



Club de taekwondo de Cap-Rouge et Saint-Augustin

Le Club de taekwondo CRSA invite tous les athlètes, parents et amis des clubs de la région de Québec et de Chaudière-Appalaches, à une compétition régionale au Collège St-Augustin.

La compétition est ouverte à tous les athlètes de la ceinture jaune à la ceinture rouge II, enfants, juniors, seniors et adultes. Les ceintures noire poom A, B et C ainsi que les seniors, catégorie participation sont également invitées à démontrer leurs capacités lors de cette compétition amicale.

Pour cette compétition, 300 athlètes seront acceptés en préinscription.

Les installations du Collège fournissent vestiaires et restauration rapide.

Nous souhaitons à tous de passer une bonne journée et une excellente compétition.



Club de taekwondo de Cap-Rouge et Saint-Augustin

Championnat régional de taekwondo olympique CRSA 2010

Cette invitation s'adresse à tous les taekwondoïstes des régions de Québec et de Chaudière-Appalaches.

<u>Date :</u>	Samedi le 13 novembre 2010
<u>Date limite pour l'inscription en ligne:</u>	Lundi le 8 novembre 2010, à 23h59
<u>Date limite pour la réception des documents :</u>	Jeudi le 11 novembre 2010
<u>Admission des spectateurs :</u>	5,00 \$ (12 ans et plus)
<u>Lieu :</u>	Collège St-Augustin 4950, Lionel-Groulx St-Augustin de Desmaures, Qc G3A 1V2 (Voir carte jointe)
<u>Information :</u>	Guy Beauchemin (418-878-5377) Martin Montes (418-529-4203)
<u>Inscriptions :</u>	Coût de 25,00\$ (Pour tous).
<u>Chèque ou mandat-poste payable à :</u>	Club de TKD CRSA
<u>Adresse de retour :</u>	Club de taekwondo de Cap-Rouge et Saint-Augustin, Att.: M. Guy Beauchemin / Inscription C.P. 75360 Succursale Cap-Rouge (Québec) G1Y 3C8

Pour vous inscrire

Vous devez obligatoirement vous inscrire via le site web de l'ARTCN (www.artcn.ca).

Pour ce faire, vous devez obtenir un code d'utilisateur et un mot de passe auprès de l'ARTCN en écrivant à president@artcn.ca en spécifiant pour quel club vous faites cette demande.

Lorsque vous avez obtenu votre code d'utilisateur et votre mot de passe, vous pouvez accéder au formulaire d'inscription dont le lien se trouve sur la page d'accueil du site de l'ARTCN et y inscrire vos athlètes, entraîneurs et accompagnateurs.

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 8 novembre 2010 à 23h59 et la date limite pour recevoir les documents par la poste est le jeudi 11 novembre 2010.

Déroulement de la compétition et Règlements

AGE	CEINTURE	PESÉE	DIVISION	COMBATS
U7, U9	Jaune à Rouge barre noire	8h15	8h45	9h00
U11	Jaune à Rouge barre noire	9h15	9h45	À la suite
U13	Jaune à Rouge barre noire	10h15	10h45	À la suite
U15	Jaune à Rouge barre noire	11h15	11h45	À la suite
U17	Jaune à Rouge barre noire	12h15	12h45	À la suite
Senior	Jaune à Rouge barre noire	13h15	13h45	À la suite
Poom et Dan	Noire	14h15	14h45	À la suite

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

Il est à noter que, selon les règlements de la Fédération québécoise de taekwondo, les protections suivantes sont obligatoires :

1. Équipements de base (casque, protège avants-bras, protège tibias et pieds, plastron (bleu et rouge));
2. Protecteur buccal;
3. Support athlétique pour homme et femme.

Durée des combats

Division	Ceinture	Round	Durée	Repos
4	Jaune et jaune barre verte	2	1 minute	30 secondes
3	Verte et verte barre bleue	2	1 minute	30 secondes
2	Bleue et bleue barre rouge	2	1 minute 30	45 secondes
1	Rouge et rouge barre noire	2	1 minute 30	45 secondes
Poom A, B et C	Noire	2	2 minutes	1 minute
Dan	Noire	2	2minutes	1 minute



Fiche d'inscription

Championnat régional de taekwondo olympique CRSA 2010

Nom : _____ Prénom : _____ Sexe : M F

Date de naissance : ____/____/____ # Affiliation FQT : _____
aaaa mm jj

Grade : _____ Nom et # de Dojang : _____

Nom de l'instructeur : _____

Division de ceinture (couleur):

Division 4 _____ (8^{ième} et 7^{ième} keup / (Jaune))

Division 3 _____ (6^{ième} et 5^{ième} keup / (Verte))

Division 2 _____ (4^{ième} et 3^{ième} keup / (Bleue))

Division 1 _____ (2^{ième} et 1^{er} keup / (Rouge))

Groupe d'âge (couleur) :

Année de naissance	Groupe d'âge
2005-2004	U 7 _____
2003-2002	U 9 _____
2001-2000	U 11 _____
1999-1998	U 13 _____
1997-1996	U 15 _____
1994-1995	U 17 _____
1993-1975	Senior _____
1974 et -	35 et + _____

Je, soussigné, soumets mon inscription pour la présente compétition 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.

Groupe d'âge (noire) :

Année de naissance	Groupe d'âge
1994-95-96	Poom A _____
1997-98	Poom B _____
1999-2000	Poom C _____
1993 et avant	Senior _____

Signature de l'entraîneur : _____

Signature de l'athlète (ou d'un parent si moins de 18 ans) : _____

N .B. Si des informations pertinentes sont manquantes, votre inscription pourrait être rejetée

Approbation : _____

INSCRIPTION DES DOJANGS

Nom de l'école: _____

N° de Dojang: _____

Nom du directeur technique: _____

(Ou du responsable sur place)

INSCRIPTIONS DES ATHLÈTES

Nombre: _____ x 25.00\$ = _____

S.V.P., JOINDRE TOUS LES FORMULAIRES SIGNÉS

INSCRIPTION DES ENTRAÎNEURS, ACCOMPAGNATEURS ET ARBITRES

Entraîneurs (2 pour 6 athlètes)	N° de Membre	Accompagnateurs (2 pour 6 athlètes - max. 4)	N° de Membre
1.		1.	
2.		2.	
3.		3.	
4.		4.	
5.			
6.			
7.			