



Samedi, le 13 avril 2019

Peps de l'Université Laval

## ► BIENVENUE

Les clubs de taekwondo de Cap-Rouge et St-Augustin et de Beauport sont fiers de vous présenter, le 13 avril 2019, l'**Invitation CRSA-Beauport 2019**, un tournoi interprovincial pour tous les niveaux.

Pour cet événement, le PEPS de l'Université Laval a été retenu comme site de compétition. Le grand gymnase devrait accueillir confortablement spectateurs et athlètes.

Vos hôtes : - **Club de taekwondo de Cap-Rouge et St-Augustin** ([www.tkd-crsa.ca](http://www.tkd-crsa.ca))  
M. Martin Montes, directeur technique

- **Club de taekwondo de Beauport** ([www.tkdbeauport.com](http://www.tkdbeauport.com))  
M. Paul Germain, directeur technique

Vous trouverez dans le présent document les renseignements pertinents concernant le déroulement de la compétition et les modalités d'inscription.

## ► WELCOME

On April 13th, 2019, Cap-Rouge et St-Augustin and Beauport taekwondo clubs are proud to present the CRSA-Beauport 2019 Invitation, an Interprovincial tournament for all levels.

The event will be held at the Laval University Sports Center (PEPS) which can accommodate for all competitors and spectators.

Your hosts: - **Club de taekwondo de Cap-Rouge et St-Augustin** ([www.tkd-crsa.ca](http://www.tkd-crsa.ca))  
M. Martin Montes, Master

- **Club de taekwondo de Beauport** ([www.tkdbeauport.com](http://www.tkdbeauport.com))  
M. Paul Germain, Master

You will find in this document all the information concerning registration and the event scheduling.

► **TABLE DES MATIÈRES / TABLE OF CONTENTS**

► Informations Générales / General informations ..... 4  
    Date / Date ..... 4  
    Lieu / Venue ..... 4  
    Frais d'inscriptions / Registration fees..... 4  
    Procédure d'inscription / Registration procedure ..... 4  
    Admission / Admission ..... 5  
    Information / Information ..... 5  
► Accréditation / Id Card ..... 5  
► Accès à l'aire de combat / Access to the competition area ..... 5  
► Entraîneurs / Coaches..... 6  
► Remboursement / Refund ..... 6

**Règles du tournoi / Tournament rules**

    Épreuves / Events ..... 6  
    Catégories / Categories ..... 6  
► Divisions / Divisions ..... 6  
► Déroulement de la compétition / Tournament schedule ..... 6  
► Équipement obligatoire / Mandatory protective gear ..... 7  
► Contact à la tête / Head contact ..... 7  
► Durée des combats / Sparring duration ..... 7  
► Fiche d'inscription / Registration form ..... 8  
► Fiche de sommaire d'inscriptions des Dojangs / Dojang's registrations summary form ..... 9  
► Direction / Direction ..... 10  
► Hébergement / Accomodations ..... 11



► **INFORMATIONS GÉNÉRALES / GENERAL INFORMATION**

<b>DATE</b> Samedi 13 avril 2019	<b>DATE</b> Saturday, April 13th 2019
<b>LIEU</b> PEPS de l'Université Laval 2300, rue de la Terrasse Québec (Québec) G1V 0A6 ( <a href="http://www.peps.ulaval.ca">http://www.peps.ulaval.ca</a> )	<b>VENUE</b> PEPS de l'Université Laval 2300, rue de la Terrasse Québec (Québec) G1V 0A6 ( <a href="http://www.peps.ulaval.ca">http://www.peps.ulaval.ca</a> )

