

## Taekwondo

Il taekwondo è un'arte marziale di origine coreana. È "l'arte di tirare calci in volo e colpire di pugno". Si basa su un prevalente uso delle gambe rispetto alle braccia e quindi dei calci, che vengono eseguiti con grande efficacia e precisione; il contatto è pieno ed è valido anche il ko.

I combattimenti si svolgono su un tappeto di gomma di 8 x 8 metri e sono articolati in 3 riprese da due minuti, intervallati da una pausa di un minuto.

I contendenti sono muniti di protezioni: corpetto, caschetto, conchiglia, paratibie e para avambracci.

I colpi possono essere portati sul corpetto, sul viso e sulla testa.

Al termine del combattimento vince l'atleta che ha messo a segno più punti. In qualsiasi momento il punteggio può essere ribaltato dal ko, che determina la fine dell'incontro.

In caso di parità si effettua un ulteriore minuto di combattimento durante il quale vince il primo che realizza un punto. Se persiste la parità subentra il giudizio arbitrale.

Proprio nella patria del taekwondo, Olimpiadi di Seoul del 1988, questo sport ha fatto parte per la prima volta dei giochi, come sport dimostrativo. Nell'edizione di Sidney 2000 ottiene lo status di sport olimpico ufficiale.

17/11/2013