COUPE DU NORD MINH LONG
1er et 2 février 2025

DESCRIPTIF DES EPREUVES

COMPETITION TECHNIQUE : Samedi 1er février 2025

- ***Enchaînement à mains nues (THAO QUYEN) et Leçon d'arme (BINH KHI)***

Les compétiteurs, individuellement, répartis par catégories d'âge, sexe et grade présentent un **Quyen** ou un **Binh Khi** de leur choix.

Ils sont évalués sur les critères suivants :
- Précision du geste / Réalisme
- Difficulté technique / Vitesse d'exécution
- Efficacité des mouvements / Comportement

*Les compétiteurs des catégories **cadets / juniors / séniors et vétérans** auront la possibilité de concourir, au choix dans la catégorie armes courtes **OU** armes longues.*

*Pour les compétiteurs des catégories crevettes à minimes, **aucune distinction** entre les armes ne sera faite. Sur le fichier d'inscription, merci de cocher, dans ce cas, la case « arme longue ».*

- Challenge Quyens synchronisés (QUYEN DONG DIEN)

Une seule et même catégorie, regroupant opens et espoirs de tous âges, grades et sexes confondus, sera ouverte pour accueillir maximum deux équipes par club.
Les équipes seront constituées de 3 compétiteurs dont 2 opens au plus.

Ce challenge est ouvert à partir de la catégorie CADET

Le challenge Quyens synchronisés commencera à la suite des épreuves techniques avec armes.

COMPETITION COMBAT TRADITIONNEL : Dimanche 2 février 2025

- ***Combat Souple en Semi-Contact (SONG DAU)***

Répartis par âge, sexe et par catégories de poids, les compétiteurs s'affrontent en une reprise de 1 min 30 à 2 min 30 selon les âges, pour chaque combat.
Les protections (coquille, protège-dents, protèges tibia et coup de pied, gants et casque) sont obligatoires et individuelles (Elles ne seront pas fournies par l'organisation). *Le plastron est facultatif à partir de la catégorie senior, avant il est obligatoire.*