

ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE / MANDATORY EQUIPMENT

Le dobuk complet avec la ceinture de couleur reconnue par la FQT (jaune, vert, bleu, rouge et noire).
Complete dobuk with FQT recognize color belt (yellow, green, blue, red and black).

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

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

Le plastron réversible (bleu ou rouge) de grandeur appropriée et du modèle couvrant les épaules et le dos du participant.
Body pad (blue or red) with appropriate size and cover shoulders and the back.

Les protèges avant-bras, sous le dobuk. Les protecteurs en coton sont permis pour les groupes d'âge U7 et U9 SEULEMENT.
Arm guards worn under the dobuk. Cotton arm guards are allowed for age group U7 and U9 ONLY.

Les gants de protection (blanc ou de couleur assortie au plastron) pour tous les POOM et DAN. Les gants ITF ou style boxe ne sont pas permis.
Protection gloves (white or matching color of body pad) for all POOM and DAN. ITF protection gloves or boxing gloves style are not allowed.

La coquille, sous le dobuk (autant pour les garçons que pour les filles).
Groin protection under the dobuk (for male and female).

Les protèges tibias, sous le dobuk. Les protecteurs en coton sont permis pour les groupes d'âge U7 et U9 SEULEMENT.
Shin guards worn under the dobuk. Cotton shin guards are allowed for age group U7 and U9 ONLY.

Les protèges pieds couvrant le dessus du pied sont obligatoires pour tous mais optionel pour les POOM A, et DAN. 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 & JEUNE SEULEMENT.
Foot instep covering up top of the foot for are mandatory for all but optional for POOM A and DAN. TKD socks are allowed. ITF foot in-step protector are not allowed. Cotton foot instep are allowed for age group U7, U9 & YOUTH ONLY.

HORAIRE / SCHEDULE

Groupe d'âge <i>Age group</i>	Pesée <i>Weigh-in</i>	Divisions <i>Divisions</i>	Combats <i>Sparring</i>
CATÉGORIES AVEC PLASTRONS RÉGULIER			
U7 (2011-2010)	8:00	9:00	9:30
U9 (2009-2008) D4	8:45	9:45	À la suite
U9 (2009-2008) D3-D2-D1	9h45	10h45	À la suite
JEUNES (2007-2006) D4	10h15	11h15	À la suite
JEUNES (2007-2006) D3-D2-D1-Noire	11h00	12h00	À la suite
SENIORS (1999-1982) D4-D3-D2-D1-Noire	13h15	14h15	À la suite
SEN. 35+ 1981 et moins	D4-D3-D2-D1-Noire 13h15	14h15	À la suite

CATÉGORIES AVEC PLASTRONS ÉLECTRONIQUES			
CADETS (2005-2004 -2003) D3-D4	8h30	9h00	9h30
CADETS (2005-2004-2003) D2-D1-Noire	9h00	10h00	À la suite
JUNIORS (2002-2001-2000) D4-D3-D2-D1-Noire	10h45	11h45	À la suite

CATÉGORIES GROUPE C AVEC PLASTRONS ÉLECTRONIQUES			
CADETS (2005-2004-2003) D2	12h00	13h00	À la suite
JUNIORS (2002-2001-2000) D2	12h00	13h00	À la suite
POMSAE			
TOUS LES AGES	TOUS LES CEINTURES	08h00	08h30

Des chaussons Deado seront prêtés à ceux qui n'en ont pas

EN RAISON DU NOUVEAU MODE DE FONCTIONNEMENT AVEC LES PLASTRONS ÉLECTRONIQUES, Il est important de consulter l'horaire afin d'éviter un temps d'attente inutile à vos athlètes.

DIVISIONS DE CEINTURE / BELT DIVISIONS

DIVISION 4 (D4)	DIVISION 3 (D3)	DIVISION 2 (D2)	DIVISION 1 (D1)
Jaune <i>Yellow</i>	Vert <i>Green</i>	Bleu <i>Blue</i>	Rouge <i>Red</i>
Barre verte <i>Green stripe</i>	Barre bleu <i>Blue stripe</i>	Barre rouge <i>Red stripe</i>	Barre noire <i>Black stripe</i>

DURÉE DES COMBATS / LENGTH OF SPARRING

U7 & U9 D4 - D1	JEUNE D4 - D3		2 X 60 sec. & 30 sec. de repos / rest
JEUNE D2 - D1	SENIOR D4 - D3	SEN 35+ D4-DAN	2 X 90 sec. & 45 sec. de repos / rest
CADET D4 - D1	JUNIOR D4- D1		3 X 60 sec. & 30 sec. de repos / rest
SENIOR D2 - DAN			2 X 120 sec. & 60 sec. de repos / rest

TOURNOIS INTER RÉGIONAL ALLIANCE TAEKWONDO



Samedi 3 Décembre 2016
5^{ème} RENDEZ VOUS ALLIANCE
TAEKWONDO COMPLEXE SPORTIF
COLLEGE L'ASSOMPTION
150 Dorval L'ASSOMPTION QUÉBEC J5W2Z4

