

**Stichting Taijiquan Nederland  
Competitie Pushing Hands  
Reglement**

**2018**

## **Inhoudsopgave**

Inhoudsopgave .....	2
1. Klachtenprocedure .....	3
2. Pushing hands competitie .....	3
2.1 Reglementen FIXED STEP pushing hands met de voeten in parallele stand (Ping Xing Bu Tui Shou).....	3
2.1.1 Categorieën .....	3
2.1.2 Kleding .....	4
2.1.3 Poulesysteem .....	4
2.1.4 Competitieplaats.....	4
2.1.5 De wedstrijd.....	4
2.1.6 De score .....	5
2.1.7 Overtredingen (onregelmatige handelingen) en diskwalificatie.....	6
2.1.8 Uitslag en puntenlijsten.....	6
2.2 Reglementen FIXED STEP pushing hands in voor /achterwaardse stand (Ding Bu Tui Shou).....	7
2.2.1 Categorieën (zie 2.1.1) .....	7
2.2.2 Kleding (zie 2.1.2) .....	7
2.2.3 Poulesysteem (zie 2.1.3) .....	7
2.2.4 Competitieplaats.....	7
2.2.5 De wedstrijd.....	7
2.2.6 De score .....	8
2.2.7 Overtredingen (onregelmatige handelingen) en diskwalificatie (zie 2.1.7)....	8
2.2.8 Uitslagen en puntenlijsten (zie 2.1.8) .....	8
2.3 Reglement MOVING STEP pushing hands (Tui Shou).....	9
2.3.1 Categorieën (zie 2.1.1) .....	9
2.3.2 Kleding (zie 2.1.2) .....	9
2.3.3 Poulesysteem (zie 2.1.3) .....	9
2.3.4 Competitieplaats.....	9
2.3.5 Wedstrijd .....	9
2.3.6 Score.....	10
2.3.7 Overtredingen (onregelmatige handelingen) en diskwalificatie (zie 2.1.7)..	10
2.3.8 Uitslagen en puntenlijsten (zie 2.1.8) .....	10

## 1. Klachtenprocedure

Over de uitslag van een wedstrijd kan niet met de scheidsrechters of wedstrijdorganisatoren gediscussieerd worden. Wel kan hierover een klacht worden ingediend bij de klachtencommissie na het betalen van € 50 door de indiener van de klacht.

Dit bedrag wordt slechts gerestitueerd indien de klacht door de commissie als gerechtvaardigd wordt beoordeeld. De commissie licht haar zienswijze en besluit aan de indiener van de klacht toe. Klachten gebaseerd op video-opnames worden niet geaccepteerd.

## 2. Pushing hands competitie

Deelnemers aan de pushing handscompetitie kunnen aan één of meerdere soorten pushing hands deelnemen.

### **Let op!**

De Stichting Taijiquan Nederland (S.T.N.) stelt zich niet aansprakelijk voor enigerlei schade of letsel door een deelnemer opgelopen tijdens de deelname aan de wedstrijden.

Alleen online aanmeldingen worden geaccepteerd na akkoord en acceptatie van de reglementen.

Er kan op 3 onderdelen worden ingeschreven:

- fixed step met voeten in parallel stand
- Fixed step met voeten in voor / achterwaardse stand
- moving steps

Iedereen is verplicht de wedstrijdregels te kennen. Een half uur voor aanvang van de eerste pushing hands wedstrijd worden de wedstrijdregels nog een keer uitgelegd.

### 2.1 Reglementen FIXED STEP pushing hands met de voeten in parallelle stand (Ping Xing Bu Tui Shou)

#### 2.1.1 Categorieën

Voor de competitie gelden de volgende gewichtsklassen:

##### Heren en Dames

1. 55-64 kg
2. 65-74 kg
3. 75-84 kg
4. 85-94 kg

##### Dames/Heren gemengd

open, geen gewichtsklasse limiet

Indien na de gewichtsmeting blijkt dat een indeling in een hogere gewichtsklasse plaats moet vinden dan in de door de deelnemer opgegeven gewichtsklasse volgt **diskwalificatie**.

