



**FINALE RÉGIONALE DES JEUX DU QUÉBEC 2015  
RÉGION DE LA CAPITALE-NATIONALE ET DE CHAUDIÈRE-APPALACHES**

**Attention :** Superviseurs, directeurs techniques, entraîneurs, athlètes, parents et amis.

**Vous êtes cordialement invités à participer à la compétition de la finale régionale des Jeux du Québec 2015**

Cette invitation s'adresse à tous les athlètes de taekwondo des régions de la Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches.

<b><u>Date :</u></b>	Samedi le 31 janvier 2015
<b><u>Date limite pour l'inscription en ligne :</u></b>	Mardi le 27 janvier 2015
<b><u>Date limite pour la réception des documents :</u></b>	Jeudi le 29 janvier 2015
<b><u>Admission des spectateurs :</u></b>	gratuit
<b><u>Lieu :</u></b>	Centre communautaire Lucien-Borne 790, Salaberry (Coin Chemin Ste-Foy) Québec (Québec) (Stationnement sur côte Sherbrooke)

**N.B : Les espaces de stationnement sont limités. Nous vous suggérons d'encourager les parents et entraîneurs à faire du covoiturage et lorsque c'est possible à prendre le transport en commun.**

**Information :** Paul Germain 418-691-2324  
Élise Paradis 418-569-5482

**Inscription :** \$25 (combat)

Un seul chèque ou mandat-poste payable à : Club de taekwondo de la Capitale

Adresse de retour : Club de taekwondo de la Capitale  
Finale régionale Jeux du Québec / inscription  
790, rue Salaberry  
Québec, Québec G1R 5E3



En collaboration avec



## **COMBAT :**

**Deux tournois sont prévus à l'horaire de la journée :**

### **1-La finale régionale des Jeux du Québec**

- Seul les athlètes ceintures vertes à bleues II - catégorie U13 sont admissibles à cette finale.
- Les médaillés d'or de chacune des 5 catégories de poids identifiées par la Fédération québécoise auront la possibilité de représenter leur région aux Jeux du Québec 2013.

**N. B : Dans les catégories de poids où il n'y aura aucun athlète ceinture verte ou bleu de la catégorie U13, nous ouvrirons une finale avec des athlètes de la catégorie U11 s'il y en a.**

**Les athlètes qui s'inscrivent à la finale régionale des Jeux du Québec peuvent aussi s'inscrire à la compétition régulière inter-régionale sans frais supplémentaires.**

### **2-La compétition régulière inter-régionale**

- Pour tous les jeunes athlètes, catégories U7 à U17, ceintures jaunes à rouges, et ceintures noires (poom A, B, C)

**N.B : Pour les deux tournois, il y aura des combats pour déterminer la 3<sup>ème</sup> place (médaillon de bronze).**

### **Pour vous inscrire :**

Vous devez obligatoirement vous inscrire via le site web de la Fédération québécoise de taekwondo ([www.taekwondo-quebec.ca](http://www.taekwondo-quebec.ca)).

Vous devez ensuite nous faire parvenir par courrier tous les formulaires d'inscription dûment remplis et signés avec le sommaire des inscriptions et le paiement complet par chèque ou mandat poste.

La date limite pour les inscriptions en ligne est le 27 janvier 2015 à 23h59 et la date limite pour recevoir les documents par la poste est le jeudi 29 janvier 2015.



En collaboration avec



## Déroulement de la compétition et règlements

Âge	Ceinture	Pesée	Division	Combats
U7 et U9	Jaune à Rouge II	8h15	8h45	<b>9h00</b>
U11	Jaune à Rouge II	9h30	10h	À la suite
U13	Jaune, à Rouge II	10h45	11h15	À la suite
U15	Jaune à Rouge II	12h	12h15	À la suite
U17	Jaune à Rouge II	12h30	12h45	À la suite
POOM	Noire	13h15	13h45	À la suite

**Notez que l'horaire pourrait être modifié selon le déroulement de la compétition.**

**Les règlements de la Fédération québécoise de taekwondo du Québec s'appliquent, les protections suivantes sont obligatoires :**

- Le dobuk complet avec la ceinture de couleur reconnue par la FQT (jaune, vert, bleu, rouge et noire).
- Le casque blanc ou de couleur assortie à celle du plastron.
- Le protège buccal (transparent ou blanc) obligatoire à partir de U13 (pour les couleurs) et pour tous les POOM.
- Le plastron réversible (bleu ou rouge) de grandeur appropriée et du modèle couvrant les épaules et le dos du participant.
- Les protège avant-bras, sous le dobuk. Les protecteurs en coton sont permis pour les groupes d'âge U7 à U11 SEULEMENT.
- Les gants de protection (blanc ou de couleur assortis au plastron) pour tous les POOM. Les gants ITF ou style boxe ne sont pas permis.
- La coquille, sous le dobuk (autant pour les garçons que pour les filles).
- Les protège tibias, sous le dobuk. Les protecteurs en coton sont permis pour les groupes d'âge U7 à U11 SEULEMENT.
- Les protège pieds couvrant le dessus du pied sont obligatoires pour les ceintures de couleurs, POOM B et C, mais optionnels pour les POOM A. Les chaussons sont permis. Les protèges pieds ITF ne sont pas permis. Les protecteurs en coton sont permis pour les groupes d'âge U7 à U11 SEULEMENT.
- Le port du hijab sportif est désormais toléré sous le casque et le dobuk.

