



Mensaje del Presidente



Mayo 2008

COMPETENCIAS DEL TAEKWON-DO ITF: ¡UN IMPORTANTE ELEMENTO DE NUESTRO SISTEMA!

Alguna vez se preguntó:

¿Por qué la ITF autoriza y promueve las competencias?

¿Necesito participar en las competencias?

¿Cuáles son los beneficios de participar en competencias:

- como competidor?
- como entrenador?
- como juez o árbitro?
- como acompañante?
- o simplemente como espectador?

¿Por qué tenemos la Copa del Mundo en los años pares y el Campeonato Mundial en los impares?

¿Cómo cambiarán las competencias de la ITF en el futuro?

Luego de leer lo antes mencionado se habrá dado cuenta que el tema principal de este mensaje es:

Las Competencias de Taekwon-Do ITF

Primero un poquito de historia:

Tradicionalmente la competencia ha sido muy importante en casi todas las artes marciales. La participación en competencias nos permite compararnos con otros practicantes. Podemos mejorar nuestras técnicas y al mismo tiempo hacernos amigos de practicantes de Taekwon-do de otros países.

Nuestro Fundador, el General Choi Hong Hi, alentaba la organización de competencias; las veía como reuniones valiosas y divertidas de practicantes de Taekwon-Do ITF, siempre queriendo incluir la mayor cantidad de competidores posibles.

Historia de algunas de las "primeras" competencias de Taekwon-Do ITF:	
1969	Primer Campeonato Asiático en Hong Kong
1974	Primer Campeonato Mundial de Adultos en Montreal (Canadá) <i>(Esta fue la primera competencia a la cual asistí, aunque estuve allí como espectador)</i>
1976	Primer Campeonato Europeo en Ámsterdam (Holanda)
1979	Primer Campeonato Pacífico en Wellington (Nueva Zelanda)
1993	Primer Campeonato Mundial Juvenil en Moscú (Rusia)
2004	Primera Copa del Mundo en Orlando (EE.UU.)
2007	Primer Campeonato Mundial combinado de Juveniles y Adultos en la ciudad de Quebec (Canadá)

Entonces...

Hace muchos años cuando comencé a ir a abiertos de artes marciales y competencias de Taekwon-Do, me di cuenta que la mayoría no estaban muy bien organizados. Con frecuencia se veía la falta de planificación y logística de base. El énfasis parecía estar en ganas de trofeos. La atmósfera generalmente era muy negativa, debido al clima violento y a la completa falta de imparcialidad.

Como instructor y entrenador lleve a mis alumnos a estas competencias. Sin embargo rápidamente nos dimos cuenta que no nos sentíamos satisfechos aún ganando. Faltaba el verdadero espíritu de las artes marciales y los valores que enseña la filosofía del Taekwon-Do.

Ahora...

Estoy contento de poder decir que hoy esta situación es completamente diferente. Ahora la organización de competencias internacionales es uno de los interesantes servicios que nuestros miembros esperan de la ITF, y trabajamos continuamente para poder mejorar los distintos aspectos de estos eventos.

Mi experiencia personal en las competencias ITF:

Durante el correr de los años he tenido el privilegio de participar en todos los aspectos de la competencia:

- En los '70 fui competidor;
- De 1981 hasta 1989, fui entrenador del equipo Canadiense;
- El General Choi me nombró Jefe del Comité de Torneos por dos mandatos. (En ese momento había un Comité para torneos y otro para Jueces y Árbitros);
- He tenido el privilegio de dirigir el comité organizativo de cinco competencias internacionales ITF: la Copa Intercontinental en 1981 y 1985, en el 2004 la Primera Copa del Mundo en Orlando (EE.UU.), en 1990 el 7mo Campeonato Mundial de Adultos en Montreal, y en el 2007 el primer Campeonato Mundial de Juveniles y Adultos combinado en la Ciudad de Quebec.

Obviamente creo que la competencia es una parte importante del Taekwon-Do ITF. Esta es una de las razones por la que le pedí a Maxime Bujold, el cual ha competido en muchos torneos internacionales, que sea parte del Comité Organizativo del Campeonato Mundial del 2007. Cuando estábamos trabajando detalladamente en la parte logística del evento, los comentarios y sugerencias de Maxime, desde el punto de vista del competidor, probaron ser invaluable.

¿Cómo han evolucionado los competidores de la ITF?