De gewichtsklassen kunnen aan de hand van het aantal ingeschreven deelnemers aangepast worden. Dit ter beoordeling van de wedstrijdleiding. Hierover is geen discussie mogelijk.

##### Gedragsregels

- De deelnemer dient 10 minuten voor de geplande pouletijd ter plekke aanwezig te zijn om onnodig gezoek te voorkomen.
- Is de deelnemer niet op de voor haar/hem geplande speeltijd aanwezig is volgt **diskwalificatie**

### 2.1.2 Kleding

Alle deelnemers behoren passende sportkleding te dragen, zoals bijv.

- T-shirt, kort, indien lang dan in de broek gedragen.
- korte broek of trainings-/joggingbroek waarvan de pijpen niet over de voeten vallen
- Er mogen alleen schoenen met dunne platte zolen gedragen worden.
- De nagels dienen kortgeknipt en lang haar dient opgebonden te zijn (of in een staart gedragen), voeten schoon / gewassen.
- Er mogen geen horloges, sieraden, piercings, brillen of andere mogelijk blessures veroorzakende voorwerpen gedragen worden!

### 2.1.3 Poulesysteem

Tijdens de competitie wordt gebruik gemaakt van een poulesysteem per gewichtsklasse. Het aantal deelnemers per poule zal minimaal 3 zijn. Na het spelen van wedstrijden zullen van elke poule de nummers 1 en 2 doorgaan naar de volgende ronde. Bij meerdere poules per gewichtsklasse zullen kruisfinales gespeeld worden.

Indien alle wedstrijden in een poule gespeeld zijn en er door een gelijke eindstand geen winnaar is aan te wijzen, zal het puntentotaal (aantal gescoorde punten voor en tegen, +/-) de doorslag geven.

### 2.1.4 Competitieplaats

De competitie zal plaatsvinden op een veld dat door een lijn (de scheidslijn) in twee delen wordt gescheiden.

### 2.1.5 De wedstrijd

#### A. De speeltijden

Elke wedstrijd zal door een hoofd- en een hulpscheidsrechter worden begeleid. Een poule wedstrijd is *2 x 1,5 minuut doorlopende speeltijd*, waarbij gedurende de 1e helft de rechtervoet voor is geplaatst en gedurende de 2e helft de linkervoet voor.

*Toelichting:* Doorlopende speeltijd wil zeggen dat de tijd niet stilgezet wordt tengevolge van een ingrijpen van de scheidsrechter.

De duur van de finale bedraagt evenals bij de poulewedstrijden 2 x 1,5 minuut doorlopende speeltijd. In de finale zal de wedstrijd bij een gelijke stand met 2 x 1,5 minuut verlengd worden. Als deze verlenging ook geen uitsluitsel geeft, zal de lichtste speler tot winnaar worden uitgeroepen, als dat nog geen uitsluitsel geeft wordt de oudste deelnemer de winnaar.

De tijdwaarnemer geeft het eind van de speeltijden aan door een geluidsignaal.

De hoofd scheidsrechter staakt de wedstrijd en wacht op de uitslag. Zodra deze bekend is wijst de scheidsrechter de winnaar aan.

#### B. De startpositie

De deelnemers staan tegenover elkaar met de buitenkanten van de voeten parallel naast elkaar op schouderbreedte geplaatst (afstand tussen de tenen van de deelnemers is afhankelijk van de armlengte van de deelnemers).

De *rechterarm* wordt ontspannen in afweer (Peng) positie op borsthoogte gehouden. De *pols* van de rechterarm rust op die van de tegenstander (pols op pols).

De hand van de andere arm rust open en ontspannen op het rechter- ellebooggewricht van de tegenstander.

Op het sein van de scheidsrechter draaien de deelnemers ontspannen synchroon met de rechterarm een horizontale cirkel en wel:

- 3 maal linksom (tegen de klok in), waarbij de voeten eventueel mogen worden verplaatst om de stand te corrigeren
- daarna wordt een tweede cirkelbeweging in de tegenovergestelde richting voortgezet (met de klok mee)
- de scheidsrechter begeleidt de handen tot het sein START!, om zeker te zijn dat de deelnemers ontspannen draaien, waarop hij zijn handen omhoog brengt en naar achteren stapt, de wedstrijd begint en de tijd gaat in.

