



عرض الرزنامة الوطنية للموسم الرياضي

2025 - 2024

الأصناف والأوزان المعتمدة للموسم

الرياضي 2024 - 2025

2007

أكابر

2010
2009
2008

أواسط

2013
2012
2011

أصاغر

2015
2014

أداني

2017
2016

صغار
أداني

2019
2018

مدارس

2020

أشبال

+37	-37	-34	-31	-28	-26	-24	-22	-20	-18
+34	-34	-31	-29	-27	-25	-23	-21	-19	-17

ذكور
إناث

2007

أكابر

2010

2009

2008

أواسط

2013

2012

2011

أصاغر

2015

2014

أداني

2017

2016

صغاري
أداني

2019

2018

مدارس

2020

أشبالي

+38	-38	-35	-32	-29	-27	-25	-23	-21	-19
+37	-37	-34	-31	-28	-26	-24	-22	-20	-18

ذكور
إناث

2007

أكابر

2010
2009
2008

أواسط

2013
2012
2011

أصاغر

2015
2014

أداني

2017
2016

صغار
أداني

2018
2018

مدارس

2019

أشبال



+44	-44	-38	-32	-26
+41	-41	-35	-29	-23

ذكور
إناث

أوزان الكأس

Tunisian
Taekwondo
Federation

+48	-48	-44	-41	-38	-35	-32	-29	-26	-23
+44	-44	-41	-38	-35	-32	-29	-26	-23	-20

ذكور
إناث

2007

أكابر

2010
2009
2008

أواسط

2013
2012
2011

أصاغر

2015
2014

أداني

2017
2016

صغاري
أداني

2019
2018

مدارس

2020

أشبالي



+53	-53	-45	-37	-30
+47	-47	-41	-33	-26

أوزان الكأس

Tunisian
Taekwondo
Federation

+57	-57	-53	-49	-45	-41	-37	-33	-30	-27
+51	-51	-47	-44	-41	-37	-33	-29	-26	-23

ذكور
إناث

2007

أكابر

2009
2009
2008

أواسط

2012
2011
2010

أصاغر

2014
2013

أداني

2016
2015

صغار
أداني

2018
2017

مدارس

2019

أشبال



+61	-61	-53	-45	-37
+55	-55	-47	-41	-33

أوزان الكأس

Tunisian
Taekwondo
Federation

+65	-65	-61	-57	-53	-49	-45	-41	-37	-33
+59	-59	-55	-51	-47	-44	-41	-37	-33	-29

ذكور
إناث

2007

أكابر

2010
2009
2008

أواسط

2013
2012
2011

أصاغر

2015
2014

أداني

2017
2016

صغار
أداني

2019
2018

مدارس

2020

أشبال



+73	-73	-63	-55	-48
+55	-55	-47	-41	-33

أوزان الكأس

Tunisian
Taekwondo
Federation

+78	-78	-73	-68	-63	-59	-55	-51	-48	-45
+68	-68	-63	-59	-55	-52	-49	-46	-44	-42

ذكور
إناث

2007

أكابر

2010
2009
2008

أواسط

2013
2012
2011

أصاغر

2015
2014

أداني

2017
2016

صغار
أداني

2019
2018

مدارس

2020

أشبال



+82	-82	-72	-63	-54
+68	-68	-61	-54	-47

أوزان الكأس

Tunisian
Taekwondo
Federation

	+87	-87	-80	-74	-68	-63	-58	-54
	+73	-73	-67	-62	-57	-53	-49	-46

ذكور
إناث

2007

أكابر

2010
2009
2008

أواسط

2013
2012
2011

أصاغر

2015
2014

أداني

2017
2016

صغار
أداني

2019
2018

مدارس

2020

أشبال

البطولات الدولية المصنفة

G1

البطولات
المفتوحة
المصنفة

G2

بطولات
كاس
الرئيس
القارية

G4

البطولات
القارية
وبطولات
الجائزة
الكبرى

G6

البطولات
العالم
للناشئين

G8

بطولات
الجائزة
الكبرى
النهائية

G10

بطولات
اولمبياد
الشباب

G12

بطولة
العالم

بطولة العالم 120 نقطة

G1

البطولات
المفتوحة
المصنفة

G2

بطولات
كاس
الرئيس
القارية

G4

البطولات
القارية
وبطولات
الجائزة
الكبرى

G6

