



KEJUARAAN PENCAK SILAT "PSHT CUP 3" CABANG KOTA TANGERANG

**"MEMPERKUAT IKATAN PERSAUDARAAN YANG
SEMAKIN PRODUKTIF DAN MENSEJAHTERAKAN"**

Memperebutkan:

- Piala Bergilir
- Piala Umum
- Hadiah Jutaan Rupiah

2024

23-24 NOV



Informasi dan pendaftaran

Andreas -085887821922

Mustofa -089519115874

SPONSOR BY:



GOR NAMBO

JL. Komp. Pd. Arum, RT.005/RW.008,
Nambo Jaya, Kec. Periuk, Kota Tangerang



dispora
beraksi



KEJUARAAN PENCAK SILAT PSHT CUP 2024
SE-CABANG KOTA TANGERANG

PSHT CUP

3

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami ucapkan kehadiran Allah S.W.T yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan Proposal **KEJUARAAN PENCAK SILAT “ PSHT CUP 3 ” CABANG KOTA TANGERANG** . Proposal ini kami buat untuk dipersetujui terlaksananya acara Kejuaraan Pencak Silat Antar Ranting se-Cabang Kota Tangerang

Pada kesempatan ini kami ucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu proses pelaksanaan kegiatan ini. Semoga kegiatan ini dapat berjalan dengan lancar dan sukses sesuai dengan yang diharapkan. Dengan pelaksanaan pertandingan antar Ranting harapannya bisa menjaring bibit-bibit atlet muda yang bisa membawa nama baik organisasi dan meregenerasi atlet.

Tangerang, 17 Agustus 2024

Hormat Kami,

(Ketua Panitia)



KEJUARAAN PENCAK SILAT PSHT CUP 2024
SE-CABANG KOTA TANGERANG

PSHT CUP

3

A. Pendahuluan

Pencak Silat sebagai bagian dari budaya bangsa Indonesia berkembang sejalan dengan sejarah masyarakat Indonesia. Dengan keanekaragaman kondisi geografis dan etnologis serta perkembangan zaman yang dialami oleh bangsa Indonesia, Kini Pencak Silat kita kenal dengan wujud dan corak yang beranekaragam, namun mempunyai aspek yang sama.

Pencak Silat merupakan unsur-unsur kepribadian bangsa Indonesia yang dimiliki dari hasil budi dan daya yang secara turun-temurun. Generasi muda yang aktif dan kreatif mampu memenuhi kebutuhan zaman, tidak hanya bergerak pada bidang yang bersifat intelektual, tetapi juga pada penggalian potensi minat bakat dalam kegiatan ekstrakurikuler.

Demi melestarikan dan menjaga budaya bangsa khususnya pada olahraga beladiri tradisional pencak silat, yang dewasa ini telah populer hingga kalangan masyarakat dunia. Hal ini terwujud pada saat pelaksanaan kejuaraan dunia (Asian Games, Sea Games, dll) yang telah diikuti oleh Negara yang berasal dari belahan dunia.

Dengan keinginan dan keyakinan yang kuat, kami Panitia Pelaksana akan mengadakan **KEJUARAAN PENCAK SILAT “ PSHT CUP 3 ” CABANG KOTA TANGERANG** Dengan tujuan mempererat tali persaudaraan antar anggota Setia Hati Terate. Harapan kami pada kegiatan ini akan muncul atlet-atlet pencak silat khususnya Persaudaraan Setia Hati Terate yang berpotensi dan berkualitas dengan tetap menjunjung tinggi jiwa nasionalisme pada budaya dan selalu menjaga sportivitas.

PERSAUDARAAN SETIA HATI TERATE

CABANG KOTA TANGERANG



**KEJUARAAN PENCAK SILAT PSHT CUP 2024
SE-CABANG KOTA TANGERANG**

PSHT CUP

3

B. Tujuan dan Sasaran

Tujuan kegiatan lomba pencak silat :

1. Untuk melastarian pencak silat sebagai kesenian bela diri dan budaya asli Bangsa Indonesia.
2. Untuk menjalin silaturahmi antar pesilat khususnya di PSHT SE CABANG KOTA TANGERANG.
3. Menjaring atlit-atlit berprestasi yang siap untuk berkompetisi di Tingkat daerah maupun nasional

Sasaran :

1. Atlit pencak silat PSHT SE CABANG KOTA TANGERANG.
2. Untuk menciptakan atlet pencak silat yang berprestasi di Ranting masing-masing khususnya di PSHT CABANG KOTA TANGERANG.