**Aucun contact au visage pour tous.**

### Durée de combats

Division	Ronde	Temps	Repos
U7 - U9	2	1 minute	30 secondes
U11-U13 Poom C	2	1 minute 30	45 secondes
U15-U17 Poom A-B	2	2 minutes	1 minute



En collaboration avec



**Horaire pour la finale Jeux du Québec Catégories officielles**

Âge	Ceinture	Pesée	Division	Combats
U13	Verte et bleue	8h15	8h45	<b>9h00</b>

**Ceintures vertes à bleues II**
**Années de naissance:  
2002-2003**
**Surclassement**

Aucun surclassement de poids ne sera accepté.  
S'il y a absence dans une catégorie de poids, le surclassement d'âge sera accepté.  
(U11 seulement).

Hommes		Femmes	
U13		U13	
+ de	- de	+ de	- de
	34		32
34	38	32	36
38	42	36	40
42	48	40	44
48	52	44	48

**N. B :** Dans les catégories de poids où il n'y aura aucun athlète ceinture verte ou bleu de la catégorie U13, nous ouvrirons une finale avec des athlètes de la catégorie U11 s'il y en a.

**Durée de combats**

Division	Ronde	Temps	Repos
U13	3	1 minute 30	45 secondes

**Un plateau sera réservé au déroulement de cette finale.**

**Spécification importante au sujet des formulaires :** Les athlètes U13, ceintures vertes et bleues ont la possibilité de participer à cette finale régionale officielle de Jeux du Québec et au tournoi inter-régional. Ils peuvent choisir de participer à seulement un des deux tournois ou aux deux. L'entraîneur doit donc porter une attention particulière au formulaire choisi. Le jeune qui souhaite participer à la finale régionale officielle des Jeux du Québec seulement complètera le formulaire à la page 5 avec attention, le jeune qui souhaite participer uniquement au tournoi inter-régional devra compléter le formulaire p.6, et celui qui tient à faire les deux tournois doit remplir les deux formulaires.

**Fiche d'inscription**  
**Finale régionale des Jeux du Québec/ CATÉGORIE OFFICIELLE**  
**(ceinture verte à bleue II - U13) (25\$)**

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_ Sexe : M F

Date de naissance : \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ # Affiliation FQT : \_\_\_\_\_  
 aaaa mm jj

Nom du Dojang : \_\_\_\_\_ # du Dojang : \_\_\_\_\_

Nom de l'entraîneur : \_\_\_\_\_

Région : Capitale.-Nationale  Chaudière-Appalaches.

Nom du parent : \_\_\_\_\_ adresse courriel : \_\_\_\_\_

Adresse complète : \_\_\_\_\_

Téléphone : maison : \_\_\_\_\_ travail : \_\_\_\_\_ cellulaire : \_\_\_\_\_

**Division de ceinture:**

**Groupe d'âge**

Division 3 \_\_\_\_\_ (6<sup>ème</sup> et 5<sup>ème</sup> keup)  
 (verte)

Année de naissance Groupe d'âge  
 2002-2003 U13 \_\_\_\_\_

Division 2 \_\_\_\_\_ (4<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> keup)  
 (bleue)

Poids en kg : \_\_\_\_\_

**Catégorie de poids**

U13 FÉM. -KG					U13 MASC. -KG				
32	36	40	44	48	34	38	42	48	52

Est-ce que le participant inscrit a une ou plusieurs des allergies suivantes: graines de sésame, lait, protéines bovines, œufs, poissons, crustacé et mollusques, soja, blé, sulfite et graine de moutarde? Indiquez la ou lesquelles?

Je, soussigné, soumets mon inscription pour le présent championnat de Taekwondo, j'assume volontairement tous les risques qui seraient en relation avec ma participation lors de cette compétition. De plus, je dégage toute personne associée de près ou de loin, à cette organisation.

Signature du parent : \_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_

**N.B. Si des informations pertinentes sont manquantes, votre inscription sera rejetée.**



En collaboration avec





**Enregistrement des entraîneurs, accompagnateurs et des arbitres de votre club  
pour cette compétition**

**Les entraîneurs attitrés respectivement pour vos athlètes :**

**1 entraîneur pour 5 athlètes**

<b>Entraîneurs</b>	<b>Grade</b>	<b>Numéro de téléphone</b>

**Il y aura 2 cartes d'accompagnateurs par club.**

<b>Accompnateurs</b>	<b>Grade</b>	<b>Numéro de téléphone</b>

**Chaque club a le devoir de fournir au minimum un arbitre.**

Vous pouvez contacter Luc Champagne : luc.champagnetkd@hotmail.ca

Entraîneur en chef : \_\_\_\_\_

Numéro de téléphone : \_\_\_\_\_

Nom du club : \_\_\_\_\_



En collaboration avec



**Compilation des inscriptions de votre club**

Nom du club : \_\_\_\_\_

Nom de l'entraîneur : \_\_\_\_\_

Numéro de téléphone : \_\_\_\_\_

Nombre d'élèves

_____ athlètes * 25.00\$ (combat) = _____
---

**Total :** \_\_\_\_\_ athlètes

**Montant total :** \_\_\_\_\_ \$

**Adresse de retour :** Club taekwondo de la Capitale  
790, Salaberry  
Québec (Québec) G1R 5E3



En collaboration avec