البطولات
العالم
للناشئين

G8

بطولات
الجائزة
الكبرى
النهائية

G10

بطولات
اولمبياد
الشباب

G12

بطولة
العالم

بطولات اولمبياد الشباب 100 نقطة

G1

البطولات
المفتوحة
المصنفة

G2

بطولات
كاس
الرئيس
القارية

G4

البطولات
القارية
وبطولات
الجائزة
الكبرى

G6

بطولات
العالم
للناشئين

G8

بطولات
الجائزة
الكبرى
النهائية

G10

بطولات
اولمبياد
الشباب

G12

بطولة
العالم

بطولات الجائزة الكبرى النهائية 80 نقطة

G1

البطولات
المفتوحة
المصنفة

G2

بطولات
كاس
الريس
القارية

G4

البطولات
القارية
وبطولات
الجائزة
الكبرى

G6

بطولات
العالم
للناشئين

G8

بطولات
الجائزة
الكبرى
النهائية

G10

بطولات
اولمبياد
الشباب

G12

بطولة
العالم

بطولات العالم للناشئين 60 نقطة

G1

البطولات
الدولية
المفتوحة
المصنفة

G2

بطولات
كاس
الرئيس
القارية

G4

البطولات
القارية
وبطولات
الجائزة
الكبرى

G6

بطولات
العالم
للناشئين

G8

بطولات
الجائزة
الكبرى
النهائية

G10

بطولات
اولمبياد
الشباب

G12

بطولة
العالم

البطولات القارية وبطولات الجائزة الكبرى 40 نقطة

G1

البطولات
الدولية
المفتوحة

G2

بطولات
كاس
الرئيس

G4

البطولات
القارية
وبطولات
الجائزة
الكبرى

G6

بطولات
العالم
للناشئين

G8

بطولات
الجائزة
الكبرى
النهائية

G10

بطولة
اولمبياد
الشباب

G12

بطولة
العالم

بطولات كأس الرئيس القارية 20 نقطة

G1

البطولات
الدولية
المفتوحة
المصنفة

G2

بطولات
كأس
الرئيس
القارية

G4

البطولات
القارية
وبطولات
الجائزة
الكبرى

G6

بطولات
العالم
للناشئين

G8

بطولات
الجائزة
الكبرى
النهائية

G10

بطولات
اولمبياد
الشباب

G12

بطولة
العالم

البطولات الدولية المفتوحة المصنفة 10 نقاط

G1

البطولات
الدولية
المفتوحة
المصنفة

G2

بطولات
كاس
الرئيس
القارية

G4

البطولات
القارية
وبطولات
الجائزة
الكبرى

G6

بطولات
العالم
للناشئين

G8

بطولات
الجائزة
الكبرى
النهائية

G10

بطولات
اولمبياد
الشباب

G12

بطولة
العالم

الألعاب الأولمبية 200 نقطة

G20

الألعاب
الأولمبية

البطولات والدورات الوطنية المصنفة

T1

الدورات
الوطنية
المفتوحة

T2

الدورات
الوطنية
المفتوحة
المتميزة

T1

الدورات
الدولية
المصنفة

T2

الدورات
الدولية
المصنفة

T1

البطولة
الجهوية

T4

البطولة
الاقليمية

T12

البطولة
الوطنية



طريقة احتساب النقاط

$$\textcircled{1} = G \times 10$$

$$\textcircled{2} = 1 \times 0,6$$

$$\textcircled{3} = 2 \times 0,6$$

$$\textcircled{3} = 2 \times 0,6$$

$$\textcircled{5} = 3 \times 0,6$$

$$\textcircled{6} = 5 \times 0,6$$

$$\textcircled{7} = 6 \times 0,6$$

$$\textcircled{8} = 7 \times 0,6$$

9 → 16 × 0,7

● **G 12**

① = 120

② = 72

③ = 43,2

③ = 43,2

الصنف	الفئة العمرية		الادوار التمهيدية والنهائية
فردى ذكور اناث	اصاغر 14-12 سنة	2013-2012-2011	Taegeuk 4, 5, 6, 7, 8 Jang, Koryo
	اواسط 17-15 سنة	2010 - 2009 - 2008	Taegeuk 4, 5, 6, 7, 8 Jang, Koryo, Keumgang
	اكابر (1) 30-18 سنة	1993 - 2007	Taegeuk 6, 7, 8 Jang, Koryo, Keumgang, Taeback, Pyongwon, Shipjin