<p><b>FRAIS D'INSCRIPTION</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Préinscription obligatoire (aucune inscription sur place) pour tous les athlètes, entraîneurs, accompagnateurs.</li> <li>• <b>Combat:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Plastron régulier 45,00\$</li> <li>Plastron électronique: 55,00\$</li> <li>Catégories 'B' : 60,00\$</li> <li>Élites : 70,00\$</li> </ul> </li> <li>• Entraîneur/Accompagnateur : ..... gratuit</li> <li>• Date limite : le mercredi 10 avril 2019 à minuit</li> <li>• Vous devez être membre de la fédération québécoise de taekwondo (FQT).</li> <li>• Les non-résidents du Québec qui ne sont pas membres de la Fédération Québécoise doivent ajouter des frais de 15,00\$ à leur inscription pour couvrir l'affiliation à la Fédération Québécoise. Notez bien que si vous avez déjà acquitté ces frais pour un autre tournoi depuis le 1<sup>er</sup> septembre 2018, vous n'avez pas à le faire de nouveau, cette affiliation est valide jusqu'au 31 août 2019.</li> </ul>	<p><b>REGISTRATION FEES</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Pre-Registration only (no registration on site) for all athletes, coaches, coordinators.</i></li> <li>• <b>Sparring:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Regular chest protector: \$45.00</li> <li>Electronic chest protector: \$55.00</li> <li>'B' Category: \$60.00</li> <li>Elite: \$70.00</li> </ul> </li> <li>• <i>Coach/Coordinator:..... free</i></li> <li>• <i>Deadline: Wednesday April 10<sup>th</sup>, 2019, midnight</i></li> <li>• <i>You must be member of the Quebec Taekwondo Federation (QTF).</i></li> <li>• <i>Quebec non-residents must add a \$15 fee to their registration to cover for the Quebec Taekwondo Federation membership. Please note that if you already paid that fee during registration to a competition after September 1<sup>st</sup>, 2018, you do not have to pay again since this membership is valid until August 31<sup>st</sup>, 2019.</i></li> </ul>
---	--

<p><b>PROCÉDURE D'INSCRIPTION</b></p> <p><b>Pour les résidents du Québec</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vous devez vous inscrire via le site de la fédération dans la section 'Membres'.</li> <li>2. Imprimer puis compléter une fiche de sommaire d'inscription par dojang.</li> <li>3. Poster toutes les fiches d'inscription signées et la fiche d'inscription du dojang avec votre paiement (un seul paiement par dojang).</li> <li>4. Paiement par chèque ou mandat postal, payable à : <b>Club de taekwondo de Beauport.</b></li> <li>5. <u>Adresse de retour :</u> Club de taekwondo de Beauport 900, boul. Raymond, C.P. 30022 Québec, Québec G1B 3G3</li> </ol> <p><b>Les documents postés doivent être reçus le ou avant le 12 avril (le cachet de poste en faisant foi).</b></p>	<p><b>REGISTRATION PROCEDURE</b></p> <p><b>For Quebec residents</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. You must register on the federation's web site thru the 'Members' access.</li> <li>2. Print and fill one Dojang's registrations summary form.</li> <li>3. Mail all forms filled and signed, with all required documents, with your payment (only one payment by dojang).</li> <li>4. Payment by check or Postal Money Order, to: <b>Club de taekwondo de Beauport</b></li> <li>5. <u>Return address:</u> Club de taekwondo de Beauport 900, boul. Raymond, C.P. 30022 Québec, Québec G1B 3G3</li> </ol> <p><b>Documents sent by mail must arrive by April 12th or your registration will not be valid.</b></p>
--	--



**Pour les non-résidents du Québec**

1. Imprimer puis compléter une fiche d'inscription par participant (signée par le participant ou son tuteur).
2. Imprimer puis compléter une fiche de sommaire d'inscription par dojang.
3. Poster toutes les fiches d'inscription signées et la fiche de sommaire du dojang avec votre paiement (un seul paiement par dojang).
4. Paiement par mandat postal seulement, payable à :  
**Club de taekwondo de Beauport.**
5. Adresse de retour :  
Club de taekwondo de Beauport  
900, boul. Raymond, C.P. 30022  
Québec, Québec  
G1B 3G3

**For the Quebec non-residents**

1. *Print and fill one competitor's registration form per competitor (signed by the competitor or a parent).*
2. *Print and fill one Dojang's registrations summary form.*
3. *Mail all filled and signed forms, with all required documents, with your payment (only one payment by dojang).*
4. *Payment by Postal Money Order only, payable to:*  
**Club de taekwondo de Beauport**
5. Return address:  
*Club de taekwondo de Beauport  
900, boul. Raymond, C.P. 30022  
Québec, Québec  
G1B 3G3*

**ADMISSION**

Adultes (13+): 10,00\$  
Enfants de 5 à 12 ans : 5,00\$  
Enfants 4 ans et moins : gratuit

**ADMISSION**

Adults (13+): \$10,00  
Children (5 to 12): \$5,00  
Children (4 and under): free

**INFORMATION**

M. Martin Montes directeurtechnique@tkd-crsa.ca  
M. Paul Germain tkdbeauport@oricom.ca

**INFORMATION**

Mr. Martin Montes directeurtechnique@tkd-crsa.ca  
Mr. Paul Germain tkdbeauport@oricom.ca

▶ **ACCREDITATION**

La carte d'accréditation est obligatoire pour accéder à l'aire d'échauffement ou à l'aire de combat. Les cartes d'accréditation seront produites pour les personnes dûment enregistrées (participants, entraîneurs, accompagnateurs) et seront distribuées le matin avant le début de la compétition.

