

## ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE / MANDATORY EQUIPMENT

Les équipements obligatoires sont ceux qui ont été homologués ou reconnus par la W.T.F ou par la F.Q.T.  
*The mandatory equipment is those which were approved or recognized by W.T.F or by the F.Q.T.*

Le dobuk complet avec la ceinture de couleur reconnue par la F.Q.T. (rouge et noire pour la catégorie « B » et noire seulement pour la catégorie « Élite »).  
*Complete dobuk with F.Q.T. recognize color belt (red and black for "B" category and black only for "Elite" category).*

Le protège buccal (transparent ou blanc, aucune couleur n'est acceptée, SANS EXCEPTION)  
*Mouthpiece (transparent or white, no color is accepted, WITHOUT EXCEPTION)*

Les protèges avant-bras (jusqu'au coude sont acceptés)  
*Forearm protector (to the elbow are accepted).*

Les gants de protection (blancs seulement).  
*Hand protector (white only).*

La coquille (autant pour les garçons que pour les filles).  
*Groin cup (as much for the boys as for the girls).*

Les protèges genoux souples sont acceptés.  
*Soft knee pads are accepted.*

Les protèges tibias.  
*Shin protector.*

Les chaussons Daedo pour plastron électronique. Achat disponible sur place (75\$).  
*Daedo socks for the electronic body protector. Purchase on site available (75\$).*

Les athlètes doivent fournir leur « tape » pour le service de « taping » qui doit être effectué seulement par les physiothérapeutes ou approuvé par le personnel médical.  
*Athletes must supply their own tape for taping, which must be done only by the physiotherapist, or approved by the medical staff.*

Tous les combats se feront avec les plastrons électroniques Daedo, et casques Daedo fournis par la F.Q.T.  
*All combats will use Daedo electronics body protectors and Daedo head gear, supplied by F.Q.T.*

## DURÉE DES COMBATS / LENGTH OF SPARRING

Catégorie / Category	Manches /	Durée / Time	Repos /
"B"	3	90	45
"ELITE"	3	120	60

## TABLEAU DES POIDS / WEIGHT CHART

SÉNIOR—nés en 1999 et moins / SENIOR—born in 1999 and less				
Catégories / Categories	Homme / Men		Femme / Women	
Fin	...	54 kg	...	46 kg
Fly	+54 kg	58 kg	+46 kg	49 kg
Bantam	+58 kg	63 kg	+49 kg	53 kg
Feather	+63 kg	68 kg	+53 kg	57 kg
Light	+68 kg	74 kg	+57 kg	62 kg
Welter	+74 kg	80 kg	+62 kg	67 kg
Middle	+80 kg	87 kg	+67 kg	73 kg
Heavy	+87 kg	...	+73 kg	...

JUNIOR - nés en 2000, 2001, 2002 / JUNIOR—born in 2000, 2001, 2002				
Catégories / Categories	Hommes / Men		Femmes / Women	
Fin	...	45kg	...	42kg
Fly	+45kg	48kg	+42kg	44kg
Bantam	+48kg	51kg	+44kg	46kg
Feather	+51kg	55kg	+46kg	49kg
Light	+55kg	59kg	+49kg	52kg
Welter	+59kg	63kg	+52kg	55kg
Light Middle	+63kg	68kg	+55kg	59kg
Middle	+68kg	73kg	+59kg	63kg
Light Heavy	+73kg	78kg	+63kg	68kg
Heavy	+78kg	...	+68kg	...

CADET —nés en 2003, 2004, 2005 / CADET — born in 2003, 2004, 2005				
Catégories / Categories	Hommes / Men		Femmes / Women	
Fin	...	33kg	...	29kg
Fly	+33kg	37kg	+29kg	33kg
Bantam	+37kg	41kg	+33kg	37kg
Feather	+41kg	45kg	+37kg	41kg
Light	+45kg	49kg	+41kg	44kg
Welter	+49kg	53kg	+44kg	47kg
Light Middle	+53kg	57kg	+47kg	51kg
Middle	+57kg	61kg	+51kg	55kg
Light Heavy	+61kg	65kg	+55kg	59kg
Heavy	+65kg	...	+59kg	...

Aucune tolérance de poids.  
*No tolerance of weight.*

# SÉLECTION ÉQUIPE QUÉBEC



SAISON / SEASON

2016-2017

ÉTAPE 3

Dimanche 26 mars 2017  
*Sunday, Mars 26, 2017*

CAPS  
UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À  
TROIS-RIVIERES

3351, boul. Des Forges  
Trois-Rivières Qc G9A 5H7

## ADMISSION

13 ans et plus : 10.00\$  
*13 years and more*

6 ans à 12 ans : 4.00\$  
*6 years to 12 years*

5 ans et moins : GRATUIT  
*5 years and less FREE*



Éducation,  
Loisir et Sport  
Québec

## INSCRIPTION / REGISTRATION

INSCRIPTION EN LIGNE SEULEMENT  
*REGISTRATION ONLINE ONLY*

<http://www.taekwondo-quebec.ca>

### DATE LIMITE D'INSCRIPTION / REGISTRATION DEADLINE

Mercredi 22 mars 2017  
Wednesday, March 22, 2017

### AUCUN CHANGEMENT DE CATÉGORIE NE SERA ACCEPTÉ APRÈS LE « DATE ».

*NO CHANGE OF CATEGORY WILL BE ACCEPTED  
AFTER THE "DATE".*

### FRAIS D'INSCRIPTION / REGISTRATION FEES

Catégorie « Élite » / « Elite » Category 70.00\$  
Catégories « B » / « B » Category : 60.00\$  
Entraîneur / Coach : 10.00\$

### PAIEMENT / PAYMENT

Fédération Québécoise de Taekwondo (WTF)  
SÉLECTION ÉQUIPE QUÉBEC ÉTAPE 3  
4545 Pierre de Courbertin  
Montréal (Québec), H1V 0B2

Les paiements pour les inscriptions doivent être  
reçu à la Fédération Québécoise de Taekwondo  
au plus tard le « Vendredi 24 mars 2017 ».

