

ÉQUIPEMENTS OBLIGATOIRES

Le dobuk complet avec la ceinture de couleur reconnue par la FQT (jaune, vert, bleu et rouge).

Le casque blanc ou de couleur assortie à celle du plastron.

Le protège buccal (transparent ou blanc) obligatoire à partir de U13 ou CADET (pour les couleurs).

Le plastron réversible (bleu ou rouge) de grandeur appropriée et du modèle couvrant les épaules et le dos du participant.

Les protèges avant-bras, sous le dobuk. Les protecteurs en coton sont permis pour les groupes d'âge (U7, U9) SEULEMENT.

Les gants de protection (blanc ou de couleur assortie au plastron) facultatifs. Les gants ITF ou style boxe ne sont pas permis.

La coquille, sous le dobuk (autant pour les garçons que pour les filles).

Les protèges tibias, sous le dobuk. Les protecteurs en coton sont permis pour les groupes d'âge (U7 et U9) SEULEMENT.

Les protèges pieds couvrant le dessus du pied sont obligatoires pour les ceintures de couleurs. Les chaussures sont permis. Les protèges pieds ITF ne sont pas permis. Les protecteurs en coton sont permis pour les groupes d'âge (U7 et U9) SEULEMENT.

Le port du hijab sportif est désormais toléré sous le casque et le dobuk.

CONTACT AU VISAGE

Aucun contact au visage pour TOUTES les catégories.

ENTRAÎNEURS & ASSISTANTS

Les entraîneurs doivent être accrédités par la Fédération de Taekwondo du Québec.

1 Entraîneur et 1 Assistant pour 5 athlètes

Le port du jeans, culottes courtes, camisoles, casquettes, cellulaires, caméras et oreillettes Bluetooth sont interdits.

ASSOCIATION RÉGIONALE TAEKWONDO LAURENTIDES

(Les Dojangs représentants)

- # 015 École Jean-Guy Labelle, Shushinkan
- # 088 École Taekwondo Intégrale St-Jérôme
- # 116 Taekwondo Laurentides (Ste-Thérèse)
- # 133 Taekwondo St-Joseph-du-Lac
- # 215 Élite Taekwondo Laurentides
- # 262 Taekwondo Laurentides (S-A-D-P)
- # 265 Taekwondo NG
- # 322 Taekwondo Laurentides (Boisbriand)
- # 324 Taekwondo Laurentides (St-Jérôme)
- # 336 Taekwondo Bois-des-Filion
- # 337 Taekwondo Blainville
- # 342 Laberge Taekwondo
- # 348 Dysphasie Laurentides

DIRECTIONS – IRS INSTITUT RÉGIONAL des SPORTS



Autoroute 15 et prendre la sortie 43-E / Saint-Jérôme (Centre-Ville).

Tournez à droite sur la rue de Martigny Ouest.

Après le pont, gardez votre droite pour tourner à droite sur la rue Labelle (route 117).

Gardez votre gauche pour tourner à gauche sur la rue de la Place du Curé-Labelle.

La rue Place du Curé-Labelle change pour la rue du Palais.

Tournez à gauche sur la rue Melançon.

IRS, 451 Rue Melançon, Saint-Jérôme, QC J7Z 4K3
(Entrée : par la porte avant de l'I.R.S.).

TAEKWONDO

FINALE RÉGIONALE JEUX DU QUÉBEC LAURENTIDES 2018-2019



DIMANCHE 09 DÉCEMBRE 2018

**Institut Régional des Sports
(Anciennement : Aréna Melançon)**

**451 Rue Melançon,
SAINT-JÉRÔME, QC, J7Z 4K3**

ADMISSION GÉNÉRALE : \$ 2.00



INSCRIPTION

INSCRIPTION EN LIGNE SEULEMENT

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

DATE LIMITE D'INSCRIPTION

Mercredi 05 Décembre 2018 (23:59)

AUCUNE INSCRIPTION SUR PLACE OU APRÈS CETTE DATE NE SERA ACCEPTÉE

FRAIS D'INSCRIPTION

Tous les athlètes
Combats seulement : 20.00\$



PAIEMENT

Chèque à l'ordre de :

A.R.T. Laurentides

Finale régionale des Jeux du Québec 2018-2019

IMPORTANT :

LE POIDS DE L'ATHLÈTE EST OBLIGATOIRE LORS DE L'INSCRIPTION EN LIGNE POUR LES COMBATS.

LES ATHLÈTES ET ENTRAÎNEURS DOIVENT ÊTRE MEMBRES EN RÈGLE DE LA F.Q.T. EN DATE DU JOUR DE LA COMPÉTITION SANS QUOI ILS SERONT REFUSÉS ET NE SERONT PAS REMBOURSÉS

Bénévoles / Déroulement

08:00 : Arrivées des athlètes (Bénévoles & Parents),
09:00 : Pesée officielle
09:30 : Conceptions des arbres de combat,
10:00 : Début de la Finale Régionale 2018-2019,
14:00 : Remise des médailles,
15:00 : Fermeture de la Finale Régionale 2018-2019.

INFORMATIONS

Association Régionale Taekwondo Laurentides

Président M. Francois Chassay

taekwondolaurentides@gmail.com

Cellulaire : 450-971-3177

HORAIRE

Groupe d'âge	Pesée	Divisions	Combats
U07 (2013-2012)	09:00	09:30	10:00
U09 (20011-20010)	09:00	09:30	10:00
U11 (2009-2008)	09:00	09:30	10:00
U13 (2007-2006)	09:00	09:30	10:00
U15 (2005-2004)	09:00	09:30	10:00
U17 (2003-2002)	09:00	09:30	10:00

CATÉGORIES OFFICIELLES POUR LES JEUX DU QUÉBEC 2019

SEXE	GRADES (D2-D1)	CATÉGORIES	POIDS
GARÇON	Bleu	U15	-42kg
	Bleu barre rouge		-47kg
	Rouge		-52kg
	Rouge barre noire		-57kg
FILLE	Bleu	U15	-36kg
	Bleu barre rouge		-41kg
	Rouge		-46kg
	Rouge barre noire		-51kg
			-56kg

DIVISIONS DE CEINTURE

DIVISION 4 (D4)	DIVISION 3 (D3)	DIVISION 2 (D2)	DIVISION 1 (D1)
Jaune	Vert	Bleu	Rouge
Barre verte	Barre bleu	Barre rouge	Barre noire

CATÉGORIES OFFICIELLES (Substituts) POUR LES JEUX DU QUÉBEC 2019

SEXE	GRADES (D2-D1)	CATÉGORIES	POIDS
GARÇON	Bleu	U13 (Substitution)	-42kg
	Bleu barre rouge		-47kg
	Rouge		-52kg
	Rouge barre noire		-57kg
FILLE	Bleu	U13 (Substitution)	-36kg
	Bleu barre rouge		-41kg
	Rouge		-46kg
	Rouge barre noire		-51kg
			-56kg

DURÉE DES COMBATS

U7 (D4 à D1) U9 (D4 à D1)	2 X 60 secondes (30 secondes de repos)
U11 (D4 - D1) U13 (D4 - D1) U15 (D4 - D1) U17 (D4 - D1)	3 X 60 secondes (30 secondes de repos)

CATÉGORIES NORMALES POUR LA FINALE RÉGIONALE

POUR LA FINALE RÉGIONALE DES LAURENTIDES,
NOUS UTILISERONS LES MÊMES RÈGLEMENTS QUI
SONT UTILISÉS POUR LES TOURNOIS PARTICIPATIFS DE
LA FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DE TAEKWONDO.