

INSCRIPTION / REGISTRATION

Inscription en ligne seulement
Registration online only

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

DATE LIMITE D'INSCRIPTION

REGISTRATION DEADLINE

Mercredi 15 mai 2013
Wednesday, May 15th 2013

FRAIS D'INSCRIPTION

REGISTRATION FEES

Tous les athlètes / all athletes : 35.00\$

PAIEMENT / PAYMENT

Chèque à l'ordre de / Check payable to :
Taekwondo J.Taillon

Envoyez les inscription à / Send registrations to:

Fédération Québécoise de Taekwondo (WTF)
Défi provincial 2013
4545 Pierre du courbertin
Montréal (Québec) , H1V 0B2

INFORMATIONS

Maître Jocelyn Taillon
jtaillon@bellnet.ca
450.688.5773



**TOUT LE MONDE PEUT AIDER
À VAINCRE LE CANCER .**

ILS COMBATTENT POUR LEUR VIE ,

COMBATTONS AVEC EUX !

- MASTER T .



**MANY KIDS ARE FIGHTING THIS
MONSTER CALLED CANCER .**

DON'T LOSE FAITH

WE CAN HELP !

**I FIGHT FOR A GOOD CAUSE !
- MASTER T .**

**Comptez
SUR
NOUS**

LE DÉFI PROVINCIAL DE TAEKWONDO

Jocelyn Taillon

Au profit de Leucan

Association pour les enfants atteints de cancer

leucan

타이용태권도

Combattez pour une bonne cause !

**Samedi 18 Mai 2013
Saturday May 18th 2013**

Complexe Sportif Claude Robillard
1000, Emile Journeault, Montréal, Qc H2M 2E7

ADMISSION

4 ans et moins :	Gratuit
4 years old and less :	Free
5 à 12 ans :	5.00
5 to 12 years old :	
13 ans et plus :	8.00
13 years old and more :	

INSCRIPTION DES DOJANGS / DOJANGS REGISTRATION

Inscription en ligne seulement / Registration online only
[Http://www.taekwondo-quebec.ca](http://www.taekwondo-quebec.ca)

Nom de l'école : _____
School name

No. De dojang: _____
Dojang No.

Nom du directeur: _____
Director name

No membre FQT: _____
FQT member number

Région: _____
Region

Nombre d'athlètes: _____
Number of Athletes

ENTRAÎNEURS / COACHES

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

1 Entraîneur pour 5 athlètes
1 Coach per 5 athletes

Le port du jeans est interdit
Coaches may not wear jeans

CONTACT AU VISAGE / CONTACT TO THE HEAD

Le contact au visage est permis à partir de :
U15 pour la division 1 (D1) (Règlement WTF) rouge et +
Head contact permitted starting at
U15 for division 1 (D1) (WTF rules) red belt & +

Le contact au visage est permis à partir de
POOM B pour les ceintures noires (léger contact POOM B)
Head contact permitted starting at POOM B for black belts.
(Light contact for POOM B)

Aucun contact au visage pour les catégories :
35 ans et plus ainsi que POOM C
Not allowed for 35 years old and more, as well as POOM C

HORAIRE / SCHEDULE

Groupe d'âge Age group	Pesée Weigh-in	Divisions Divisions	Combat Sparring
U7 (2007-2006)	08:00	08:45	09:00
U9 (2005-2004)	08:30	09:30	10:00
U11 (2003-2002) & POOM C	10:00	10:30	11:30
U13 (2001 - 2000) & POOM B	11:30	12:30	13:30
U15 (1999-1998) & POOM A	13:00	13:30	14:30
U17 (1997-1996) Senior (1995-1977) 35+ (1976 et moins) (Division D4-D1)	14:00	14:30	15:30
Senior (DAN) (Ceinture noire/black belt)	14:30	15:00	16:00

DIVISIONS DE CEINTURE / BELT DIVISIONS

DIVISION 4 (D4)	DIVISION 3 (D3)	DIVISION 2 (D2)	DIVISION 1 (D1)
Jaune Yellow	Vert Green	Bleu Blue	Rouge Red
Barre verte Green Stripe	Barre bleue Blue Stripe	Barre rouge Red Stripe	Barre noire Black Stripe

DURÉE DES COMBATS / LENGTH OF SPARRING

U7 & U9 D4 - D1 U11 & U13 D4 - D3	2 x 60 sec. & 30 sec. de repos / rest
U11 & U13 D2 - D1 U15 & U17 D4 - D3	2 x 90 sec. & 45 sec. de repos / rest
SENIOR D4 - D3 SENIOR 35 ans D4 - DAN POOM C	2 x 90 sec. & 45 sec. de repos / rest
U15 & U17 D2 - D1 SENIOR D2 - DAN POOM A & B	2 x 120 sec. & 60 sec. de repos / rest

ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE / MANDATORY EQUIPMENT

Le casque blanc ou de couleur assortie à celle du
plastron. / White head gear or matching colour of body pad

Le plastron (bleu ou rouge) / Body pad (blue or red)

Les protège avant-bras, sous le dobuk
Arm guards worn under the dobuk

Les protège-tibias, sous le dobuk et protège-pieds
couvrant jusqu'au bout des orteils pour les ceintures de
couleurs et POOM C (chaussons non permis)
*Shin guards worn under the dobuk and full foot instep covering
up to tip of toes for all colours belts, POOM C
(TKD socks not allowed)*

Les protège-tibias, sous le dobuk et protèges
demi-pieds ou plein pieds pour les POOM B
(chaussons non permis)

*Shin guards worn under the dobuk and half
or full foot instep for POOM B. (TKD socks not allowed)*

Les protège-tibias, sous le dobuk.
Protège-pieds optionnels pour les
POOM A et Senior DAN. (chaussons tolérés)

*Shin guard worn under the dobuk. Foot protection optional for
POOM A and Senior DAN. (TKD socks accepted)*

La coquille (autant pour les garçons que pour les filles)
Groin protection (for male and female)

Le protège buccal (transparent ou blanc) obligatoire à partir
de U13 (pour les couleurs) et pour tous les POOM et DAN.
*Mouth guard (white or transparency) mandatory from U13
(coloured belts) and for all POOM and Senior Dan.*

Les gants de protection (blanc ou de couleur assortie au
plastron) pour tous les POOM et DAN.
*Protection gloves (white or matching color of body pad)
for all the POOM and Senior DAN.*

Le port du hijab sportif est désormais toléré sous le
casque et le dobuk. / Hijab is tolerated under the head
gear and the dobuk.