

Breektesten en technisch breken

Bij de wedstrijd zijn twee onderdelen breektesten (breaking) waarbij houten planken (geleverd door de organisatie tegen €1,- per plank) worden gebroken.

De deelnemer zorgt zelf voor het vastzetten/ vasthouden van de planken en levert de breektest materialen.

Powerbreken

Bij dit onderdeel dienen in één keer zoveel mogelijk planken te worden gebroken met één techniek. Dit mag zowel een handtechniek als een voettechniek zijn. Degene die de meeste planken breekt is de winnaar van de poule. Bij gelijke hoeveelheid planken beslist de driekoppige jury o.b.v. techniek en uitvoering wie de winnaar is.

De poule indeling is als volgt:

- Jongens/ meisjes tot 12 jaar **Cadet** (10 mm plank, 300x300)
- Jongens/ meisjes tot 15 jaar **Older cadet** (15 mm plank, 300x300)
- Jongens/ meisjes t/m 18 jaar **Junior** (20 mm plank, 300x300)
- Heren vanaf 19 jaar **Senior** (20 mm plank, 300x300)
- Dames vanaf 19 jaar **Senior** (20 mm plank, 300x300)

Technisch breken

Bij dit onderdeel wordt een aantal planken - hoeveelheid naar eigen keuze- gebroken met een zelfgekozen techniek. Standaard maten voor deze planken zijn 15 mm, 300x300. Dit mag zowel een handtechniek als een voettechniek zijn. Niet de hoeveelheid planken maar de techniek waarmee gebroken wordt zal worden beoordeeld door een jury bestaande uit drie verschillende masters. Bij een gelijke stand zal de jury beslissen wie de winnaar is.

De jury geeft punten variërend van 6 t/m 9 olopend met 0,5 punt voor:

- Complexiteit van de techniek
- Technische uitvoering van de techniek
- Gedemonstreerde kracht m.b.v. de techniek
- Uitvoering en presentatie als geheel

Bij opgave de juiste leeftijd, op het moment van het toernooi, vermelden! Bij ompoulen wordt er € 5,- extra in rekening gebracht. De deelnemer dient zich te kunnen identificeren d.m.v. ID kaart of sportpaspoort.

Op het evenement zijn alle benodigdheden verkrijgbaar, bij voorkeur vooraf te bestellen op:

www.sherafightstore.com

FIGHT TOUR