C. Nama & Tema

Nama : **KEJUARAAN PENCAK SILAT “ PSHT CUP 3 ” CABANG KOTA TANGERANG**

Tema : **“ MEMPERKUAT IKATAN PERSAUDARAAN YANG SEMAKIN PRODUKTIF
& MENSEJAHTERAKAN “**

PERSAUDARAAN SETIA HATI TERATE

CABANG KOTA TANGERANG



KEJUARAAN PENCAK SILAT PSHT CUP 2024
SE-CABANG KOTA TANGERANG

PSHT CUP

3

D. Dasar Penyelenggaraan

1. Anggaran Dasar Persaudaraan Setia Hati Terate
2. Program Kerja Bidang Prestasi PSHT Cabang Kota Tangerang.
3. Hasil Keputusan Rapat Team Prestasi PSHT Cabang Kota Tangerang.

E. Waktu & Tempat Pelaksanaan



Sabtu - Minggu

Tanggal 23-24 November 2024



GOR NAMBO

JL. Komp. Pd. Arum, RT.005/RW.008,
Nambo Jaya, Kec. Periuk, Kota Tangerang

F. Bentuk Kegiatan & Yang dipertandingkan

Kegiatan ini berbentuk Kejuaraan Pemasalan dan Prestasi dengan kategori :

1. **Usia Dini 1** (<5th - 9th) = (Tanding Pemasalan & Tunggal Tangan Kosong)
2. **Usia Dini 2** (9th - 12th) = (Tanding Semi Prestasi & Tunggal Tangan Kosong)
3. **Pra Remaja** (12th -14th) = (Tanding, Tunggal Full)
4. **Remaja** (14th -17th) = (Tanding, Tunggal Full)
5. **Dewasa** (17th -35th) = (Tanding, Tunggal Full)
6. **Ganda & Beregu**



dispora
beraksi



KEJUARAAN PENCAK SILAT PSHT CUP 2024
SE-CABANG KOTA TANGERANG

PSHT CUP

3

Kategori Tanding Usia Dini 1 & 2

NO	PUTRA	BERAT BADAN	PUTRI
1.	UNDER Kelas A	<18 Kg	UNDER Kelas A
2.	A	18-20 Kg	A
3.	B	>20-22 Kg	B
4.	C	>22-24 Kg	C
5.	D	>24-26 Kg	D
6.	E	>26-28 Kg	E
7.	F	>28-30 Kg	F
8.	G	>30-32 Kg	G
9.	H	>32-34 Kg	H
10.	I	>34-36 Kg	I
11.	J	>36-38 Kg	J
12.	K	>38-40 Kg	K
13.	L	>40-42 Kg	L
14.	M	>42-44 Kg	M
15.	N	>44-46 Kg	N
16.	BEBAS	46 Kg >	BEBAS
PUTRA		PUTRI	
TUNGGAL BAKU		TUNGGAL BAKU	
TANGAN KOSONG		TANGAN KOSONG	

PERSAUDARAAN SETIA HATI TERATE

CABANG KOTA TANGERANG



dispora
beraksi



KEJUARAAN PENCAK SILAT PSHT CUP 2024
SE-CABANG KOTA TANGERANG

PSHT CUP

3

Kategori Tanding Pra Remaja

NO	PUTRA	BERAT BADAN	PUTRI
1.	A	28-31 Kg	A
2.	B	31-34 Kg	B
3.	C	34-37 Kg	C
4.	D	37-40Kg	D
5.	E	40-43 Kg	E
6.	F	43-46 Kg	F
7.	G	46-49 Kg	G
8.	H	49-52 Kg	H
9.	I	52-55 Kg	I
10.	J	55-58 Kg	J
11.	K	58-61 Kg	K
12.	L	61-64 Kg	L
13.	M	64-67 Kg	M
14.	N	67-70 Kg	N
15.	O	70-73 Kg	O
16.	BEBAS	73 Kg >	BEBAS
PUTRA		PUTRI	
TUNGGAL BAKU		TUNGGAL BAKU	
FULL		FULL	

