2)

부문별 세부 요강

I. 공인품새 부문

□ 참가 구분 및 지정품새

부별			대상	지정품새(공통)	비고
유급자	유치부		미취학 아동	태극 1장, 태극 2장	- 개인전 : 남·여 구분 - 복식전, 3인조 단체전 (남·여 구분없이 자유롭게 구성)
	초등	저학년부	초등학교 1~2학년	태극 2장, 태극 3장	
		중학년부	초등학교 3~4학년		
		고학년부	초등학교 5~6학년		
	중등부		중 학 교 1~3학년		
	고등부		고등학교 1~3학년		
	일반부		고등학교 졸업자 이상		
유품·단자부	유치부		미취학 아동	태극 5장, 고려품새	- 4인 또는 4팀을 1개조로 편성 - 2인 또는 2팀 이하인 경우, 통합 운영
	초등	저학년부	초등학교 1~2학년		
		중학년부	초등학교 3~4학년		
		고학년부	초등학교 5~6학년		
	중등부		중 학 교 1~3학년	태극 6장, 고려품새	
	고등부		고등학교 1~3학년	태극 7장, 고려품새	
	일반부		고등학교 졸업자 이상		

□ 경기방법 및 채점

1. 판정은 3심제로 하며, 전자채점장비를 통해 판정함.
2. 유치부와 초등부는 절대 평가 방식으로 2가지 품새를 3분 이내에 연속으로 시연한 결과를 통해 순위 결정(ex 4명의 선수 모두가 실수를 범하지 않을 경우 동률 1위)
3. 중등부 이상은 상대 평가 방식으로 2가지 품새를 3분 이내에 연속으로 시연한 결과를 통해 순위 결정(ex 조별 1위자 1명, 2위자 1명, 3위자 최대 2명)
4. 판정 기준
 - 기술의 정확성(기본, 균형, 중심이동)
 - 예술성(숙련도, 완성도, 표현성, 조직력, 숙련도, 가치 등)
 - 유치부와 초등부는 절대평가 방식으로 기술의 정확성을 통해 판정한다. 모든 동작이 완벽한 경우 1위, 1동작의 실수가 있는 경우 2위, 2동작 이상의 실수가 있는 경우 3위로 판정함.

□ 참가 복장

1. 경기에 임하는 선수는 공인 도복 및 품새 도복을 착용하여야 함.
2. 경기 중 선수는 경기에 불필요하거나 방해가 될 수 있는 장신구 또는 부착물이나 휴대품을 착용하거나 지닐 수 없음.
3. 주최 측은 도복의 장식에 대한 규제 사항을 결정할 수 있으며, 선수는 이를 반드시 따라야 함.

II. 겨루기 부문

□ 참가 구분

부별		대상	비고
유치부		미취학 아동	- 남·여 구분. 단, 유치부 ~ 초등 중학년부까지는 성별 구분 없이 통합 진행. - 4인 1개조로 대진 편성 - 2명 이하인 경우, 통합 운영
초등	저학년부	초등학교 1~2학년	
	중학년부	초등학교 3~4학년	
	고학년부	초등학교 5~6학년	
중등부		중 학 교 1~3학년	
고등부		고등학교 1~3학년	
일반부		고등학교 졸업자 이상	

□ 경기방법 및 판정

1. 일반 보호장구를 통한 채점방식을 적용함.
2. 심판 판정은 3심제(주심 1, 부심 2)로 함.
3. 3회전 다승제 방식을 적용함.

□ 경기시간

부별 체급	유치부	초등			중등부	고등부	일반부
		저학년부 (1-2학년)	중학년부 (3-4학년)	고학년부 (5-6학년)			
경기시간	30초	40초	40초	50초	1분	1분	1분
중간휴식	20초	20초	20초	20초	30초	30초	30초

□ 경기복장

1. 경기에 임하는 선수는 공인도복 및 보호장구<몸통, 머리, 낭심, 팔·다리, 마우스피스 (흰색 또는 투명), 손등, 발등 보호대>를 필히 착용
 2. 낭심, 팔·다리 보호 장구는 도복 안쪽에 착용
 3. 머리·몸통보호대 외 그 밖의 보호 장구는 참가 선수 개인이 지참
 4. 보호장구 미착용, 장비변경 및 변형 시 경기 출전 금지
- * 부상 등에 따른 안전사고 예방을 위함.