	اكابر(2) 40 - 31 سنة	1985 - 1994	Taegeuk 6, 7, 8 Jang, Koryo, Keumgang, Taeback, Pyongwon, Shipjin
	ماستر(1) 50 - 41 سنة	1975 - 1986	Taegeuk 8 Jang, Koryo, Keumgang, Taeback, Pyongwon, Shipjin, Jitae, Chonkwon
	ماستر(2) 60 - 51 سنة	1976 - 1965	Koryo, Keumgang, Taeback Pyongwon, Shipjin, Jitae, Chonkwon, Hansu
	ماستر(3) 65 - 60 سنة	1960 - 1966	Koryo, Keumgang, Taeback Pyongwon, Shipjin, Jitae, Chonkwon, Hansu
زوجى	اصاغر 14-12 سنة	2013 - 2012 - 2011	Taegeuk 4, 5, 6, 7, 8 Jang, Koryo, Keumgang
	اواسط 17-15 سن	2010 - 2009 - 2008	Taegeuk 4, 5, 6, 7, 8 Jang, Koryo, Keumgang, Taeback
	اكابر (1) 30-18 سنة	1995 - 2007	Taegeuk 6, 7, 8 Jang, Koryo, Keumgang, Taeback, Pyongwon, Shipjin
	فوق 31 سنة	+ 1994	Taegeuk 8 Jang, Koryo, Keumgang, Taeback, Pyongwon, Shipjin, Jitae, Chonkwon
فرق	اصاغر 14-12 سنة	2013 - 2012 - 2011	Taegeuk 4, 5, 6, 7, 8 Jang, Koryo, Keumgang
	اواسط 17-15 سنة	2010 - 2009 - 2008	Taegeuk 4, 5, 6, 7, 8 Jang, Koryo, Keumgang, Taeback
	اكابر (1) 30-18 سنة	1995 - 2007	Taegeuk 6, 7, 8 Jang, Koryo, Keumgang, Taeback, Pyongwon, Shipjin
	فوق 31 سنة	+ 1994	Taegeuk 8 Jang, Koryo, Keumgang, Taeback, Pyongwon, Shipjin, Jitae, Chonkwon
را بومزا ب			حسب عدد الاعبين والتصنيف

الأصناف والمشاركات العمرية (بومزا)

للموسم الرياضي 2024 - 2025

Catégories de Poomsae style libre				
Individuel فردي				
12-17	Homme moins de	17 ans	Femme moins de	17 ans
plus 18	Homme plus de	17 ans	Femme plus de	17 ans
Paire زوجي (2)				
12-17	Moins de 17 ans		homme/femme	
plus 18	Plus de 17		ans homme/femme	
Équipe فرق (5)				
12-17	Moins de 17 ans		: 5 membres, dont au moins deux hommes et deux femmes plus un(e) remplaçant(e)	
plus 18	Plus de 17 ans		: 5 membres, dont au moins deux hommes et deux femmes plus un(e) remplaçant(e)	

رزنامة التظاهرات الجهوية موسم الرياضي 2024 – 2025 جانفي 2025

التاريخ	جانفي 2025	تونس الكبرى	الشمال الغربي	الساحل	صفاقس	الوسط الغربي	الجنوب	الوطن القبلي	الجنوب الشرقي
1 - 2 جانفي 2024	البطولة الجهوية اداني تونس 1	ولاية بن عروس	البطولة الجهوية اداني اصغر باجة جندوبة					البطولة الجهوية زغوان	
4 - 5 جانفي 2024	البطولة الجهوية أداني تونس 1	ولاية تونس	البطولة الجهوية اواسط أكبر باجة - جندوبة			البطولة الهوية اداني القيروان			
11 - 12 جانفي 2024	البطولة الجهوية أداني تونس 2	ولاية اريانة	البطولة الدهوية اداني اصغر الكاف سليانة					البطولة الجهوية نابل	
18 - 19 جانفي 2024	الطولة الجهوية اصغر تونس 2	ولاية منوبة	البطولة التنشيطية باجة جندوبة			البطولة الجهوية اصغر القيروان		البطولة الجهوية نابل - زغوان	البطولة التنشيطية قفصة
25 - 26 جانفي 2024	البطولة الجهوية أصغر تونس 1	ولاية بن عروس					البطولة الاقليمية بومزا صنف أ ب	البطولة الجهوية اواسط أكبر - زغوان	البطولة التنشيطية اشبال-مدارس ص اداني