Iedere keer dat de scheidsrechter het sein START geeft, bij aanvang van de wedstrijd en tijdens de wedstrijd, maken de deelnemers **minstens** nog een keer een ontspannen horizontale cirkelbeweging, voor dat een van de deelnemers een aanval inzet.

Als de *tweede* helft van de wedstrijd begint, wordt de handbeweging gewijzigd.

*Let op!* Bij aanvang van de tweede helft van de wedstrijd vervalt de (eerste) cirkelbeweging.

De tweede cirkelbeweging blijft gehandhaafd, maar wordt uitgevoerd in de tegengestelde richting (met andere woorden beweeg tegen de klok in).

### **C. Wat is niet toegestaan en leidt tot een officiële waarschuwing**

- Het is niet toegestaan aan de arm van de tegenstander te rukken (engels: yanking, to pull with a quick, strong movement).
- Het is niet toegestaan de tegenstander vast te pakken (grijpen) altijd een open hand.
- Klemtechnieken toe te passen.
- Het is niet toegestaan de tegenstander te omarmen, de hand of handen op de rug van de tegenstander te plaatsen.
- Het is niet toegestaan de tegenstander in de liesstreek en lager te duwen.
- Het is niet toegestaan met gestrekte vingers in de oksels te steken
- zie verder ook bij punt 2.1.7 'Overtredingen direkt leidend tot diskwalificatie'

### **D. Toegestane technieken om de tegenstander uit balans te brengen zijn:**

Afweren (Peng)	Trekken (ts'ai) <b>alleen met open hand</b>
Terug duwen (Lu)	Splijten (lieh)
Drukken (Ji)	Schouderduw (k'ao)
Duwen (An)	elleboogduw (zhou) dus niet steken de elleboog

#### **2.1.6 De score**

##### **A. Toekennen van punten**

Aan deelnemer A wordt:

1 punt toegekend als deelnemer B één voet verplaatst, of beweegt (uit eigen beweging of tengevolge van een reglementair uitgevoerde techniek door A)

2 punten toegekend als, door een reglementair uitgevoerde techniek, deelnemer B hetzij beide voeten verplaatst of beweegt of met een ander lichaamsdeel de grond raakt

3 punten toegekend als, door een reglementair uitgevoerde techniek, deelnemer B met beide voeten tegelijk, van de grond komt

*N.B.:* Geen punt wordt toegekend, indien beide deelnemers A en B, tegelijk een voet verplaatsen.

Als iemand vastpakt of inhaakt wanneer hij geduwd wordt om zijn evenwicht te bewaren, dan krijgt zijn tegenstander een punt.

De scheidsrechter stopt de wedstrijd, indien noodzakelijk door met gestrekte arm de deelnemers te scheiden, met het sein STOP. Hij overlegt met de hulpscheidsrechter, geeft indien er onduidelijkheid bestaat de reden aan van het stoppen en kent de punt(en) toe.

### B. Strafpunten

Het trekken aan kleding en andere onreglementaire technieken (zie ook bij punt 2.1.7 'Overtredingen direkt leidend tot diskwalificatie) worden bestraft door aan de benadeelde 1 punt toe te kennen de hoofdscheidsrechter dient dit direct met de puntenteller te communiceren.

### C. Opgave en blessure

- Indien een deelnemer opgeeft heeft deze de wedstrijd verloren
- Indien een deelnemer zodanig geblesseerd raakt dat deze naar de mening van de scheidsrechter de wedstrijd niet kan voortzetten wordt zijn tegenstander tot winnaar uitgeroepen mits er geen sprake is van een onreglementaire handeling
- Is dit wel het geval dan wordt de geblesseerde tot winnaar uitgeroepen. Dit ter beoordeling van de scheidsrechter

### D. Resultaten

Degene die de score bijhoudt zal de punten verwerken zoals aangegeven door de scheidsrechter. Binnen de poulewedstrijden is een gelijke eindstand mogelijk.