□ 계 체 량

1. 선수는 경기 당일 오전 10:00부터 12:00까지(2시간) 지정 시간 내에 계체를 수검 받아야 함.
 2. 남자는 상의 탈의와 하의 도복 바지를 입은 상태로 계체 수검(+400g까지 허용)
 3. 여자는 상의 흰색 반팔 티셔츠와 하의 도복 바지를 입은 상태로 계체 수검(+700g까지 허용)
- * 여자부는 여자 계체요원에 의해 진행
4. 계체는 1회로 하며, 미달 또는 초과 시 계체시간 내에 한하여 1회의 계체를 추가 수검 받을 수 있음
 5. 계체 시 본인 확인을 위하여 사진이 부착된 품(단)증 또는 신분증을 제시하여야 하며, 미지참자는 실격 처리함

□ 체 급 표

(단위 : Kg / 초과~이하)

부별 체급	유치부	초등				중등부		고등부		일반부	
		저학년부 (1-2학년)	중학년부 (3-4학년)	고학년부 (5-6학년)							
		공통	공통	공통	남	여	남	여	남	여	남
핀 급	20이하	24이하	28이하	32이하	30이하	41이하	40이하	52이하	45이하	54이하	46이하
플라이급	20~22	24~26	28~30	32~34	30~32	41~45	40~43	52~56	45~48	54~58	46~49
밴 텀 급	22~24	26~28	30~32	36~36	32~34	45~49	43~46	56~60	48~51	58~63	49~53
페 더 급	24~26	28~30	32~34	36~39	34~37	49~53	46~49	60~64	51~54	63~68	53~57
라이트급	26~28	30~32	34~36	39~42	37~40	53~57	49~52	64~68	54~57	68~74	57~62
L-웰터급				42~45	40~43	57~61	52~55				
웰 터 급	28~31	32~35	36~39	45~49	43~47	61~65	55~58	68~72	57~60	74~80	62~67
L-미들급				49~53	47~51	65~69	58~62	72~76	60~64		
미 들 급	31~34	35~38	39~42	53~57	51~55	69~73	62~66	76~80	64~68	80~87	67~73
L-헤비급				57~61	55~59	73~77	66~70	80~84	68~72		
헤 비 급	34초과	38초과	42초과	61초과	59초과	77초과	70초과	84초과	72초과	87초과	73초과

Ⅲ. 스피드 발차기

□ 참가 구분

부별		대상	비고
유치부		미취학 아동	- 남·여 구분 - 4인 1개조 개인전으로 편성 진행 - 2명 또는 2팀 이하인 경우, 통합 운영
초등	저학년부	초등학교 1~2학년 재학생	
	중학년부	초등학교 3~4학년 재학생	
	고학년부	초등학교 5~6학년 재학생	
중등부		중학교 재학생	
고등부		고등학교 재학생	
일반부		고등학교 졸업자 이상	

□ 경기방법 및 판정 : 경기는 회전간 20초 총 3회전으로 진행하며, 한발씩 번갈아가며 전자장비(센서)에 앞차기를 실시하여 합산 기록으로 판정함.(달리기 형태의 발차기도 허용함.)

* 절대 평가 방식으로 판정함.(표 참조)

(단위 : 점)

구분		1위		2위		3위	
		남	여	남	여	남	여
유치부		60	60	50	50	45	45
초등	저학년부	90	90	80	80	70	70
	중학년부	110	100	100	90	90	80
	고학년부	120	110	110	100	100	90
중등부		130	120	120	110	110	100
고등부		140	130	130	120	120	110
일반부		140	130	130	120	120	110

□ 참가 복장

1. 경기에 임하는 선수는 공인 도복 및 품새 도복을 착용하여야 함.
2. 경기 중 선수는 경기에 불필요하거나 방해가 될 수 있는 장신구 또는 부착물이나 휴대품을 착용하거나 지닐 수 없음.
3. 주최 측은 도복의 장식에 대한 규제 사항을 결정할 수 있으며, 선수는 이를 반드시 따라야 함.

Ⅳ. 격파 부문

□ 참가 구분

부별		대상	비고
유치부		미취학 아동	- 남·여 구분 - 4인 1개조 개인전으로 편성 진행 - 2명 또는 2팀 이하인 경우, 통합 운영
초등	저학년부	초등학교 1~2학년 재학생	
	중학년부	초등학교 3~4학년 재학생	
	고학년부	초등학교 5~6학년 재학생	
중등부		중학교 재학생	
고등부		고등학교 재학생	
일반부		고등학교 졸업자 이상	

□ 경기방법 및 판정 : 경기는 메주먹으로 지정된 전자장비(센서)를 총 3회 가격하여 합산 점수로 순위를 결정함.

(단위 : 점)

부별		1위		2위		3위	
		남	여	남	여	남	여
유치부		9	9	6	6	3	3
초등	저학년부	12	12	9	7	6	4
	중학년부	18	14	15	10	12	8
	고학년부	24	18	18	14	15	10
중등부		30	24	24	18	18	14
고등부		45	36	40	30	35	24
일반부		45	36	40	30	35	24

□ 참가 복장

1. 경기에 임하는 선수는 공인 도복 및 품새 도복을 착용하여야 함.
2. 경기 중 선수는 경기에 불필요하거나 방해가 될 수 있는 장신구 또는 부착물이나 휴대품을 착용하거나 지닐 수 없음.
3. 주최 측은 도복의 장식에 대한 규제 사항을 결정할 수 있으며, 선수는 이를 반드시 따라야 함.