Algunas mejoras logradas en el transcurso de los años:

Comenzando con el Campeonato Mundial realizado en Montreal en 1990, se decidió que cada campeón recibiría una medalla y un certificado. Se entregaría un trofeo a cada equipo ganador y a los mejores atletas femenino y masculino. El honor proviene de ser un campeón ITF y no por ganar un gran trofeo.



También se cambiaron las reglas para limitar la participación a un equipo por país y un competidor para cada categoría por país. Esto significa que los equipos de países con muchos competidores no tienen ninguna ventaja sobre aquellos países que no pueden darse el lujo de mandar más competidores.

Para hacer que las competencias sean más justas para todos, se sumaron más categorías de peso. El sistema de puntuación para la lucha libre se modificó para que en las peleas haya un balance entre técnicas de piernas y mano. Se incluyó también la lucha pre-establecida para demostrar gran cantidad de técnicas y los aspectos espectaculares de nuestro sistema.

La ITF ha mejorado el entrenamiento de los Jueces y Árbitros aumentando la calidad de los mismos. Ahora poseen mayor credibilidad y sus decisiones son percibidas como justas. Los Jueces y Árbitros se han ganado el respeto de los competidores y entrenadores.

No está permitida la discriminación o ningún tipo de favoritismo. A todos se les aplican las mismas reglas y regulaciones.

Las Competencias son más seguras que en el pasado. Hay menos lesionados gracias al utilización del tatami y de las protecciones corporales.

¿Campeonato Mundial o Copa del Mundo?

Comenzando en el 2004 con la Primera Copa del Mundo esta competencia se realiza todos los años pares, mientras que en los años impares se realiza el Campeonato Mundial de Juveniles y Adultos combinado (el año pasado fue la primera vez que se realizaron juntos). El Campeonato Mundial es una competencia oficial y muy prestigiosa de la ITF, abierta solo a atletas seleccionados para representar a su país. Por el otro lado, la Copa del Mundo es una competencia abierta. Todos los practicantes de Taekwon-Do están invitados a participar (incluyendo a los cinturones de color), brindándoles a todos la posibilidad de experimentar una competencia de nivel internacional.

En los últimos años las competencias internacionales se han realizado en locaciones populares. Esto incentiva a los competidores y sus familias a planificar sus vacaciones en torno a este evento.

Gracias:

Me gustaría tomar esta oportunidad para agradecer a todos a aquellos que durante estos últimos años han trabajado para mejorar la calidad de las competencias de Taekwon-Do, especialmente:

- Al Maestro Hector Marano y al Maestro Trajtenberg del Comité de Técnica e Instrucción, los cuales han realizado importantes contribuciones a la estandarización del sistema técnico

- Al Maestro Willem Jacob Bos (ex Jefe del Comité de Torneos, Jueces y Árbitros) el cual ha estado involucrado activamente en las reformas del reglamento de torneos, jueces y árbitros.

- Al Maestro Alberto Katz, al Maestro Coos van den Heuvel, al Sr. Kurt Ottesen, todos del Comité de Torneos, Jueces y Árbitros, los cuales se encuentran trabajando para asegurar la calidad y el profesionalismo de nuestros torneos.

- Al Sr. Giovanni Ceconato y al Sr. Sandy Dunbar, los cuales han ayudado al Comité de Torneos, Jueces y Árbitros en su misión, y por dar el ejemplo en los Campeonatos Mundia-

les como autoridades.

¿Necesito competir para poder gozar completamente de los beneficios del Taekwon-Do?

No todos estamos naturalmente atraídos a la competencia, y realmente se necesita invertir mucho tiempo y trabajo para poder ser un competidor exitoso. De todas maneras, se puede haber preguntado si debe participar en competencias para gozar de todos los beneficios de la práctica de Taekwon-Do.

Yo diría que, aunque no es obligatorio, la competencia es muy útil para los practicantes de Taekwon-Do. Los Campeonatos Mundiales son para nuestros atletas elite, pero la participación en competencias locales pueden ser una gran experiencia de aprendizaje para nuestros alumnos. Sin embargo la competencia no es para todos, y está en cada practicante esta decisión.

Control del Estrés

Un beneficio adicional acerca de la participación en las competencias es poder aprender como dominar el estrés. Todos vivimos momentos estresantes en nuestras vidas, y el poder aprender cómo manejar el estrés en la competencia nos ayudará a controlar otro tipo de situaciones estresantes.