## **2.1.7 Overtredingen (onreglementaire handelingen) en diskwalificatie**

### A. Overtredingen direkt leidend tot diskwalificatie zijn:

- Aanvallen op het kruis, slagen naar het hoofd, de nek of de hals, klemtechnieken vastgrijpen, aanvallen met gestrekte vingers, aanvallen met elleboog of knie, stompen of schoppen, voet aanvallen, vegen, werpen, bijten, spugen, aan het haar of de kleding trekken, aanvallen nadat de scheidsrechter de wedstrijd heeft gestaakt, discussies (al dan niet met grof taalgebruik) met de scheidsrechter, onsportief gedrag.
- Het is NOOIT toegestaan om extreme kracht explosies of fajin te gebruiken.
- Bij wedstrijden waaraan dames deelnemen, is het verboden opzettelijk direct op de borsten te drukken.

### B. Straffen naar aanleiding van een overtreding:

Indien een deelnemer een overtreding begaat, heeft de scheidsrechter de bevoegdheid tot het nemen van de volgende maatregelen:

- het uitdelen van een officiële waarschuwing
- na 2x een officiële waarschuwing van de scheidsrechter wordt een punt toegekend aan de tegenstander. Ook een waarschuwing voor het niet verplaatsen van het gewicht van voor naar achteren valt hier onder.
- na 3x een officiële waarschuwing van de scheidsrechter worden 2 punten toegekend aan de tegenstander.
- diskwalificatie indien er een ernstige overtreding is begaan of bij 4 officiële waarschuwingen
- zie 2.1.5 C voor officiële waarschuwingen

## **2.1.8 Uitslag en puntenlijsten**

Over de uitslag van een wedstrijd kan niet met de scheidsrechters of wedstrijdorganisatoren gediscussieerd worden.

Hierover kan wel een klacht worden ingediend bij de klachtencommissie ( zie **1.** )

De puntenlijsten worden door de organisatie gearhiveerd. Afschriften hiervan kunnen op verzoek van de deelnemer (na het zetten van een handtekening voor accoord) door de organisatie worden afgegeven.

## 2.2 Reglementen FIXED STEP pushing hands in voor /achterwaardse stand (Ding Bu Tui Shou)

### 2.2.1 Categorieën (zie 2.1.1)

### 2.2.2 Kleding (zie 2.1.2)

### 2.2.3 Poulesysteem (zie 2.1.3)

### 2.2.4 Competitieplaats

De competitie zal plaatsvinden op een veld dat door een lijn (de scheidslijn) in twee delen wordt gescheiden.

### 2.2.5 De wedstrijd

#### A. De speeltijden

Elke wedstrijd zal door een hoofd- en een hulpscheidsrechter worden begeleid. Een poule wedstrijd is *2 x 1,5 minuut doorlopende speeltijd*, waarbij gedurende de 1e helft de rechtervoet voor is geplaatst en gedurende de 2e helft de linkervoet voor.

*Toelichting:* Doorlopende speeltijd wil zeggen dat de tijd niet stilgezet wordt tengevolge van een ingrijpen van de scheidsrechter.

De duur van de finale bedraagt evenals bij de poulewedstrijden 2 x 1,5 minuut doorlopende speeltijd. In de finale zal de wedstrijd bij een gelijke stand met 2 x 1,5 minuut verlengd worden. Als deze verlenging ook geen uitsluitsel geeft, zal de lichtste speler tot winnaar worden uitgeroepen, als dat nog geen uitsluitsel geeft wordt de oudste deelnemer de winnaar.

De tijdwaarnemer geeft het eind van de speeltijden aan door een geluidsignaal.

De hoofd scheidsrechter staakt de wedstrijd en wacht op de uitslag. Zodra deze bekend is wijst de scheidsrechter de winnaar aan.

#### B. De startpositie

De deelnemers staan tegenover elkaar met de voeten op schouderbreedte in voor / achterwaardse stand geplaatst. De rechter voeten van de deelnemers zijn geplaatst op de scheidslijn.

De wreef / voorste deel van de voet staat boven deze lijn. De *rechterarm* wordt ontspannen in afweer (Peng) positie op borsthoogte gehouden. De *pols* van de rechterarm rust op die van de tegenstander (pols op pols).