*Registration payment must be received at the  
"Fédération Québécoise de Taekwondo" by  
« Friday, March 24, 2017 » at the latest.*

*Les compétiteurs doivent tous être affiliés. Au-  
cune affiliation ne sera acceptée sur place.  
Competitors must be affiliated. No affiliation on  
site will be accepted.*

## INFORMATIONS

Courriel / Email : [info@taekwondo-quebec.ca](mailto:info@taekwondo-quebec.ca)

Téléphone / Phone : 514-252-3198

## ENTRAÎNEURS / COACHES

Les entraîneurs doivent être accrédités par la  
Fédération de Taekwondo du Québec.  
*Coaches must be accredited by the  
Quebec Taekwondo Federation.*

Le port du jeans, culottes courtes, camisoles, cas-  
quettes, cellulaires, caméras et oreillettes bluetooth  
sont interdits.

*Coaches may not wear jeans, shorts, straitjackets, caps,  
cellulars, cameras and bluetooth headsets.*

## HORAIRE / SCHEDULE

Samedi 25 mars 2017 / Saturday, March 25, 2017		
CAPS / Université du Québec à Trois Rivières		
Remise des cartes d'accréditation (athlètes et entraîneurs) Pesés Catégories « Élite » & « B » / ID Card pick up (athletes and coaches) « Elite » & « B » Categories weigh in	Début / Start	Fin / End
	16:00	19:30
Dimanche 26 mars 2017 / Sunday, March 26, 2017		
CAPS / Université du Québec à Trois Rivières		
Pesés Catégorie « B » / « B » Category weigh in	Début / Start	Fin / End
	08:00	09:00
Combats Catégorie « Élite » / Sparring « Elite » Category	Début / Start	Fin / End
	09:00	17:00
Combats Catégorie « B » / Sparring « B » Category	Début / Start	Fin / End
	10:00	16:00

## NOTE POUR LES ÉLITES JUNIOR / NOTE FOR ELITES JUNIOR

Veillez noter que les athlètes Élites (Junior) qui sont dans leur dernière année junior auront le droit de participer au tournoi dans les catégories Junior ET Senior s'ils le souhaitent. Il leur suffit de s'inscrire en tant que juniors via notre site web puis de nous faire parvenir un courriel (à : [info@taekwondo-quebec.ca](mailto:info@taekwondo-quebec.ca)) d'ici le « 22 mars 2017 », indiquant qu'ils (elles) souhaitent concourir dans les 2 catégories et dans quelle division de poids senior ils (elles) participeront, et de nous faire parvenir le paiement de 140\$. Il va de soi que le poids de ces athlètes lors de la pesée devra correspondre aux catégories de poids Junior et Senior dans lesquelles ils seront inscrits afin qu'ils puissent participer dans ces 2 catégories. Aucun remboursement ne sera accordé à un(e) athlète ne rencontrant pas les exigences de ces divisions de poids.

*Please note that Elite athletes (Junior) who are in their last junior year may compete in both Junior AND Senior divisions if they choose to. Any athlete intending to do so must register on line as a Junior participant, then send us an email by « March 22, 2017 » (at: [info@taekwondo-quebec.ca](mailto:info@taekwondo-quebec.ca)) confirming that they wish to compete in both divisions, and specifying in which weight category they will compete as Senior, and forward us a payment for 140\$. Any athlete wishing to compete as both Junior and Senior must of course make weight in both the Junior and Senior categories they've registered in, in order to be allowed to compete. There will be no refund for athletes who would not meet the weight requirements.*

## CONTACT AU VISAGE / CONTACT TO THE HEAD

Plein contact au visage pour toutes les divisions.  
*Full Head Contact for all divisions.*

## HÔTEL / HOTEL

 GOUVERNEUR HÔTEL	<b>HÔTEL GOUVERNEUR</b> Réservez en mentionnant «Taekwondo» <i>Reserve with mention «Taekwondo».</i>
--	---

### HÔTEL GOUVERNEUR DE TROIS-RIVIÈRES

975, rue Hart  
Trois-Rivières, Québec, G9A 4S3

Sans frais / Toll free 1-888-910-1111

Site Internet / Internet web site :  
<http://www.gouverneur.com>

120\$ chambres classiques / Classic Rooms  
Occupation simple ou double / Single or Double

**RÉSERVEZ AVANT LE 15 MARS /  
RESERVE BEFORE MARCH 15**

## CAPS / UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES



Autoroute 40, sortie 198 / Highway 40 exit 198

Continuez sur Boulevard des Récollets, direction Nord /  
Continue on Boulevard des Récollets, North way

Tournez à droite sur Avenue Gilles-Boulet /  
Turn right onto Avenue Gilles-Boulet

**NOUVEAUX RÈGLEMENTS WTF  
SERONT APPLIQUÉS /  
NEW WTF RULES WILL BE  
APPLIED**