**ID CARD**

*The ID Card is mandatory to access to the competition area or to the warm-up area. The ID Cards will be produced for all registered persons (athletes, coaches, coordinators) and will be distributed in the morning, before the beginning of the competition.*

▶ **ACCÈS À L'AIRE DE COMBAT**

L'accès à l'aire de combat est **strictement réservé aux athlètes et entraîneurs accrédités**. L'aire d'échauffement est accessible aux accompagnateurs dûment enregistrés. Les athlètes qui ont terminé leurs combats sont invités à quitter l'aire de combat. Ces mesures visent à assurer la meilleure visibilité possible aux spectateurs.

**ACCESS TO THE COMPETITION AREA**

*Access to the competition area is **strictly reserved to athletes and coaches**. The warm-up area is accessible to registered coordinators. Athletes who have finished are invited to leave the competition area. This is to insure the best visibility possible for spectators.*

▶ **ENTRAÎNEURS**

Les entraîneurs doivent être accrédités par la Fédération québécoise de taekwondo et détenir un certificat de Poom ou Dan du Kukkiwon. Une tenue vestimentaire appropriée est exigée. La pré-inscription est obligatoire (un seul formulaire par école). Nous recommandons la présence de 1 entraîneur pour 5 athlètes.

**COACHES**

*Coaches must be accredited by the Fédération Québécoise de taekwondo and must hold a Kukkiwon Poom or Dan Certificate. Appropriate sports clothes are required. Pre-registration is mandatory (one form per school). We recommend one coach for 5 athletes.*



## ► RÈGLES DU TOURNOI / TOURNAMENT RULES

### ÉPREUVES

Combat seulement, simple élimination, **combat pour la médaille de bronze**. Règlements WTF

### EVENTS

Sparring only, single elimination, **fight for the bronze medal**. WTF Rules

### CATÉGORIES

Il y a quatre niveaux de participation distincts :

- 1) U7 et U9, ceintures jaunes à noire, plastrons réguliers;
- 2) Jeune, Cadet, Junior, senior et 35+, ceintures de couleurs et noire, plastrons électroniques;
- 3) Cadet, junior et sénior, ceintures rouges ou noires catégorie 'B', plastrons et casques électroniques;
- 4) Élités, ceintures noires, plastrons et casques électroniques.

### CATEGORIES

There are four different categories of sparring:

- 1) U7 and U9, yellow to black belts, regular chest protector;
- 2) Youth, Cadet, Junior, Senior and 35+, color and black belts, electronic chest protector;
- 3) Cadet, junior and senior, red or black belts, 'B' category, electronic trunk protector and helmets;
- 4) Elite, black belts, electronic chest protector and helmets.

## ► DIVISIONS

Groupe d'âge Age Group	Année de naissance Year of Birth
U7	2012-2013
U9	2010-2011
Jeune/Youth	2008-2009
Cadet	2005-2006-2007
Junior	2002-2003-2004
Senior	2001 et avant
35+	1983 et avant / and before

## ► DÉROULEMENT DE LA COMPÉTITION / TOURNAMENT SCHEDULE

### HORAIRE DU TOURNOI / TOURNAMENT SCHEDULE

Âge	Ceintures/Belts	Division	Combat/Sparring
U7 et/and U9	Jaune à rouge/ Yellow to Red	8h30	9h00
Toutes autres catégories / All other categories	Toutes autres / All others	Confirmation 12 avril/ TBA April 12 <sup>th</sup>	À la suite/Following

Pour permettre aux organisateurs de vous fournir une information plus précise, l'horaire de la journée sera présenté sur les sites web des deux clubs ainsi que sur celui de la Fédération Québécoise de Taekwondo à compter du 12 avril.