De hand van de andere arm rust open en ontspannen op het rechter- ellebooggewricht van de tegenstander.

Op het sein van de scheidsrechter verplaatsen de deelnemers **DUIDELIJK** hun lichaamsgewicht afwisselend van de voorste -naar de achterste voet. Tegelijkertijd draaien de deelnemers ontspannen synchroon met de rechterarm een horizontale cirkel en wel:

- 3 maal linksom (tegen de klok in), waarbij de achterste voet eventueel mag worden verplaatst om de stand te corrigeren
- daarna wordt een tweede cirkelbeweging in de tegenovergestelde richting voortgezet (met de klok mee)

- de scheidsrechter begeleidt de handen tot het sein START!, om zeker te zijn dat de deelnemers ontspannen draaien, waarop hij zijn handen omhoog brengt en naar achteren stapt, de wedstrijd begint en de tijd gaat in.

Iedere keer dat de scheidsrechter het sein START geeft, bij aanvang van de wedstrijd en tijdens de wedstrijd, maken de deelnemers nog een keer een ontspannen horizontale cirkelbeweging, voor dat een van de deelnemers eenaanval inzet.

Als de *tweede* helft van de wedstrijd begint, worden zowel de handen als de voeten van positie gewijzigd.

Let op! De spelers dienen het lichaamsgewicht duidelijk zichtbaar te verplaatsen van voor naar achter gedurende de hele wedstrijd.

*Let op!* Bij aanvang van de tweede helft van de wedstrijd vervalt de (eerste) cirkelbeweging, welke bedoeld is voor het eventueel verplaatsen van de achterste voet. Dit mag dus nu niet meer.

De tweede cirkelbeweging blijft gehandhaafd, maar wordt uitgevoerd in de tegenovergestelde richting (met andere woorden beweeg tegen de klok in).

C. Wat is toegestaan en wat niet (zie 2.1.5 C en 2.1.5 D)

## **2.2.6 De score**

### A. Toekennen van punten

Aan deelnemer A wordt:

1 punt toegekend als deelnemer B één voet verplaatst (uit eigen beweging of tengevolge van een reglementair uitgevoerde techniek door A)

*Let op!* Het is toegestaan de voeten te bewegen zo lang de hiel of de bal van de voet op zijn plaats blijft. Het is niet toegestaan de voet(en) te verschuiven.

2 punten toegekend als, door een reglementair uitgevoerde techniek, deelnemer B hetzij beide voeten verplaatst uit de vlakken of met een ander lichaamsdeel de grond raakt

3 punten toegekend als, door een reglementair uitgevoerde techniek, deelnemer B met beide voeten tegelijk, van de grond komt

*N.B.:* Geen punt wordt toegekend, indien beide deelnemers A en B, tegelijk een voet verplaatsen.

Als iemand vastpakt of inhaakt wanneer hij geduwd wordt om zijn evenwicht te bewaren, dan krijgt zijn tegenstander een punt.

Bij een score stopt de scheidsrechter de wedstrijd, indien noodzakelijk door met gestrekte arm de deelnemers te scheiden. Hij overlegt met de hulpscheidsrechter, geeft indien er onduidelijkheid bestaat de reden aan van het stoppen en kent de punt(en) toe.

B. Strafpunten (zie 2.1.6 B)

C. Opgave en blessure (zie 2.1.6 C)

D. Resultaten (zie 2.1.6 D)

## **2.2.7 Overtredingen (onregelmatige handelingen) en diskwalificatie (zie 2.1.7)**

## **2.2.8 Uitslagen en puntenlijsten (zie 2.1.8)**



## **2.3 Reglement MOVING STEP pushing hands (Tui Shou)**

### **2.3.1 Categorieën (zie 2.1.1)**

### **2.3.2 Kleding (zie 2.1.2)**

### **2.3.3 Poulesysteem (zie 2.1.3)**

### **2.3.4 Competitieplaats**

De competitie vindt plaats op een cirkelvormig veld (met judomatten) met een doorsnede van 4 meter.

De deelnemers kunnen zich hierin vrij bewegen.

*Let op!* De grenzen van het veld dienen slechts ter lokalisering van de wedstrijd.

