



KAMP SPORT



Drammen Taekwon-Do Klubb ønsker på vegne av
Norges Kampsportforbund å invitere til

ØSTLANDSCUP 2

LØRDAG 21 MARS 2026

STED:

[Berskaughallen, Drammen](#)

TIDSPUNKTER:

Dommer/Coachmøte starter kl 08:30. Mesterskapet starter kl 09:00.

Estimert stevneslutt kl. 18.00 basert på deltagertall fra ØC2 2025.

OBS!! Oppdatert tidsskjema vil komme så raskt påmeldingene til ØC er klare.

KRAV FOR DELTAGELSE:

- Minimum grad: 8. Gup (Gult belte) Minimum alder: Fyller 13 år i løpet av 2026.
- Denne Østlandscupen er åpen for alle regioner.

PÅMELDING I SPORTDATA:

Kontakt din medlemsklubb for påmelding. Utøvere kan kun representere den klubben de er registrert i hos Norges Kampsportforbund.

LINK TIL SPORTDATA: [Østlandscup 2 - 2026](#)

PÅMELDINGSFRIST:

ONSDAG 11 Mars 2026 kl 23.59. Fristen er endelig og påmeldingen er bindende!

DELTAKERAVGIFT:

Kr. 350,- per utøver. Faktura sendes samlet til klubbene etter mesterskapet i henhold til påmeldingen.

INFORMASJON

TIL PÅMELDINGSANSVARLIGE:

Oppdater vekt og høyde på alle utøvere som skal delta:

Sammenslåinger av klasser vil kunne foretas etter vurdering. Det er derfor viktig at klubben oppdaterer alle deltakere med riktig vekt og høyde, i god tid **før** påmeldingsfristen.

Veiledning:

Veiledning og tips for påmelding i Sportdata finner du [her](#).

Frafall:

Utøvere som må trekke seg etter påmeldingsfristen er gått ut, må meldes i eget skjema fra påmeldingsansvarlig i klubben.

Skjemaet skal benyttes helt fram til en time etter mesterskapsstart. Det er viktig at dere melder inn så tidlig som mulig når dere blir klar over frafall.

<https://www.itfostlandscup.no/frafall/>

TIL UTØVERE

Se på Sportdata for inndeling av klasser på [Østlandscup 2](#).

Når klubben din har meldt deg på er det viktig at du selv sjekker at du er meldt på i korrekte klasser. Dette kan du sjekke [her](#). (Søk på navnet ditt i nettleseren).

KRAV FOR DELTAGELSE:

- Minimum grad: 8. Gup (Gult belte).
- Minimum alder: Fyller 13 år i løpet av 2026.
- Denne Østlandscupen er åpen for alle regioner.

ALDERSFORDELING:

- Junior 1: Fyller 13-15 år i 2026.
 - Junior 2: Fyller 16-18 i 2026.
 - Senior: Fyller 19-39 år i 2026.
 - Veteran: Fyller 40 år eller mer i 2026.
-

MØNSTERKLASSER:

Deles etter kjønn, alder og beltegrad

HIGH KICK:

Deles i kjønn, alder, samt høyde.

SPARRINGSKLASSER:

Deles etter kjønn, alder, høyde eller vekt.

POWERCUBE-KLASSER

Er kun for rødt og sort belte. Klassene deles i kjønn og alder.

Starthøyder i Spesialteknikk:

Det blir to (2) øvelser for alle klasser (man må delta på begge øvelsene).

Poengsum blir slått sammen og høyeste vinner.

Tre (3) poeng for helt bøyd plate og et (1) poeng for delvis bøyd plate.

Ved uavgjort velges en ny øvelse av jurypresident.

Det deles ut 1 gull, 1 sølv og 1 bronse.

- 18490 Herre Sr/Veteran Spes.Tek. Alle Grader
 - Twimyo Nopi Ap Cha Busigi – Flygende høyt frontspark: 235 cm
 - Twimyo Nomo Yop Cha Jirugi – Flygende høyt sidespark: 115 cm
- 19490 Herre Alle Jr. Spes.Tek Alle Grader -165 cm
 - Twimyo Nopi Ap Cha Busigi – Flygende høyt frontspark: 205 cm
 - Twimyo Nomo Yop Cha Jirugi – Flygende høyt sidespark: 95 cm
- 19491 Herre Alle Jr. Spes.Tek Alle Grader +165 cm
 - Twimyo Nopi Ap Cha Busigi – Flygende høyt frontspark: 215 cm
 - Twimyo Nomo Yop Cha Jirugi – Flygende høyt sidespark: 105 cm
- 28490 Dame Sr./Veteran Spes.Tek. Alle Grader
 - Twimyo Nopi Ap Cha Busigi – Flygende høyt frontspark: 205 cm
 - Twimyo Nomo Yop Cha Jirugi – Flygende høyt sidespark: 95 cm
- 29490 Dame Alle Jr. Spes.Tek. Alle Grader -160 cm
 - Twimyo Nopi Ap Cha Busigi – Flygende høyt frontspark: 165 cm
 - Twimyo Nomo Yop Cha Jirugi – Flygende høyt sidespark: 65 cm
- 29491 Dame Alle Jr. Spes.Tek. Alle Grader +160 cm
 - Twimyo Nopi Ap Cha Busigi – Flygende høyt frontspark: 185 cm
 - Twimyo Nomo Yop Cha Jirugi – Flygende høyt sidespark: 85 cm