*In order to provide you with accurate information, the schedule of the day will be posted on both clubs' web sites and on the Quebec Taekwondo Federation's web site on April 12<sup>th</sup>.*

([www.tkd-crsa.ca](http://www.tkd-crsa.ca), [www.tkdbeauport.com](http://www.tkdbeauport.com) et/and [www.taekwondo-quebec.ca](http://www.taekwondo-quebec.ca))

## ▶ ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE

- Plastron
- Casque blanc ou de même couleur que le plastron
- Protège avant-bras
- Protège tibia
- Protège pied pour les ceintures de couleurs, jeune, cadet
- Coquille (hommes et femmes)
- Protecteur buccal
- **L'athlète doit fournir son propre équipement.**
- **Les protège avant-bras, tibia et la coquille doivent être portés sous le dobok.**
- **Pour les combats avec plastrons électroniques, les athlètes doivent fournir les bas, qui sont disponibles pour achat sur place au coût de 100\$.**

## MANDATORY PROTECTIVE GEAR

- Trunk Protector
- Head Gear, white or matching chest Protector
- Arm Guard
- Shin Instep
- Foot guard for colored belts, youth and cadet
- Groin Protector (Men and Women)
- Mouth Guard
- **All athletes must provide his/her own equipment.**
- **Arm Guard, Shin Instep and Groin Protector must be worn under the dobok.**
- **For sparring with electronic chest protector, athletes must supply socks, which are on sale on site for \$100.**

## ▶ CONTACT À LA TÊTE

Les contacts à la tête sont acceptés seulement pour les catégories 'B' et Élite.

## HEAD CONTACT

Head contact is allowed for 'B' and Elite category only.

## ▶ DURÉE DES COMBATS / SPARRING DURATION

Ceinture/Belt	Rounds	Durée/Duration	Repos/Rest
U7 et/and U9	2	60 sec.	30 sec.
Jeunes / Youth	2	75 sec.	30 sec.
Cadet et/and Junior	3	60 sec.	30 sec.
Sénior et/and 35+	2	90 sec.	30 sec.
Catégorie 'B' / 'B' Category	3	90 sec.	45 sec.
Élite / Elite	3	120 sec.	60 sec.



► **FICHE D'INSCRIPTION / REGISTRATION FORM**

Nom / Last Name : \_\_\_\_\_ Prénom / First Name : \_\_\_\_\_

Date de naissance : \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ Sexe (encerclez) : M F No membre FQT : \_\_\_\_\_  
 Date of Birth                      aaaa - mm - jj                      Gender (circle)                      FQT affiliation No  
     yyyy - mm - dd                      si applicable / if applicable

Dojang : \_\_\_\_\_  
                     No                      Nom / Name                      Ville / City, Province

\_\_\_\_\_  
 Directeur technique / Master's name

Poid / weight \_\_\_\_\_ Kg

**Cochez les cercles appropriés pour une catégorie**  
**Check the appropriate circles for one category**

<b>Plastrons réguliers, pas de contact à la tête 45\$ / Regular chest protector, no head contact \$45</b>	
<input type="radio"/> <b>U7</b> (2012-2013)	<input type="radio"/> Jaune / Yellow
<input type="radio"/> <b>U9</b> (2010-2011)	<input type="radio"/> Verte / Green
	<input type="radio"/> Bleue / Blue
	<input type="radio"/> Rouge / Red
	<input type="radio"/> Noire / Black

<b>Plastrons électroniques, pas de contact à la tête, 55\$ / Electronic chest protector, no head contact \$55</b>	
<input type="radio"/> <b>Jeune/youth</b> (2008-2009)	<input type="radio"/> Jaune / Yellow
<input type="radio"/> <b>Cadet</b> (2005-2006-2007)	<input type="radio"/> Verte / Green
<input type="radio"/> <b>Junior</b> (2002-2003-2004)	<input type="radio"/> Bleue / Blue
<input type="radio"/> <b>Senior</b> (2001 et avant/and before)	<input type="radio"/> Rouge / Red
<input type="radio"/> <b>35 et +</b> (1983 et avant/and before)	<input type="radio"/> Noire / Black

<b>Plastrons et casques électroniques avec contact à la tête, catégorie 'B', 60\$ / Electronic chest protector and helmet with head contact, 'B' category, 60\$</b>	
<input type="radio"/> <b>Cadet</b> (2005-2006-2007)	<input type="radio"/> Rouge et noire / Red and black
<input type="radio"/> <b>Junior</b> (2002-2003-2004)	
<input type="radio"/> <b>Senior</b> (1984-2001)	