رزمة التظاهرات الجهوية موسم الرياضي 2024 – 2025 فيفري 2025

التاريخ	فيفري 2025	تونس الكبرى	الشمال الغربي	الساحل	صفاقس	الوسط الغربي	الجنوب	الوطن القبلي	الجنوب الشرقي
31 – 1 فيفري 2025	البطولة الجهوية اصاغر تونس 2	ولاية أريانة	البطولة الجهوية اواسط اكابر الكاف سليانة						البطولة التنشيطية قابس
1-2 فيفري 2025	البطولة الجهوية اصاغر تونس 1	ولاية تونس	البطولة الاقليمية اصاغر سوسة - المنستير					البطولة الجهوية اواسط اكابر - نابل	
7 فيفري 2025	البطولة الجهوية اواسط تونس 1	ولاية بن عروس	البطولة الجهوية بومزا جميع الاصناف			البطولة التنشيطية القيروان			
8 – 9 فيفري 2025	البطولة الجهوية اواسط تونس 2	ولاية منوبة	البطولة الاقليمية اواسط سوسة - المنستير			البطولة الجهوية اداني القصرين		البطولة التنشيطية زغوان	البطولة الجهوية اداني-اصاغر
15 – 16 فيفري 2025	البطولة الجهوية اواسط تونس 1	ولاية تونس	البطولة الاقليمية اكابر سوسة - المنستير		البطولة التنشيطية - صفاقس - المهديّة	البطولة الجهوية اصاغر القصرين	البطولة الاقليمية اواسط	البطولة التنشيطية ناتبل	البطولة الجهوية اداني-
22 – 23 فيفري 2025	البطولة الجهوية اواسط تونس 2	ولاية اريانة				البطولة الجهوية اواسط القيروان - القصرين		تربص واجتياز الاحزمة احمر درجة اولي فما فوق	تربص جهوي منافسات البومزا

رئاسة التبرصات و التظاهرات الجهوية
موسم الرياضي 2024 – 2025
شهر رمضان مارس 2025

التاريخ	مارس 2025	تونس الكبرى	الساحل	الشمال الغربي	صفاقص	الوسط الغربي	الجنوب	الوطن القبلي	الجنوب الشرقي
2 مارس 2025	البطولة التنشيطية صغار اداني مدارس تونس 1	ولاية تونس							
8 – 9 مارس 2025	البطولة التنشيطية صغار اداني مدارس تونس 1	ولاية بن عروس			تربص واجتياز الأحزمة احمر درجة أولي فما فوق				
15 – 16 مارس 2024	البطولة التنشيطية صغار اداني مدارس تونس 1	تولاية منوبة							
22 – 23 مارس 2025	البطولة التنشيطية صغار اداني مدارس تونس 1	ولاية اريانة	البطولة التنشيطية	البطولة الاقليمية اداني - اصاغر بومزا	البطولة الاقليمية بومزا			البطولة الجهوية اواسط - اكابر - قبلي	
29 – 30 مارس 2025	البطولة الاقليمية بومزا	تونس الكبرى							
					1				

رزامة التظاهرات الجهوية لشهر رمضان

موسم الرياضي 2024 – 2025
أفريل 2025

الجنوب الشرقي	الوطن القبلي	الجنوب	الوسط الغربي	صفاقص	الشمال الغربي	الساحل	تونس الكبرى	أفريل 2025	التاريخ
			البطولة التنشيطية القصرين				4 أفريل تونس 1 5 أفريل تونس 2	البطولة الاقليمية أداني تونس 1 تونس 2	4 – 5 أفريل 2025
	ملتقي تدريبي اقليمي نابل وزغوان		ملتقي تدريبي القيروان	ملتقي كاروقي تدريبي صفاقص - المنستير		البطولة الاقليمية اداني	تونس الكبرى	تربص وامتحان احمر درجة واحد فما فوق	6 أفريل 2025
K – POP Taekwoindo - Twieo – Apchagi - Jumeok Gyeokpa - Sonal Gyeokpa الدورة المفتوحة الاولي									9 أفريل 2024
البطولة الجهوية اصاغر - قابس	البطولة الاقليمية اداني		البطولة الجهوية اكابر القيروان- القصرين		البطولة الاقليمية اواسط اكابر		منوبة اريانة	البطولة الجهوية أكابر تونس 2	12 – 13 أفريل 2025
البطولة الطنشيطية اشبال-مدارس ص اداني – تطاوين- قفصة	البطولة الاقليمية اصاغر		البطولة الاقليمية بومزا				ولاية تونس بن عروس	البطولة الجهوية أكابر تونس 1	19 – 20 أفريل 2025
البطولة الجهوية اواسط – اكابر قابس	البطولة الاقليمية اواسط اكابر	البطولة التنشيطية اشبال مدارس ص الاداني	البطولة الاقليمية اداني	ملتقي تدريبي بومزا			منوبة اريانة بنزرت	البطولة الاقليمية تونس 2 اصاغر	26 – 27 أفريل 2024