PS! Det anbefales at øvelsene og høydene testes før man melder seg på.

Powercube:

Det blir tre (3) øvelser for alle klasser (man må delta på alle tre øvelsene).

Poengsummen blir slått sammen og høyeste vinner.

Det deles ut 1 gull, 1 sølv og 1 bronse.

- Sonkal Taerigi – Knivhåndslag
 - Yop Cha Jirugi – Sidespark
 - Dollyo Chagi – Svingspark
 - 19300 Herre Alle Jr. Knusing 2-1 Gup - 1-3 Dan
 - 29300 Dame Alle Jr. Knusing 2-1 Gup - 1-3 Dan
 - 18391 Herre Sr./Veteran Knusing 2-1 Gup - 1-6Dan
 - 28391 Dame Sr./Veteran Knusing 2-1 Gup - 1-6 Dan
-

TIL LAGLEDERE/COACHER:

- Alle klubber må ha en ansvarlig **Lagleder** over 18 år.

KRAV TIL ALLE COACHER:

- Minimum 15 år.
- Minimum 2. gup (rødt belte).
- Grundig kjennskap til konkurransereglene.
- Medlem av en klubb tilsluttet NKF gjennom ITF-seksjonen.
- Må stille i korrekt coach antrekk.
- Må ha kjennskap til coaches oppgaver og plikter.

DOMMER INFORMASJON:

Påmelding av dommere gjøres i Sportdata og i skjemaet til arrangøren.

Alle deltakende klubber må registrere minst **2 Dommere** som ikke selv deltar på ØC-3. Klubber som ikke kan oppfylle dette kravet må kontakte arrangørklubben og dommer ansvarlige før påmelding.

KRAV TIL DOMMERE:

- Ha minimum 2. gup (rødt belte)
- Ha gjennomført dommerkurs (og bestått teoretisk og praktisk prøve) og ha oppdatert kjennskap til regelverket
- Må stille i korrekt dommer antrekk

!!!OBS!!!

Alle dommer må fyll ut Dommerskjema hos arrangøren på lenken under:

<https://itfostlandscup.no/dommerpamelding/>

FORSIKRING:

Klubbene har ansvar for at alle klubbens deltagere er meldt inn i NKF og at de har gyldig forsikring. Uten gyldig skadeforsikring og innbetalt startkontigent får ikke utøverne delta.

REGLER:

Stevnet gjennomføres etter ITF-seksjonens regelverk: [LES REGLER HER](#)

ANNEN INFORMASJON:

Det er viktig at Lagledere/Coacher holder seg oppdatert med å følge med på følgende steder i dagene før stevnet:

itfostlandscup.no

[Sportdata](#)

FORBEHOLD OM AVLYSNING:

Norges Kampsportforbund forbeholder seg retten til å avlyse stevnet ved lav påmelding eller andre forhold som ligger utenfor vår kontroll. Ved avlysning tar Norges Kampsportforbund intet ansvar for eventuelle bestilte billetter, hotell eller andre kostnader klubben har hatt i forbindelse med stevnet.

FOTO OG FILM:

NKF og NTN opplyser om at det kan bli tatt bilder og film fra arrangementet med deltakere og funksjonærer som kan bli publisert i redaksjonell sammenheng på www.kampsport.no eller andre nettsteder.

ANTIDOPING:

www.antidoping.no

KONTAKTINFORMASJON:**KONTAKTPERSON FOR NORGES KAMPSPORTFORBUND:**

Robert Hamara:

E-post: robert.hamara@kampsport.no

Tlf: 922 33 143

KONTAKTPERSON ARRANGØR:

Generelle henvendelser:

Gunnar Eggesbø

E-post: gunnar@drammentkd.no

Tlf: 480 66 353

KONTAKTPERSON FOR SPORTDATA/PÅMELDING:

Spørsmål om nye rutiner, tilgangsoppsett i Sportdata:

robert.hamara@kampsport.no

Andre spørsmål rundt påmelding:

Sportdata@itfostlandscup.no

KONTAKTPERSON FOR DOMMERE:

Camilla Melhus Rolstad

E-post: cmrolstad@gmail.com



**KAMP
SPORT**