PERSAUDARAAN SETIA HATI TERATE

CABANG KOTA TANGERANG



dispora
beraksi



KEJUARAAN PENCAK SILAT PSHT CUP 2024
SE-CABANG KOTA TANGERANG

PSHT CUP

3

Kategori Tanding Remaja

NO	PUTRA	BERAT BADAN	PUTRI
1.	A	39-43 Kg	A
2.	B	>43-47 Kg	B
3.	C	>47-51 Kg	C
4.	D	>51-55 Kg	D
5.	E	>55-59 Kg	E
6.	F	>59-63 Kg	F
7.	G	>63-67 Kg	G
8.	H	>67-71 Kg	H
9.	I	>71-75 Kg	I
10.	J	>75-79 Kg	J
11.	BEBAS	79Kg >	BEBAS
PUTRA		PUTRI	
TUNGGAL BAKU		TUNGGALBAKU	
FULL		FULL	

PERSAUDARAAN SETIA HATI TERATE

CABANG KOTA TANGERANG



dispora
beraksi



KEJUARAAN PENCAK SILAT PSHT CUP 2024
SE-CABANG KOTA TANGERANG

PSHT CUP

3

Kategori Tanding Dewasa

PUTRA	BERAT	PUTRI
A	45 kg s/d 50 kg	A
B	50 kg s/d 55 kg.	B
C	55 kg s/d 60 kg.	C
D	61 kg s/d 65 kg	D
E	65 kg s/d 70 kg	E
F	70 kg s/d 75 kg	F
G	75 kg s/d 80kg	G
H	80 kg s/d 85 kg.	H
I	85 kg s/d 90 kg	I
Kelas Bebas	90 kg s/d keatas	Kelas Bebas
PUTRA	PUTRI	
TUNGGAL BAKU	TUNGGALBAKU	
FULL	FULL	

PERSAUDARAAN SETIA HATI TERATE

CABANG KOTA TANGERANG



KEJUARAAN PENCAK SILAT PSHT CUP 2024
SE-CABANG KOTA TANGERANG

PSHT CUP

3

G. Persyaratan Peserta

1. Peserta adalah Pesilat yang dikirim oleh Perwakilan seluruh Ranting PSHT Cab. Kota Tangerang
2. Mengisi Data Peserta Formulir bisa di download pada GOOGLE DRIVE (*Info Link Via Group Watsapp Official*) Kemudian kirimkan ke email (pshtcuptangerang@gmail.com)
3. Fc Akte/KK Peserta untuk NIK pendaftaran BPJS
4. Surat Pernyataan Izin Orang Tua, Biodata Atlit.
5. Menyiapkan foto berwarna ukuran 3x4 cm sebanyak 2 lembar (Tempel sendiri di kartu peserta).
6. Surat Keterangan Sehat dari Dokter
7. Membayar biaya administrasi pendaftaran : **RP. 150.000** untuk kategori Tanding & Tunggal , Terkecuali Untuk Kategori Ganda & Beregu ; **RP. 250.000**
8. Panitia Berhak untuk **MENDISKUALIFIKASI** peserta yang dianggap tidak memenuhi persyaratan / memalsukan dokumen persyaratan.

H. Komite & Peraturan Pertandingan

1. Komite Pertandingan (Delegasi Teknik, Ketua Pertandingan, Dewan Wasit-Juri, dan Wasit Juri) adalah tenaga teknis yang ditugaskan oleh Lembaga wasit juri IPSI Kota Tangerang.
2. Peraturan kejuaraan pencak silat “ **PSHT CUP 3**” cabang kota Tangerang mengacu pada peraturan Pertandingan Pencak Silat Munas IPSI 2022 hasil Revisi.

