

## 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).  
*Complete dobuk with F.Q.T. recognize color belt (red and black).*

Le casque de couleur assortie à celui du plastron.  
*Headgear of color matched with that of the chest protector.*

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, fournis par la F.Q.T.  
*All combats will use Daedo electronics body protectors, supplied by F.Q.T.*

## DURÉE DES COMBATS / LENGTH OF SPARRING

Catégorie / Category	Manches / Rounds	Durée / Time	Repos / Rest
"B"	3	90	45

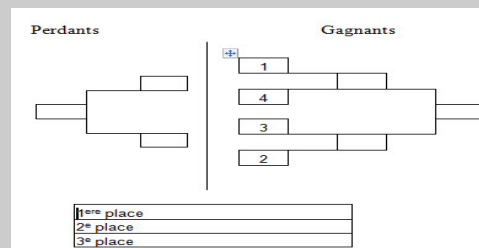
## TABLEAU DES POIDS / WEIGHT CHART

SÉNIOR—nés en 1996 et moins / SENIOR—born in 1996 and less				
Catégorie / Category	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	...

POOM A, U17 & U15—nés en 1997, 1998, 1999 / POOM A, U17 & U15—born in 1997, 1998, 1999				
Catégorie / Category	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	...

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

## ARBRE DE COMBAT SIMPLE ÉLIMINATION AVEC COMBAT POUR LA 3e PLACE / SINGLE ELIMINATION BRACKET WITH FIGHT FOR THE 3rd PLACE



# SÉLECTION ÉQUIPE QUÉBEC



SAISON / SEASON

2013-2014

ÉTAPE 3 – CATÉGORIE B

Dimanche 6 avril 2014  
Sunday, April 6, 2014

ÉCOLE SECONDAIRE  
DE L'AUBIER

1020, CHEMIN DU SAULT  
SAINT-ROMUALD, QUÉBEC  
G6W 5M6

## 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

Jeudi 3 avril 2014  
Thursday, April 3, 2014

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

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

### FRAIS D'INSCRIPTION / REGISTRATION FEES

Catégorie « B » / « B » Category : 50.00\$  
Entraîneur / Coach : 10.00\$  
Seulement si l'entraîneur n'est pas inscrit pour la  
catégorie ÉLITE.  
*Only if the coach is not registered for the ELITE  
Category.*

### PAIEMENT / PAYMENT

Fédération Québécoise de Taekwondo (WTF)  
SÉLECTION ÉQUIPE QUÉBEC ÉTAPE 3 CATÉGORIE B  
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, 4 avril 2014 ».

*Registration payment must be received at the  
"Fédération Québécoise de Taekwondo" by  
« Friday, April 4, 2014 » 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

Sans Frais / Tools free : 1-800-762-9565

Site Interne / Web site :

[www.taekwondo-quebec.ca](http://www.taekwondo-quebec.ca)



## HORAIRE / SCHEDULE

Samedi 5 avril 2014 / Saturday, April 5, 2014		
École secondaire de l'Aubier		
Remise des cartes d'accréditation (athlètes et entraîneurs) Pesés Catégories «B » / ID Card pick up (athletes and coaches) « B » Categories weigh in	Début / Start	Fin / End
	18:30	21:30
Dimanche 6 avril 2014 / Sunday, April 6, 2014		
École secondaire de l'Aubier		
Pesés Catégorie «B » / « B » Categories weigh in	Début / Start	Fin / End
	08:00	09:00
Combats Catégorie « B » / Sparring « B » Category	10:00	16:00

## 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,*

## MODE DE COMPÉTITION / COMPETITION MODE

Élimination directe dans le cas où l'arbre de combat  
comprend 3 athlètes et moins.  
*Single Élimination in case of the bracket contains 3  
athletes and less.*

Élimination directe avec combat pour la 3<sup>e</sup> place dans  
le cas où l'arbre de combat comprend 4 athlètes et  
plus.  
*Single Élimination with fight for the 3rd place in case of  
the bracket contains 4 athletes and more.*

## CONTACT AU VISAGE / CONTACT TO THE HEAD

Plein contact au visage pour toutes les athlètes de la  
catégorie « B » .

*Full Head Contact for all « B » category athletes.*

## HÔTEL / HOTEL



### Hôtel Plaza Québec

3031, boul. Laurier  
Québec, Québec, G1V 2M2  
Sans frais / Toll free : 1-800-567-5276

115.99\$/nuit /night  
Occupation simple à quadruple / Single to quad  
Réservez en mentionnant / Reserve with mention  
«La coupe du Québec de Taekwondo»

RÉSERVEZ TÔT / RESERVE EARLY

## ÉCOLE SECONDAIRE DE L'AUBIER



AUTOROUTE 20 EST SORTIE 314 /  
HIGHWAY 20 EAST EXIT 314  
TOURNER À DROITE SUR AV. DES ÉGLISES (175  
NORD)/  
TURN RIGHT TO AV DES EGLISES (175 NORTH)  
CONTINUER SUR CHEMIN DU SAULT /  
CONTINUE ONTO CHEMIN DU SAULT