Algunas de las sensaciones que puede llegar a sentir cuando compite a nivel internacional:

- viajar a lugares nuevos donde no habla el idioma,
- espera poder llegar a tiempo y que se equipaje no se pierda en el camino,
- que no esté muy cansado,
- comer distintos tipos de comida,,
- preocuparse por realizar una buena performance,
- miedo a equivocarse,,
- miedo a perder,
- preocuparse por decepcionar a su entrenador o a su equipo,
- nervios a competir frente a una gran audiencia,
- cuestionarse sus habilidades cuando se enfrenta a un oponente mucho más fuerte y grande.

Y estoy seguro que aquellos que compiten podrán agregar muchos ítems más.

Obviamente un torneo de Taekwon-Do es una situación estresante, entonces ¿Cómo podemos aprender a manejar el estrés en las competencias?

Tomemos el ejemplo de tener que enfrentar a un oponente más fuerte y grande en una competencia. Se puede reaccionar de dos maneras: negativa o positivamente. La negativa sería simplemente darse por vencido. Después de todo, su oponente es más fuerte y grande y no tienen ninguna chance de ganar. ¿Entonces para que siquiera intentarlo? Esta actitud perdedora se presenta en el momento como la solución más fácil, ¿pero qué aprendería tomando esta actitud? Solo aprendería a renunciar.



Por otro lado, puede reaccionar de manera positiva: Manteniendo la calma. Decirse a sí mismo que se ha preparado muy bien para esta competencia. Recordarse que solo con el tamaño no se hacen los ganadores. Revise su estrategia para la pelea y ajústese a las circunstancias. Luego concéntrese para poder dar lo mejor. Aunque gane o pierda analice su performance e identifique todo aquello que pueda mejorar.

Obviamente el reaccionar de una manera positiva requiere de mucho más esfuerzo que simplemente darse por vencido, pero de esta manera se asegura que siempre se sacará algo positivo.

¿Puede ver como el poder aprender a manejar el estrés en la competencia puede utilizarse en los distintos aspectos de su vida? Por ejemplo, mucha gente encuentra extremadamente estresante hablar frente a un grupo de gente, pero quizás deba tener que realizarlo en el trabajo o en alguna ocasión social como una boda. Si ha aprendido a manejar el estrés en las competencias de Taekwon-Do podrá prepararse apropiadamente a hablar con confianza frente a un grupo sin importar las circunstancias.

Obtener todo los beneficios de la participación en competencias:

Si decide participar en competencias, asegúrese de obtener todos los beneficios. Para poder lograr esto, es esencial que:

- cultive una actitud positiva;
- tome las competencias como un desafío;
- se proponga metas, y luego trabaje para lograrlas;
- trabaje junto con su instructor y entrenador para prepararse bien;
- analice y evalúe su experiencia luego de cada competencia;
- aprenda de cada experiencia para seguir mejorando.

Pero para mí, uno de los elementos más importantes – y el que nos permitirá beneficiarnos completamente de esta experiencia – es el poder aprender a aplicar el Do en nuestro entrenamiento y durante las competencias. El cuadro de la próxima sección nos describe como podemos realizarlo.

Aplicando el Do en las Competencias

En el juramento del estudiante de Taekwon-Do ITF, juramos cumplir con los principios del Taekwon-Do: cortesía, integridad, perseverancia y espíritu indomable.

¿Qué significa aplicar los principios en las competencias?

PRINCIPIO	Sé que esto significa que yo debería:	Aplicado a las competencias, significa que debería:
CORTESÍA	<ul style="list-style-type: none"> • ser cortés • tener buenos modales • ser respetuoso con los instructores • respetar a los demás 	<ul style="list-style-type: none"> • cumplir con las reglas y protocolos* • respetar a mi oponente • respetar a mi entrenador • respetar al público • respetar las decisiones oficiales

INTEGRIDAD	<ul style="list-style-type: none"> diferenciar lo correcto de lo incorrecto siempre hacer lo correcto sentirse mal cuando se realice lo incorrecto defender lo correcto nunca utilizar incorrectamente al Taekwon-Do 	<ul style="list-style-type: none"> Cumplir con los reglamentos de torneos no hacer trampa no aceptar que otros no hagan trampa
PERSEVERANCIA	<ul style="list-style-type: none"> trabajar para lograr nuestros objetivos tratar y volver a tratar nunca rendirse <i>(ver la cita de Confucio acerca de la perseverancia aquí)</i> 	<ul style="list-style-type: none"> concentrarse en mejorar seguir entrenando aunque se pierda ponerse metas y trabajar para lograrlas aprender de la experiencia, aunque se gane o pierda
AUTO-CONTROL	<ul style="list-style-type: none"> controlar mis acciones físicas controlar mis pensamientos controlar mis emociones 	<ul style="list-style-type: none"> cultivar una actitud positiva mantenerme tranquilo controlar la violencia poder ajustar mi estrategia de lucha cuando sea necesario ser un ganador humilde ser un perdedor digno
ESPÍRITU INDOMABLE	<ul style="list-style-type: none"> ser corajudo 	<ul style="list-style-type: none"> aprender a vencer mis miedos