PERSAUDARAAN SETIA HATI TERATE

CABANG KOTA TANGERANG



dispora
beraksi



KEJUARAAN PENCAK SILAT PSHT CUP 2024
SE-CABANG KOTA TANGERANG

PSHT CUP

3

I. Alur Pendaftaran

1. Pendaftaran dimulai **sejak 15 September sampai 15 November 2024**.
2. Tidak Menerima Pendaftaran setelah tanggal **15 November 2024**.
3. Peserta Wajib mengirimkan data sesuai dengan Form yang diterbitkan oleh panitia
4. Pendaftaran melalui Contact Person :

Andreas - 085887821922 & Mustofa - 089519115874

5. Pembayaran Pendaftaran (Wajib Menginformasikan Bukti Pembayaran :

Atm (?)

No Reg (?)

Atas Nama (?)

MAS SADIYANTO
0813-1931-5180

Kategori Tanding & Tunggal = Rp 150.000

Kategori Ganda & Beregu = Rp 250.000

6. Tahnical Meeting :

Hari / Tanggal = Minggu , 17 November 2024

Waktu = 10.00 WIB – Sampai selesai

Lokasi = GOR NAMBO

PERSAUDARAAN SETIA HATI TERATE

CABANG KOTA TANGERANG



PSHT CUP

3

J. Ketentuan Pertandingan

1. Sistem Pertandingan

a. USIA DINI

- Untuk kategori **Tanding USIA DINI 1** (Usia <5-9 th) menggunakan system pemasangan dengan 2 bagan (Final) pertandingan selama 1,5 menit.
- Untuk kategori **Tanding USIA DINI 2** (Usia 9-12 th) menggunakan system semi prestasi dengan 4 bagan (Final) pertandingan selama 1,5 menit.
- Untuk kategori **Tunggal USIA DINI** menampilkan Jurus Tunggal tangan kosong dengan waktu 1 menit 30 detik dengan sistem pemasangan.

b. USIA PRA REMAJA , REMAJA , DEWASA

- Untuk kategori **Tanding USIA PRA REMAJA , REMAJA , DEWASA** menggunakan sistem Prestasi 6 bagan .
- Untuk kategori **Tunggal USIA PRA REMAJA , REMAJA , DEWASA** menampilkan Jurus Tunggal Lengkap dengan waktu 3 (tiga) menit.

c. GANDA & BEREKU

- Untuk kategori **GANDA & BEREKU** menampilkan Seni Gerak Silat dengan waktu 3 (tiga) menit.

2. Perlengkapan Pertandingan

- a. Panitia menyediakan *body protector* dan tidak menyediakan pelindung kemaluan bagi peserta (Putra-Putri).
- b. Pesilat yang bertanding wajib menggunakan pelindung kemaluan.



PSHT CUP

3

- c. Pendamping Pesilat maks. 2 (Dua) orang(pesilat putri didampingi oleh satu pendamping /official putri)
- d. Pakaian pada saat pertandingan menggunakan pakaian Perguruan (bagi pemasalan) dan pakaian standar IPSI – kategori tunggal baku.
- e. Untuk *official* yang mendampingi memakai seragam silat warna hitam lengkap dengan sabuk berwarna *orange* sopan dan rapi.

K. Protes

Apabila ingin mengajukan protes dari suatu pertandingan, maka protes harus diajukan kepada ketua pertandingan dengan ketentuan-ketentuan sebagai berikut :

1. Pada prinsipnya keputusan wasit juri yang telah disahkan Ketua Pertandingan adalah mutlak.
2. Namun demikian, protes pesilat/*team manager* masih dapat diterima, dengan disampaikan secara lisan terlebih dahulu, kemudian mengisi formulir protes dan diserahkan kepada ketua pertandingan selambat-lambatnya 10 menit setelah pertandingan yang bersangkutan selesai, dengan membayar uang protes (Rp. 1.000.000,-) untuk setiap protes.
3. Protes yang dilaksanakan dengan tidak menghiraukan sopan santun (mengancam wasit/juri ,panitia, *officiall*, dan pesilat lain) melakukan kegiatan pengrusakan atau tindakan yang dapat merusak suasana kerukunan akan dikenakan hukuman atau sanksi berupa :
 - a. Teguran
 - b. Peringatan keras
 - c. Digugurkan haknya dalam pertandingan/dinyatakan kalah
 - d. Kontingen didiskualifikasi untuk seluruh pertandingan
 - e. Diskors.



