COUPE NATIONALE MINH LONG
15 et 16 Mars 2025

DEROULEMENT DE LA COMPETITION

COMPETITION TECHNIQUE : Samedi 15 mars 2025

- 13 h 30 : *Accueil des participants et vérifications des dossiers avec les Responsables des clubs*
- 14 h 00 : **Cérémonie d'Ouverture de la Compétition TECHNIQUE**
- 14 h 15 : Démarrage de la compétition TECHNIQUE (**après échauffement des participants)** dans l'ordre suivant : QUYEN, BINH KHI (**2 tapis pour les enfants, 1 pour les adultes**)

  - **Catégorie Crevettes**
  - **Catégorie Poussins**
  - **Catégorie Pupilles**
  - **Catégorie Benjamins**
  - **Catégorie Minimes**
  - **Catégories Vétérans**
  - **Catégories Aînés (Vétérans 2)**
  - **Catégorie Cadets**
  - **Catégorie Juniors**
  - **Catégories Seniors**
  - **Catégorie OPEN (à partir de Ceinture Rouge et équivalents)**

- *Les compétiteurs de la catégorie CREVETTE passeront à la suite les deux épreuves technique (Quyen et Bin Khi)*
- *Le challenge enchainements à mains nues synchronisés (QUYEN DONG DIEN) sera organisé entre les compétitions « Quyen » et « Binh Khi »*
-
- *Les remises des récompenses se feront au fur et à mesure que les catégories se termineront*
- 19 h 00 : Clôture de la Compétition TECHNIQUE

COMPETITION COMBAT TRADITIONNEL : Dimanche 16 Mars 2025

- 8 h 30 : *Accueil des participants, vérifications des dossiers avec les Responsables des clubs*
  Et ***Démarrage des pesées pour les enfants***
- 9 h 00 : **Cérémonie d'Ouverture de la Compétition COMBAT TRADITIONNEL**
- 9 h 15 : Démarrage de la compétition COMBAT
  (Après échauffement des enfants) dans l'ordre suivant :

  - **Catégorie Crevettes** *(+ Rappel du règlement et échauffement collectif)*
  - **Catégorie Poussins**
  - **Catégorie Pupilles**
  - **Catégorie Benjamins**
  - **Catégorie Minimes**
  - **Catégorie Cadets** *(+ Rappel du règlement et échauffement collectif)*
  - **Catégorie Juniors** *(+ Rappel du règlement et échauffement collectif)*
  - **Catégories Seniors, Vétérans et Aînés** *(+ Rappel du règlement et échauffement collectif)*

- *Les remises des récompenses se feront au fur et à mesure que les catégories se termineront*

18h 00 : Clôture de la compétition COMBAT TRADITIONNEL