Puchar Polski Poomsae - konkurencje i kategorie wiekowe

Indywidualnie	**Dzieci Gr. I** - Chłopcy	8 – 5 Kup	poomsae 1-5	4 – 1 Kup	poomsae 5-8	Poom	poomsae 7 - II	8 lat i młodsi
	Dzieci Gr. I - Dziewczęta	8 – 5 Kup	poomsae 1-5	4 – 1 Kup	poomsae 5-8	Poom	poomsae 7 - II	
	Dzieci Gr. II - Chłopcy	8 – 5 Kup	poomsae 1-5	4 – 1 Kup	poomsae 5-8	Poom	poomsae 7 - II	9 – 10 lat
	Dzieci Gr. II - Dziewczęta	8 – 5 Kup	poomsae 1-5	4 – 1 Kup	poomsae 5-8	Poom	poomsae 7 - II	
	Młodzik - Chłopcy	8 – 5 Kup	poomsae 1-5	4 – 1 Kup	poomsae 5-8	Poom	poomsae 7 - II	11 – 12 lat
	Młodzik - Dziewczęta	8 – 5 Kup	poomsae 1-5	4 – 1 Kup	poomsae 5-8	Poom	poomsae 7 - II	
	Kadet - Chłopcy	8 – 5 Kup	poomsae 1-5	4 – 1 Kup	poomsae 5-8	Poom	poomsae 7 - II	13 – 14 lat
	Kadet - Dziewczęta	8 – 5 Kup	poomsae 1-5	4 – 1 Kup	poomsae 5-8	Poom	poomsae 7 - II	
	Junior - Mężczyźni	8 – 5 Kup	poomsae 1-5	4 – 1 Kup	poomsae 5-8	Poom/Dan	poomsae 7 - IV	15 – 17 lat
	Junior - Kobiety	8 – 5 Kup	poomsae 1-5	4 – 1 Kup	poomsae 5-8	Poom/Dan	poomsae 7 - IV	
	Młodzieżowiec - Mężczyźni	8 – 5 Kup	poomsae 1-5	4 – 1 Kup	poomsae 5-8	Dan	poomsae 7 - IV	18 – 21 lat
	Młodzieżowiec - Kobiety	8 – 5 Kup	poomsae 1-5	4 – 1 Kup	poomsae 5-8	Dan	poomsae 7 - IV	
	Senior Gr. I - Mężczyźni	8 – 5 Kup	poomsae 1-5	4 – 1 Kup	poomsae 5-8	Dan	poomsae 7 - IV	22 – 30 lat
	Senior Gr. I - Kobiety	8 – 5 Kup	poomsae 1-5	4 – 1 Kup	poomsae 5-8	Dan	poomsae 7 - IV	
	Senior Gr. II - Mężczyźni	8 – 5 Kup	poomsae 1-5	4 – 1 Kup	poomsae 5-8	Dan	poomsae 7 - IV	31 – 40 lat
	Senior Gr. II - Kobiety	8 – 5 Kup	poomsae 1-5	4 – 1 Kup	poomsae 5-8	Dan	poomsae 7 - IV	
	Senior Gr. III - Mężczyźni	8 – 5 Kup	poomsae 1-5	4 – 1 Kup	poomsae 5-8	Dan	poomsae 7 - IV	41 – 50 lat
	Senior Gr. III - Kobiety	8 – 5 Kup	poomsae 1-5	4 – 1 Kup	poomsae 5-8	Dan	poomsae 7 - IV	
	Senior Gr. IV - Mężczyźni	8 – 5 Kup	poomsae 1-5	4 – 1 Kup	poomsae 5-8	Dan	poomsae 7 - IV	51 lat i starsi
	Senior Gr. IV - Kobiety	8 – 5 Kup	poomsae 1-5	4 – 1 Kup	poomsae 5-8	Dan	poomsae 7 - IV	
Para Mieszana: Mężczyzna + Kobieta		Stopnie Kup			poomsae 1 - 8	Dan	poomsae 5 - I	10 lat i młodsi
		Stopnie Kup			poomsae 1 - 8	Dan	poomsae 5 - II	11- 14 lat
		Stopnie Kup			poomsae 1 - 8	Dan	poomsae 5 - IV	15 – 30 lat
		Stopnie Kup			poomsae 1 - 8	Dan	poomsae 5 - IV	30 lat i starsi

Drużyna Mężczyzn (3 osoby)	Stopnie Kup	poomsae 1 - 8	Dan	poomsae 5 - I	10 lat i młodsi
	Stopnie Kup	poomsae 1 - 8	Dan	poomsae 5 - II	11- 14 lat
	Stopnie Kup	poomsae 1 - 8	Dan	poomsae 5 - IV	15 – 30 lat
	Stopnie Kup	poomsae 1 - 8	Dan	poomsae 5 - IV	30 lat i starsi
Drużyna Kobiet (3 osoby)	Stopnie Kup	poomsae 1 - 8	Dan	poomsae 5 - I	10 lat i młodsi
	Stopnie Kup	poomsae 1 - 8	Dan	poomsae 5 - II	11- 14 lat
	Stopnie Kup	poomsae 1 - 8	Dan	poomsae 5 - IV	15 – 30 lat
	Stopnie Kup	poomsae 1 - 8	Dan	poomsae 5 - IV	30 lat i starsi