ADMISSION

13 ans et plus : 8.00\$
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

Sanctionné par / *Sanction by :*

Fédération Québécoise de Taekwondo



INSCRIPTION / REGISTRATION

INSCRIPTION EN LIGNE SEULEMENT REGISTRATION ONLINE ONLY

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

DATE LIMITE D'INSCRIPTION / REGISTRATION DEADLINE

Jeudi le 01 Decembre 2016
Thursday, December 01, 2016

FRAIS D'INSCRIPTION / REGISTRATION FEES

35\$ plastrons réguliers
45\$ plastrons électroniques
60\$ Groupe C
20\$ poomsea

NOMBRE DE PARTICIPANTS PERMIS/ NUMBER OF PARTICIPANTS ALLOWED Maximum : 300

PAIEMENT / PAYMENT

Chèque à l'ordre de / *Cheque payable to :*
Alliance Taekwondo
4545 Pierre de Courbertin
Montréal (Québec), H1V 0B2

ENVOYEZ LES INSCRIPTIONS À : SEND REGISTRATIONS TO

Fédération Québécoise de Taekwondo (WTF)
info@taekwondo-quebec.ca

OBLIGATOIRE / MANDATORY

INDIQUEZ LE POIDS DE L'ATHLÈTE LORS DE L'INSCRIPTION EN LIGNE SPECIFY THE WEIGHT OF THE ATHLETE DURING THE ONLINE REGISTRATION FOR THE SPARRING

AUCUN REMBOURSEMENT / NO REFUND
Aucun remboursement des frais d'inscription,
excepté si aucun combat ne peut être offert
à un participant présent.
No refund of the registration fee, except if no
fight can not be offered
to this participant.

INFORMATIONS

Michel Meunier michelmeunier50@hotmail.com
Pierre Lachance plachancetkd@videotron.ca
Gilles Desbiens gilles.desbiens1@videotron.ca



MODE DE COMPÉTITION / COMPETITION MODE

L'arbre de combat employé lors de ce tournoi est un arbre de combat d'élimination directe avec un combat pour la médaille de bronze dans le cas d'arbres de combats de 4 athlètes et plus.

For this tournament, single elimination will be used with an additional fight for the bronze medal when we have 4 athletes and more in the tournament bracket.

CONTACT AU VISAGE / CONTACT TO THE HEAD

AUCUN CONTACT AU VISAGE N'EST PERMIS POUR LES
COMPÉTITIONS RÉCRÉATIVES SAUF POUR LE GROUPE C
*NO CONTACT THE FACE IS PERMITTED FOR COMPETITION
RECREATIONAL EXCEPT FOR GROUP C*

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 6 athlètes ou 1 bénévole pour 4
athlètes dans la même catégorie sont permis.
*1 coach per 6 athletes or 1 staff per 4 athletes in the
same category are allowed.*

Le port du jeans, culottes courtes, camisoles, cas-
quettes, cellulaires, caméras et oreillettes bluetooth
sont interdit.
*Coaches may not wear jeans, shorts, straitjackets,
caps, cellulars, cameras and bluetooth headsets.*

INFORMATIONS/NOTES

Tous les combats qui se feront avec les plastron
électronique Daedo seront fournis par la F.Q.T.
*All combats that are using Daedo electronic body
protectors, will be supplied by F.Q.T*
Les catégories qui auront accès aux plastrons
électroniques sont : Cadet et Junior Division 3 et 4
*The categories who will have access to the electronics
body protectors are : cadet and Junior Division 3 and 4*
Les chaussons Daedo pour les plastrons électronique.
Achat disponible sur place \$75
*Daedo socks for the electronic body protector.
Purchase on site available \$75*



HÔTEL / HOTEL

Days Inn Berthierville
760 rue Gadoury
Quebec, Berthierville J0K 1A0

Le Capri Motel et Suites
658 rue Notre-Dame,
Quebec, Repentigny J6A 2W3

HÔTEL CHARLEMAGNE
115, boul. Céline-Dion,
Québec, Charlemagne, J5Z 4P8

Super 8 Hotel Lachenaie Terrebonne
1155 Yves Blais,
Quebec, Terrebonne J6V 0A9

Complexe sportif collège L'Assomption
150 Dorval (porte S-101)
L'Assomption ,QC J5W2Z4



Prendre Autoroute 40 E ou O
Take Autoroute 40 E or W
Prendre la sortie QC-341 vers L'Épiphanie/L'Assomption
Take the QC-341 exit toward L'Épiphanie/L'Assomption
Tournez à gauche ou droite sur Montée de l'Épiphanie/QC-341 N
Turn left or right onto Montée de l'Épiphanie/QC-341 N
Tournez à droite Rang du Bas de l'Assomption N (rue Saint Étienne)
Turn right Rang du Bas de l'Assomption N (Saint Étienne st)
Tournez à Gauche sur Rue Dorval
Turn left onto Rue Dorval
150 Rue Dorval (S-101)
150 Dorval street (S-101)