

ÉQUIPEMENTS OBLIGATOIRES

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

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

Le protège buccal (transparent ou blanc) obligatoire à partir de 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 et JEUNE) 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, U9 et JEUNE) SEULEMENT.

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

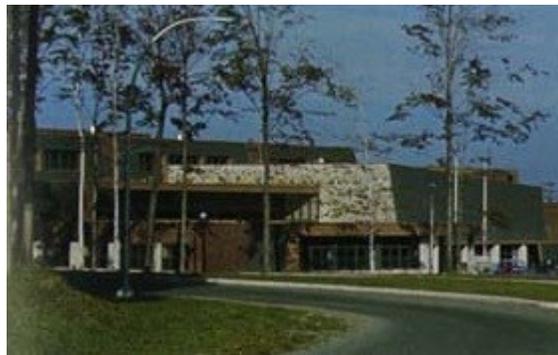
Le port du jeans, culottes courtes, camisoles, casquettes, cellulaires, caméras et oreillettes Bluetooth sont interdits.

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 Académie Taekwondo Kevin
- # 265 Taekwondo NG
- # 322 Taekwondo X-Trême W.T.F.
- # 324 Taekwondo Laurentides (St-Jérôme)
- # 336 Taekwondo Bois-des-Filion
- # 337 Taekwondo Blainville
- # 342 Laberge Taekwondo
- # 348 Couronne Nord Taekwondo

DIRECTIONS POLYVALENTE DEUX-MONTAGNES



PRENDRE AUTOROUTE 640 OUEST (Sortie # 8),
BOUL . ALBERT MONDOU / BOUL. DES PROMENADES.
PRENDRE LA 20 IÈME AVENUE (Tourner à gauche),
BOUL. DEUX-MONTAGNES ET RUE ANTONIN CAMPEAU
DIRECTION DE CHEMIN DES ANCIENS
À DEUX-MONTAGNES.

TAEKWONDO

FINALE RÉGIONALE JEUX DU QUÉBEC LAURENTIDES 2015-2016



DIMANCHE 24 JANVIER 2016
POLYVALENTE DEUX-MONTAGNES
(GYMNASE DOUBLE)
500 CHEMIN DES ANCIENS
DEUX-MONTAGNES, QC, J7R 6A7

ADMISSION GÉNÉRALE : \$2.00



ALMA H2017
52^e FINALE JEUX DU QUÉBEC
Une collaboration de RioTintoAlcan



INSCRIPTION

INSCRIPTION EN LIGNE SEULEMENT <http://www.taekwondo-quebec.ca>

DATE LIMITE D'INSCRIPTION
Mercredi 20 Janvier 2016 (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 2015-2016

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

08:30 : Arrivées des athlètes (Bénévoles & Parents),
09:00 : Pesée officielle
09:30 : Conceptions des arbres de combat,
10:00 : Début de la Finale Régionale 2015-2016,
14:00 : Remise des médailles,
15:00 : Fermeture de la Finale Régionale 2015-2016.

INFORMATIONS

Association Régionale Taekwondo Laurentides
Président M. Francois Chassay
taekwondolaurentides@gmail.com
Cellulaire : 450-971-3177

HORAIRE

Groupe d'âge	Pesée	Divisions	Combats
U7 (2010-2009)	09:00	09:30	10:00
U9 (2008-2007)	09:00	09:30	10:00
U11 (2006-2005)	09:00	09:30	10:00
U13 (2004-2003)	09:00	09:30	10:00
U15 (2002-2001)	09:00	09:30	10:00
U17 (2000-1999)	09:00	09:30	10:00
SÉNIOR & 35 + (1998...)	09:00	09:30	10:00

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

DURÉE DES COMBATS

U7 (D4 à D1) U9 (D4 à D1) U11 (D4 - D3) U13 (D4 - D3)	2 X 60 secondes & (30 secondes de repos)
U11 (D2 - D1) U13 (D2 - D1) U15 (D4 - D3) U17 (D4 - D3)	2 X 90 secondes & (45 secondes de repos)
U15 (D2 - D1) U17 (D2 - D1) SÉNIOR (D2 - D1)	2 X 120 secondes & (60 secondes de repos)
SÉNIOR (D4 - D3)	2 X 90 secondes & (45 secondes de repos)
SÉNIOR 35+ (D4 - D1)	2 X 90 secondes & (45 secondes de repos)

CATÉGORIES OFFICIELLES POUR LES JEUX DU QUÉBEC 2017

SEXE	GRADES	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

CATÉGORIES OFFICIELLES (Substituts) POUR LES JEUX DU QUÉBEC 2017

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

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.