<b>Plastrons et casques électroniques avec contact à la tête, catégorie Élite, 70\$ / Electronic chest protector and helmet with head contact, Elite category, 70\$</b>	
<input type="radio"/> <b>Cadet</b> (2005-2006-2007)	<input type="radio"/> Noire seulement / Black only
<input type="radio"/> <b>Junior</b> (2002-2003-2004)	
<input type="radio"/> <b>Senior</b> (1984-2001)	





**► FICHE DE SOMMAIRE D'INSCRIPTIONS - DOJANG**  
**DOJANG'S REGISTRATIONS SUMMARY FORM**

DOJANG (numéro et nom) (Number and Name)	
---	--

Personne contact Contact	
	Nom / Name
	Téléphone / Phone Number

Entraîneur en charge (sur place) Coach in charge (on site)	
---	--

Nombre de participants Number of Competitors	Participants _____ X 45.00 \$ = _____ \$
	_____ X 55.00 \$ = _____ \$
	_____ X 60.00 \$ = _____ \$
	_____ X 70.00 \$ = _____ \$
	_____ X 15.00 \$ = _____ \$
	Total = _____ \$

Faire un paiement pour le montant total. Date limite d'inscription : vendredi 12 avril 2019.  
 One payment for the total amount. Registration Deadline: Friday April 12<sup>th</sup>, 2019.

<b>ENTRAÎNEURS / COACHES</b> (inscription obligatoire / registration mandatory)	<b>1 pour 5 participants</b> <b>1 for 5 competitors</b>
Nom/Name _____ no FQT (Québec seul./only)	Nom/Name _____ no FQT (Québec seul./only)
Nom/Name _____ no FQT (Québec seul./only)	Nom/Name _____ no FQT (Québec seul./only)
<b>ACCOMPAGNATEURS / COORDINATORS</b> (inscription obligatoire / registration mandatory)	<b>1 pour 6 participants, maximum 3</b> <b>1 for 6 competitors, maximum 3</b>
Nom/Name _____ no FQT (Québec seul./only)	Nom/Name _____ no FQT (Québec seul./only)
Nom/Name _____ no FQT (Québec seul./only)	
<b>ARBITRES / REFEREES</b>	
S'il vous plait, contactez Martin Desjardins de la Fédération Québécoise de taekwondo Please contact Martin Desjardins from Quebec Taekwondo Federation  <a href="mailto:mdesjardins@taekwondo-quebec.ca">mdesjardins@taekwondo-quebec.ca</a> (514) 252-3198 ou/or 1-800-762-9565	



## ► DIRECTION

### POUR SE RENDRE AU PEPS

**De l'autoroute 40** qui devient 440 (Autoroute Charest), sortie Autoroute Robert-Bourassa (Autoroute 740) sud. Prenez la sortie Université Laval.

**De l'autoroute 20**, pont Pierre-Laporte. Sortie Boulevard Laurier. Du boulevard Laurier, tournez à gauche sur l'autoroute Robert-Bourassa (Autoroute 740) et empruntez la sortie Université Laval.