De tegenstander uit het veld duwen zonder toepassing van een reglementair uitgevoerde techniek levert geen enkel punt op!

Het uit het veld lopen(vluchten) om te voorkomen dat men geduwd wordt is niet toegestaan.

Bevindt een deelnemer zich buiten het veld dan stopt de scheidsrechter de wedstrijd en laat opnieuw beginnen zoals hieronder beschreven in punt 2.3.5 B.

### **2.3.5 Wedstrijd**

#### *A. De verantwoordelijkheden en speeltijden*

Elke wedstrijd wordt door een hoofdscheidsrechter geleid die geassiteerd wordt door een hulpscheidsrechter.

De duur van een poulewedstrijd bedraagt *2 minuten doorlopende speeltijd*.

*Toelichting:* Doorlopende speeltijd wil zeggen dat de tijd niet stilgezet wordt tengevolge van een ingrijpen van de hoofdscheidsrechter.

De duur van de finale bedraagt eveneens *2 minuten doorlopende speeltijd*. De tijdwaarnemer zal aangeven wanneer de totale speeltijd is verstreken.

In de finale zal de wedstrijd bij een gelijke stand met *1 x 1,5 minuut verlengd* worden. Als deze verlenging ook geen uitsluitsel geeft zal de eerste speler die daarna een punt scoort tot winnaar worden uitgeroepen.

#### B. De startpositie

Beide deelnemers staan op de cirkellijn tegenover elkaar. Op het teken van de scheidsrechter lopen ze naar het midden van de cirkel en staan met de rechterarm in de afweer (peng) positie tegenover elkaar. De rechterpolsen kruisen elkaar.

Op een volgend teken van de scheidsrechter lopen de deelnemers rechtsom om het midden van de cirkel totdat de scheidsrechter het sein START! geeft. Na het sein START blijven de deelnemers in beweging.

Wanneer één of beide deelnemers, naar het oordeel van de scheidsrechter, de balans verliezen \*) zal de hoofd scheidsrechter de wedstrijd stoppen en direct punten toekennen. Hierna nemen de deelnemers weer de startpositie in rondom het midden van de cirkel en wachten op het sein van de hoofd scheidsrechter. Na elke stop wordt de looprichting van de deelnemers gewisseld evenals de armen in de peng – positie.

Let op ! Punten worden alleen toegekend als de push uit een beweging voortkomt. Het zgn. Bullfighting lever nooit een punt op.

De tijdwaarnemer geeft het eind van de wedstrijd aan door een geluidsignaal. De hoofd scheidsrechter staakt de wedstrijd en wacht op de uitslag. Zodra deze bekend is wijst de scheidsrechter de winnaar aan.

\*) Voorbeeld van het verlies van balans is: het hoofd blijft niet rechtop richting plafond en /of de rug maakt een knik tijdens de push.

### C. Wat is toegestaan en wat niet (zie 2.1.5 C en 2.1.5 D)

#### **2.3.6 Score**

##### A. Toekennen van punten

Aan de deelnemer bij het maken van een reglementair uitgevoerde techniek:

- 1 punt wordt toegekend aan de tegenstander als men uit het veld loopt(vlucht) om te voorkomen dat men geduwd wordt.
- 1 punt wordt toegekend aan de tegenstander als men zijn rug naar de tegenstander toedraait, gedwongen of uit eigen beweging.
- 2 punten toegekend indien deelnemer B zijn balans verliest en daarbij twee voeten verplaatst met een ander lichaamsdeel de grond raakt.
- 3 punten toegekend indien deelnemer B met beide voeten tegelijk, van de grond komt.
- Geen punten worden toegekend indien A, zonder een reglementair uitgevoerde techniek, B uit het veld duwt.

##### B. Strafpunten (zie 2.1.6 B)

##### C. Opgave en blessure (zie 2.1.6 C)

##### D. Resultaten (zie 2.1.6 D)

#### **2.3.7 Overtredingen (onregelmatige handelingen) en diskwalificatie (zie 2.1.7)**

#### **2.3.8 Uitslagen en puntenlijsten (zie 2.1.8)**