رزمة التظاهرات الإقليمية

موسم الرياضي 2024 – 2025

ماي 2025

التاريخ	ماي 2025	تونس الكبرى	الساحل	الشمال الغربي	صفاقص	الوسط الغربي	الجنوب	الوطن القبلي	الجنوب الشرقي
3 – 4 ماي 2025	البطولة الاقليمية أصاغر تونس 1	ولاية تونس بن عروس	البطولة الاقليمية بومزا سوسة - منستير	البطولة الاقليمية بومزا	البطولة التنشيطية صفاقص -		البطولة الاقليمية اداني	ترص في فريستابل	ملتقي تدريبي قبلي البطولة الجهوية - اداني - اصاغر- اكابر - قفصة تطاوين
10 – 11 ماي 2025	البطولة الاقليمية أواسط تونس 2	منوبة – اريانة - بنزرت				البطولة الاقليمية اصاغر		ترص في بومزا	البطولة الجهوية اداني - اصاغر - قفصة
17 – 18 ماي 2025	البطولة الاقليمية أواسط تونس 1	ولاية تونس بن عروس					البطولة الاقليمية اصاغر		البطولة الاقليمية اصاغر
17 – 18 ماي 2025	البطولة الاقليمية أكابر تونس 2	ولاية منوبة واريانة				البطولة الاقليمية اواسط			
24 – 25 ماي 2025	البطولة الاقليمية أكابر تونس 1	ولاية تونس بن عروس				البطولة الاقليمية اصاغر	البطولة الاقليمية اكابر	البطولة الاقليمية بومزا	البطولة الاقليمية اواسط- اكابر

رزمة التظاهرات الوطنية

موسم الرياضي 2024 – 2025
جويلية 2025

التاريخ	جويلية 2025	تونس الكبرى	الساحل	الشمال الغربي	صفاقس	الوسط الغربي	الوطن القبلي	الجنوب	الجنوب الشرقي
5 – 6 جويلية 2025	كاس تونس اواسط اكابر	وطني							
12 – 13 جويلية 2025	البطولة الوطنية صنف ا	وطني							
18 – 19 20 جويلية	البطولة الوطنية اصاغر اواسط اكابر	وطني							

رزمة التظاهرات الوطنية

موسم الرياضي 2024 – 2025
أوت 2025

التاريخ	أوت 2024	تونس الكبرى	الساحل	الشمال الغربي	صفاقس	الوسط الغربي	الوطن القبلي	الجنوب	الجنوب الشرقي
2 - 4 أوت 2025	الدورة الوطنية للناشئين 12 – 14 سنة								
9 - 10 أوت 2025	الدورة الوطنية للشبان 15 - 17								
17-16 أوت 2025	الدورة الوطنية الشاطئية بومزا- كاروقي								
24 -23 أوت 2025	الدورة الوطنية للأمال 18 – 21 سنة								

رزمة التبرعات الإقليمية

موسم الرياضي 2024 – 2025
أكتوبر 2025

التاريخ	أكتوبر 2025	تونس الكبرى	الساحل	صفاقس	الشمال الغربي	الوسط الغربي	الجنوب	الوطن القبلي	الجنوب الشرقي
3 – 4 – 5 أكتوبر 2025	تبرص تكويني للمدربين والمنشطين والحكام بومزا - كاروقي برا				طبرقة				
10 – 11 – 12 أكتوبر 2025	تبرص تكويني للمدربين والمنشطين والحكام بوما - كاروقي برا						س بوزيد		
17 – 18 – 19 أكتوبر 2025	تبرص تكويني للمدربين والمنشطين والحكام بومزا - كاروقي برا								قابس
24 – 25 – 26 أكتوبر 2025	تبرص تكويني للمدربين والمنشطين والحكام بومزا - كاروقي برا	قصر سعيد							
31 – 1 – 2 نوفمبر 2025	تبرص تكويني للمدربين والمنشطين والحكام بومزا - كاروقي برا					سوسة			