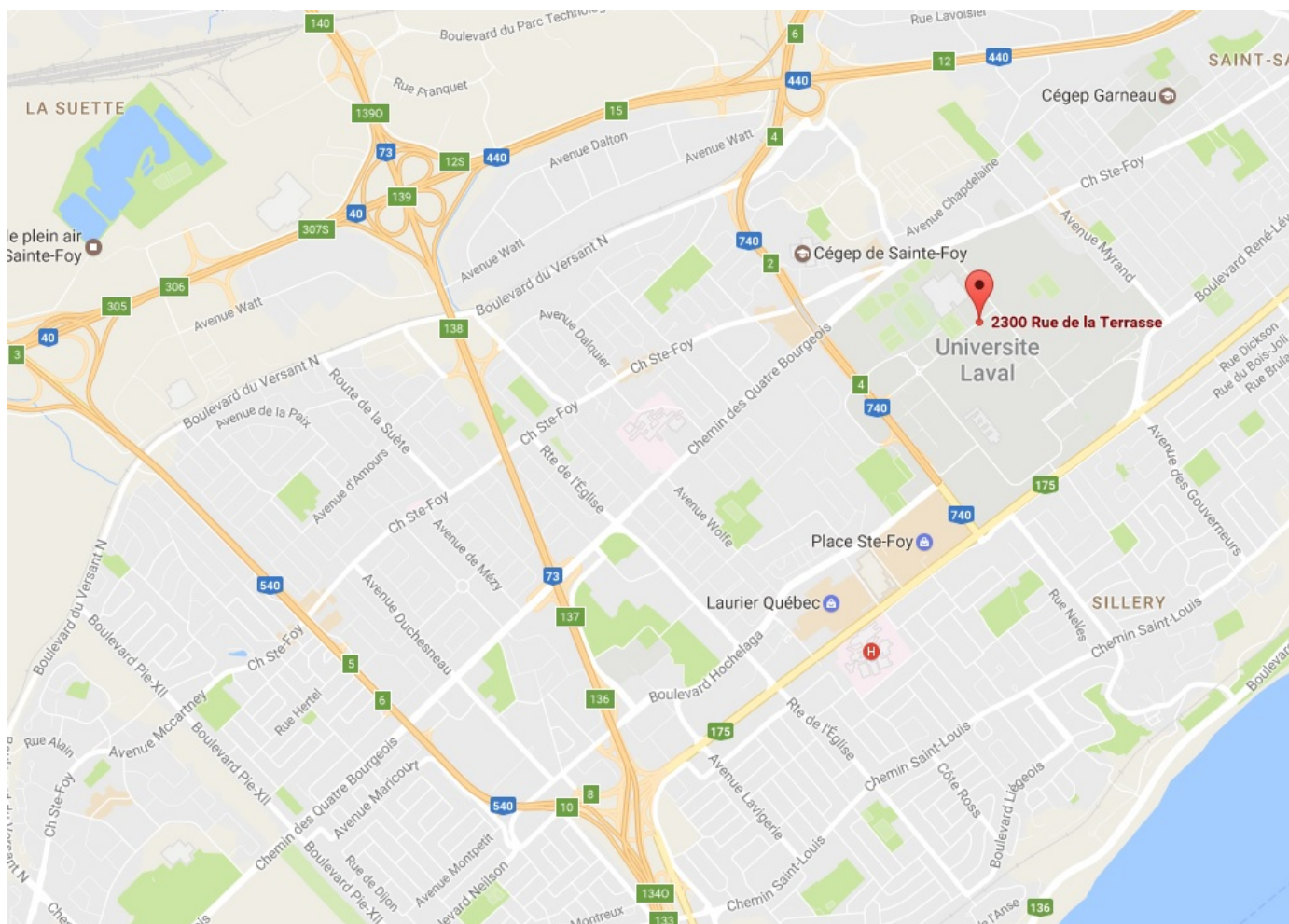
**De la Réserve faunique des Laurentides**, empruntez l'autoroute 40, direction ouest. Sortie Robert-Bourassa sud (Autoroute 740). De l'autoroute Robert-Bourassa, empruntez la sortie Université Laval.

### TO REACH THE PEPS

**From Highway 40** that becomes Highway 440, Exit Robert-Bourassa sud (hwy 740). Exit Université Laval.

**From Highway 20**, take Pont Pierre-Laporte. Exit Boulevard Laurier. Turn left on Robert-Bourassa nord (hwy 740). Exit Université Laval.

**From Réserve faunique des Laurentides**, take Highway 40 ouest. Exit Robert-Bourassa sud (hwy 740). From there, exit Université Laval.



► **HÉBERGEMENT**

**Hôtel Universel\***  
2300, chemin Ste-Foy  
Québec, Qc  
G1V 1S5  
1-800-463-4495

Auberge Québec  
3055, boul. Laurier  
Québec, Qc  
G1V 4X2  
418-651-2440

L'Hôtel Québec  
3115, ave. des Hôtels  
Québec, Qc  
G1W 3Z6  
418-658-5120

Holiday Inn Express  
3145, ave. des Hôtels  
Québec, Qc  
G1W 3Z7  
418-653-9321

**ACCOMODATIONS**

Hôtel Plaza Québec  
3031, boul. Laurier  
Québec, Qc  
G1V 2M2  
418-658-2727

Hôtel Classique  
2815, boul. Laurier  
Québec, Qc  
G1V 4H3  
1-800-463-1885

Hôtel Alt Québec  
1200, ave. de Germain-des-Prés  
Québec, Qc  
G1V 3M7  
418-658-1224

Hôtel Cartier  
2955, boul. Laurier  
Québec, Qc  
G1V 2M2  
418-650-1616

---

**\*Hôtel le plus près du site de compétition / Closest hotel to venue**