KEJUARAAN PENCAK SILAT PSHT CUP 2024
SE-CABANG KOTA TANGERANG

PSHT CUP

3

PERATURAN & ALUR PERTANDINGAN MENGIKUTI STANDAR PROTOKOL KESEHATAN

Seluruh peserta dan official menaati peraturan dan alur pertandingan yaitu :

1. Peserta dan official wajib mematuhi protokol kesehatan dan kebersihan pada saat memasuki area GOR NAMBO Kota Tangerang
2. Atlit Room disediakan khusus pesilat secara terpisah
3. Supporter/Pendukung dan keluarga pesilat disediakan tempat ditribun

L. Hadiah

1. Setiap pemenang yang berhasil Meraih Juara pada Kejuaraan Pencak Silat “ PSHT CUP 3 ” akan mendapatkan Medali dan Piagam / Sertifikat.
2. Piala/Throphy Juara Umum I, II, dan III ditentukan oleh perolehan Medali Emas terbanyak per kategori (Usia Dini, Pra Remaja , Remaja & Dewasa).
3. Uang pembinaan juara umum & Pesilat Terbaik

M. Susunan Panitia Pelaksana (Terlampir)

M. Lembar Pengesahan (Terlampir)

N. Penutup

O. Lampiran Surat Pernyataan Orang Tua

P. Lampiran Surat Dispensasi

Q. Lampiran Kebutuhan Dana (Internal Panitia)

R. Lampiran Sponsorship (Internal Panitia)

PERSAUDARAAN SETIA HATI TERATE

CABANG KOTA TANGERANG



**KEJUARAAN PENCAK SILAT PSHT CUP 2024
SE-CABANG KOTA TANGERANG**

PSHT CUP

3

SUSUNAN PANITIA

KEJUARAAN PENCAK SILAT “ PSHT CUP 3 “ CABANG KOTA TANGERANG

Penasehat	: Mas Amir Budi Laksono & Seluruh Warga Tingkat II Cab. Kota Tangerang
Penanggung Jawab	: Mas Sarju Saputro (Ketua Cabang PSHT Kota Tangerang)
Ketua	: Mas Samsudin (Waki Ketua 2 PSHT Kota Tangerang)
Wakil Ketua 1	: Mas Sriyono
Wakil Ketua 2	: Mas Waris
Wakil Ketua 3	: Mas Sriyanto (Ketua PSHT Ranting Priuk)
Sekretaris	: Mas Haryono , Sumilan , Mustofa
Bendahara	: Mas Sadiyanto , Kasmiati
Bidang Pertandingan	: Aris Setiawan , Heru
Sie. Acara	: Dody Sutarno , Sutopo ,
Sie. Konsumsi	: Anik Mulyanik & Srikandi Priuk
Sie. Pendaftaran & IT	: Andreas , Alvi
Sie. Dukumentasi	: Hadi
Sie. Perlengkapan	: Puryanto , Heriyanto & Seluruh Warga Priuk
Sie. Keamanan	: PAMSUS PSHT Cab. Kota Tangerang , Fandi (Polri) , Margana (TNI)
Sie. Perijinan & Humas	: Eko Bambang Rahmono , Yustinus

Aparat Pertandingan

Technical Delegate / KP / Dewan WJ / Wasit – Juri	: Dari Lembaga Wasit – Juri Pengcab IPSI Kota Tangerang
Kesehatan	: Tim medis (2 orang)
Team IT Support	: 4 Orang
Announcer	: Delagasi Ranting (2 Orang)
Timer	: Delagasi Ranting (2 Orang)
Atlit Room	: Delagasi Ranting (2 Orang)
Ceker	: Delagasi Ranting (2 Orang)

PERSAUDARAAN SETIA HATI TERATE

CABANG KOTA TANGERANG



dispora
beraksi



KEJUARAAN PENCAK SILAT PSHT CUP 2024
SE-CABANG KOTA TANGERANG

PSHT CUP

3

LEMBAR PENGESAHAN

KEJUARAAN PENCAK SILAT “ PSHT CUP 3 “ CABANG KOTA TANGERANG

Hormat kami,
Panitia Pelaksana Kejuaraan
PSHT CUP 3

Ketua

(Samsudin)

Sekretaris

(Mustofa)