*En el Campeonato Mundial realizado en la ciudad de Quebec (Canadá) durante Junio del 2007, se repartió a los entrenadores presentes un folleto acerca de las reglas de protocolo para los competidores de Taekwon-Do ITF.

Los competidores deberían tratar de aplicar los principios durante las competencias, pero además de ser respetadas por todos los participantes de una competencia ITF, se debe incluir a los entrenadores, oficiales, y todos aquellos que se encuentren allí alentando a su equipo.

En la parte final del juramento del estudiante dice: Construiré un mundo mejor, con justicia y libertad. Mediante la aplicación del Do en las competencias y en nuestras vidas diarias, estaremos cumpliendo con esta promesa y les daremos un buen ejemplo a nuestros alumnos más pequeños. Ayudándolos a que se conviertan en buenos ciudadanos, fuertes tanto física como mentalmente, y siendo capaces de contribuir positivamente en sus comunidades.

Las Competencias como herramienta de promoción del Taekwon-Do ITF

Las competencias de cualquier nivel nos ofrecen la oportunidad de atraer la positiva atención de los medios de comunicación hacia el Taekwon-Do ITF, y también a las organizaciones locales de Taekwon-Do. La cobertura de los medios a su vez atraerá nuevos alumnos. Los medios son muy importantes, por lo que deben elegir a alguien con experiencia en comunicación para ser responsable de las relaciones con los medios.

Asegúrese de que los competidores estén preparados para la atención de los medios. Deben tener mucho conocimiento de Taekwon-Do y poder describir que significa para ellos. Deben poder explicar las metas y las reglas de las competencias ITF. El objetivo es inspirar a otros, por lo que deben enfatizar en los beneficios físicos, mentales y sociales de la práctica de Taekwon-Do.

Las competencias de Taekwon-Do ITF pueden ser espectaculares, por lo que debe recordar tomar fotografías y filmar los encuentros.

Hágaselo más fácil a los medios:

- Realice conferencias de prensa de buena calidad con la menor demora posible, para poder cubrir las necesidades de la prensa (no más de 48 hs luego de la finalización del torneo).
- Ofrezca información detallada de todo lo sucedido además de fotografías y filmaciones.
- Incluya historias de “interés humano” acerca de los competidores.

Si habilita todos estos elementos a los medios antes y durante la competencia, es muy posible que tengan una buena cobertura.

¿Cómo mejorarán los competidores de Taekwon-Do ITF en el futuro?

Basándonos en la experiencia previa y en las recientes consultas a los entrenadores, jueces y árbitros, aquí presentamos algunos de los cambios que estamos considerando para el futuro:

- Se producirá un manual de “como” licitar para poder realizar una Copa del Mundo o Campeonato Mundial en su ciudad y “como” organizar un torneo a nivel nacional, continental o internacional.

- Mejoras en la calidad de los jueces y árbitros, incluyendo la posibilidad de realizar un grupo especializado para los más antiguos, particularmente para las Formas de Cinturones Negros.

- Los entrenadores recibirán información acerca de varios temas, como: realizar planificaciones de entrenamiento, desarrollar estrategias de competencia, mejorar las técnicas de rotura, tener una nutrición adecuada y prepararse mentalmente para la competencia.

- El cuenta puntos electrónico, desarrollado por la ITF-Alemania y el cual se testeó en Quebec 2007, será utilizado para las peleas en la Copa del Mundo del 2008 a realizarse en Riva del Garda, Italia.

- Los Comités Organizativos en futuros torneos encontrarán nuevas maneras de mejorar la organización y presentación de las competencias





- La seguridad seguirá siendo una prioridad.
- Se está considerando para el futuro una política de anti-doping, pero debe poder hacerse cumplir a un costo razonable.
- Para incentivar las relaciones entre los competidores, se realizarán junto con las competencias internacionales más actividades culturales y sociales.
- Continuaremos cultivando las relaciones con los medios de prensa internacionales y los incentivaremos a transmitir los torneos ITF más importantes.