Mengetahui,
Ketua Cabang PSHT Kota Tangerang

(Sarju Saputro)



KEJUARAAN PENCAK SILAT PSHT CUP 2024
SE-CABANG KOTA TANGERANG

PSHT CUP

3

O. Penutup

Demikian Proposal ini kami susun dan sampaikan, dengan harapan semua pihak para pemangku kepentingan dapat berpartisipasi untuk mensukseskan kejuaraan “ PSHT CUP 3 “suksesnya penyelenggaraan Kejuaraan Pencak Silat ini, tidak akan terlepas dari dukungan semua pihak, terutama peran aktif, dukungan moril ataupun materil dan kesungguhan untuk melestarikan nilai-nilai luhurbudaya Bangsa Indonesia pada umumnya dan khususnya Pencak Silat.

Semoga kegiatan ini dapat berjalan dengan lancar sesuai dengan yang diharapkan, serta bermanfaat bagi kita semua.

Tangerang, 17 Agustus 2024

Panitia Pelaksana

**KEJUARAAN “ PSHT CUP 3 “
CABANG KOTA TANGERANG**

Ketua

Sekretaris

(Samsudin)



(Mustofa)



KEJUARAAN PENCAK SILAT PSHT CUP 2024
SE-CABANG KOTA TANGERANG

PSHT CUP

3

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN DAN IZIN ORANG TUA

Saya yang bertanda tangan dibawah ini orang tua / wali :

Nama :

Tempat/Tgl Lahir :

Pekerjaan :

Alamat :

Adalah benar orang tua wali dari :

Nama :

Tempat/Tgl Lahir :

Alamat :

Sekolah / Pekerjaan :

Asal Ranting :

Dengan ini saya menyetujui dan mengizinkan kepada putra/putri kami untuk mengikuti kegiatan KEJUARAAN PENCAK SILAT “**PSHT CUP 3** ” CABANG KOTA TANGERANG sebagai peserta. Jika nanti terjadi sesuatu hal yang tidak diinginkan dalam kejuaraan tersebut, maka saya tidak akan menuntut kepada penyelenggara, dan akan kami selesaikan secara kekeluargaan. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Peserta

Orang Tua/ Wali

MATERAI
10000

(.....)

(.....)



KEJUARAAN PENCAK SILAT PSHT CUP 2024
SE-CABANG KOTA TANGERANG

PSHT CUP

3

Nomor : 01/PANPEL PSHTCUP/III/2024

Tangerang, Agustus 2024

Lampiran : -

Perihal : Permohonan Izin / Dispensasi

Kepada Yth.

Bapak / Ibu

Di Tempat

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Dengan hormat,

Kami selaku panitia memohon izin/ dispensasi atas nama di bawah ini :

Nama :

Instansi/ Sekolah :

Jabatan/ Kelas :

Sebagai : PANITIA / PESERTA

Pada Acara KEJUARAAN PENCAK SILAT "PSHT CUP 3 " CABANG KOTA TANGERANG pada :

Hari : Sabtu – Minggu

Tanggal : 23 sd 24 November 2024

Waktu : Pukul 08.00 WIB s.d. Selesai

Tempat : GOR Nambo Tangerang

Demikianlah Permohonan Izin dispensasi ini kami buat, dengan harapan semoga maksud dan tujuan kami mendapatkan dukungan dari Bapak/Ibu. Atas perhatian dan kebijakan dari Bapak/Ibu kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Panitia Pelaksana
KEJUARAAN PENCAK SILAT " PSHT CUP 3 "
CABANG KOTA TANGERANG

Ketua

Sekretaris

(Samsudin)


(Mustofa)

PERSAUDARAAN SETIA HATI TERATE
CABANG KOTA TANGERANG



KEJUARAAN PENCAK SILAT PSHT CUP 2024
SE-CABANG KOTA TANGERANG

PSHT CUP

3

SPONSOR / DONATURSHIP

KEJUARAAN PENCAK SILAT “ PSHT CUP 3 “ CABANG KOTA TANGERANG

NO	NAMA DONATUR	JUMLAH	NO. HP	PARAF DONATUR	PARAF & NAMA PENERIMA
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					

PERSAUDARAAN SETIA HATI TERATE

CABANG KOTA TANGERANG