- Las competencias se realizarán en lugares nuevos e interesantes.
- Se ofrecerán más seminarios y talleres de trabajo en general y junto a las competencias.
- El Comité de Desarrollo de Negocios y el Comité de Comunicaciones de la ITF continuarán asistiendo a las organizaciones ITF locales para que utilicen las competencias como herramienta para promocionar nuestro arte.

Nuestra meta principal es mejorar la gran calidad que ya poseen las competencias de Taekwon-Do ITF y poder ganar a nivel internacional una mayor visibilidad en nuestro sistema de torneos ITF.

La ITF posee un gran historial y un excelente sistema de torneos. ¡Creo firmemente que con determinación, paciencia, estrategias apropiadas y los recursos necesarios, nuestro sistema de torneos ITF se ganará el reconocimiento y apoyo que se merece!

En resumen:

- Las competencias de Taekwon-Do ITF nos brindan la oportunidad de viajar a nuevos países y disfrutar de relacionarse con otros competidores de distintas partes del mundo.
- Todos pueden beneficiarse de participar en competencias, también los acompañantes.
- Para los competidores, las competencias son una fuente de motivación a continuar entrenando para poder mejorar. Para los instructores, las competencias son una oportunidad de compartir experiencias y enseñar distintos métodos a otros instructores.
- La participación en las competencias es particularmente beneficiosa para los más jóvenes. Estos pueden aprender a ponerse metas y trabajar para lograrlas. ¡Además participar en competencias es excitante y divertido!
- Para beneficiarse plenamente, debemos aplicar el Do en las competencias y en nuestra vida de todos los días. Esto significa cambiar nuestro comportamiento para estar en armonía con la filosofía del Taekwon-Do.
- El éxito en el Taekwon-Do lleva al éxito en la escuela, en el trabajo y en la vida.
- La organización de competencias y poder encontrar la manera de mejorarlas es una de las maneras e la que la ITF nos enseña el modo de vida del Taekwon-Do.

Como mencioné antes, las competencias son una actividad importante para la ITF y sus organizaciones aliadas. Las operaciones en estas competencias deben reflejar los valores del Taekwon-Do ITF, particularmente la imparcialidad (justicia) y la no violencia. El ganador debe ser siempre el competidor que mejor realizó su performance en la competencia, sin importar su país de origen o el nombre de su instructor. La competencia sana no debe mancharse de violencia gratuita.

Como líder de nuestra organización, estoy orgulloso del espíritu sano que demostraron nuestros participantes en las recientes competencias internacionales. Todos los que

participaron – competidores, entrenadores, jueces, árbitros, acompañantes, y también todos aquellos que sólo fueron a mirar – pueden aprender mucho de estas experiencias.

Creo sinceramente que podemos conseguir estas altas expectativas si aplicamos el Do en todos los aspectos de la competencia. Esto significa que estaremos demostrando que:

El Taekwon-Do es más que un deporte, es un arte marcial y un Modo de vida.

Mejorar la calidad de las competencias ITF es un esfuerzo en equipo, y el equipo de la ITF se ha comprometido en seguir en la dirección correcta (el camino).

Luego de leer este mensaje, en tenderá que la calidad de nuestras competencias es muy importante para los miembros del equipo de la ITF, pero debo decir esta es solo una de las razones por las cuales tantos miembros nuevos se unen a la ITF y tantos que la habían dejado decidieron volver. Estos también están atraídos porque la ITF es una organización bien estructurada con reglas lógicas y bien explícitas las cuales se aplican sin ningún tipo de discriminación o favoritismo. El énfasis en la filosofía del Taekwon-Do – aprendiendo a vivir el modo de vida del Taekwon-Do – e otro aspecto atrayente.

La ITF ha proclamado este año, el 43 de la existencia de la ITF, el Año de la Reunificación. Esta temática fue elegida para poder alentar a las ex miembros a que pueden ver bien a la “nueva” ITF. Creemos que les gustará los que verán y esperamos que consideren unirse a la familia de la ITF.

En conclusión, me gustaría alentar a todos aquellos que estén considerando unirse a la ITF que tomen la decisión ahora y podrán competir en la Tercera Copa del Mundo ha realizarse en Octubre en Riva Del Garda, Italia.



Maestro Trần Trieu Quân
Presidente de la ITF

