

## ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE / MANDATORY EQUIPMENT

Les équipements obligatoires sont ceux qui ont été homologués ou reconnus par la WT ou par la F.Q.T.  
*The mandatory equipment is those which were approved or recognized by WT or by the F.Q.T.*

Le dobuk complet avec la ceinture de couleur reconnue par la F.Q.T. (rouge et noire pour la catégorie « B » et noire seulement pour la catégorie « Élite »).  
*Complete dobuk with F.Q.T. recognize color belt (red and black for "B" category and black only for "Elite" category).*

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 Gen 2 pour plastron électronique. Achat disponible sur place (125\$) par chèque ou en argent.  
*Aucun essai ni retour.*  
*Gen 2 Daedo socks for the electronic body protector. Purchase on site available (125\$) check or cash.*

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, et casques Daedo fournis par la F.Q.T.  
*All combats will use Daedo electronics body protectors and*

## DURÉE DES COMBATS / LENGTH OF SPARRING

Catégorie / Category	Manches / Rounds	Durée / Time	Repos / Rest
CADET, JUNIOR ET CLASSE B	3	90	45
ELITE SÉNIOR	3	120	60

## TABLEAU DES POIDS / WEIGHT CHART

SÉNIOR—nés en 2003 et moins / SENIOR—born in 2003 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	...

JUNIOR—nés en 2004, 2005, 2006 / JUNIOR—born in 2004, 2005, 2006				
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	...

CADET —nés en 2007, 2008, 2009 / CADET —born in 2007, 2008, 2009				
Catégorie / Category	Hommes / Men		Femmes / Women	
Fin	...	33kg	...	29kg
Fly	+33kg	37kg	+29kg	33kg
Bantam	+37kg	41kg	+33kg	37kg
Feather	+41kg	45kg	+37kg	41kg
Light	+45kg	49kg	+41kg	44kg
Welter	+49kg	53kg	+44kg	47kg
Light Middle	+53kg	57kg	+47kg	51kg
Middle	+57kg	61kg	+51kg	55kg
Light Heavy	+61kg	65kg	+55kg	59kg
Heavy	+65kg	...	+59kg	...

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

# SÉLECTION COUPE QUÉBEC



**SAISON / SEASON**

**2021**

**ÉTAPE 1**

**Samedi 16 octobre 2021**  
*Saturday, October 16th, 2021*

**Complexe sportif Claude Robillard**  
**1000 av Émile Journault**

## ADMISSION

13 ans et plus : 10.00\$  
*13 years and more*

6 ans à 12 ans : 5.00\$  
*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

Dimanche, 10 octobre, 2021  
Sunday, October 10th, 2021

Aucune inscription ne sera acceptée après le dimanche 10 octobre 2021 (inscriptions se terminant à 11h59 PM)

**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

Poomsae : 35.00\$  
Catégorie « Élite » / « Elite » Category: 70.00\$  
Catégorie « B » / « B » Category : 60.00\$  
Entraîneur / Coach : 10.00\$

### PAIEMENT / PAYMENT

Fédération Québécoise de Taekwondo (WT)  
SÉLECTION 1– COUPE QUÉBEC 2021  
4545 Pierre de Coubertin  
Montréal (Québec), H1V 0B2

Les paiements pour les inscriptions doivent être reçus à la Fédération Québécoise de Taekwondo au plus tard le « Jeudi, 14 octobre 2021 ».

Registration payment must be received at the "Fédération Québécoise de Taekwondo" by « Thursday, October 14th, 2021 » at the latest.

## INFORMATIONS

Courriel / Email : [info@taekwondo-quebec.ca](mailto:info@taekwondo-quebec.ca)  
Téléphone / Phone : 514-252-3198

## 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, casquettes, cellulaires, caméras et oreillettes bluetooth sont interdits.

Coaches may not wear jeans, shorts, straitjackets, caps, cellualars, cameras and bluetooth headsets.

## HORAIRE / SCHEDULE

Vendredi 15 octobre 2021 / Friday, October 15th, 2021		
Pesée MTL et QUÉBEC (lieux à confirmer)		
Remise des cartes d'accréditation (athlètes et entraîneurs) Pesés Catégories « Élite », « B » / ID Card pick up (athletes and coaches) « Elite » & « B » Categories weigh in	Début / Start	Fin / End
	18:00	20:00
Samedi 16 octobre 2021 / Saturday, October 16th 2021		
Complexe Sportif Claude Robillard	Début / Start	Fin / End
Confirmation de poids Catégorie «B » / « B » Category weigh in confirmation	Selon l'heure de combat à l'horaire	
Poomsae	8:30	
Combats Cadet Élite et catégorie B / « Elite » Cadet and B class Category	Horaire le 13 octobre	
Combats Junior et Sénior Élite A « Elite » Junior and Senior Category	Horaire le 13 octobre	

## NOTE POUR LES ÉLITES JUNIOR / NOTE FOR ELITES JUNIOR

Veillez noter que les athlètes Élites (Junior) qui sont dans leur dernière année junior auront le droit de participer au tournoi dans les catégories Junior ET Senior s'ils le souhaitent. Il leur suffit de s'inscrire en tant que juniors via notre site web puis de nous faire parvenir un courriel (à : [francois.c.fortier@taekwondo-quebec.ca](mailto:francois.c.fortier@taekwondo-quebec.ca)), indiquant qu'ils (elles) souhaitent concourir dans les 2 catégories et dans quelle division de poids senior ils (elles) participeront, et de nous faire parvenir le paiement de 140\$. Il va de soi que le poids de ces athlètes lors de la pesée devra correspondre aux catégories de poids Junior et Senior dans lesquelles ils seront inscrits afin qu'ils puissent participer dans ces 2 catégories. Aucun remboursement ne sera accordé à un(e) athlète ne rencontrant pas les exigences de ces divisions de poids.  
Please note that Elite athletes (Junior) who are in their last junior year may compete in both Junior AND Senior divisions if they choose to. Any athlete intending to do so must register on line as a Junior participant, then send us an email (at: [info@taekwondo-quebec.ca](mailto:info@taekwondo-quebec.ca)) confirming that they wish to compete in both divisions, and specifying in which weight category they will compete as Senior, and forward us a payment for 140\$. Any athlete wishing to compete as both Junior and Senior must of course make weight in both the Junior and Senior categories they've registered in, in order to be allowed

## CONTACT AU VISAGE / CONTACT TO THE HEAD

Plein contact au visage pour toutes les divisions.  
Full Head Contact for all divisions.

## Informations importantes

Le protocole sanitaire en vigueur :

- Passeport vaccinal obligatoire pour tous les participants de 13 ans et plus
- - Le port du masque est obligatoire pour tous, l'athlète pourra le retirer lors de ses combats.
- Veuillez vous présenter maximum 90 minutes avant l'heure de votre premier combat (**l'horaire sera publié le mercredi 13 octobre 2021**)

Le protocole complet et les détails seront communiqué sous peu.

## Lieu de compétition

**Complexe sportif Claude Robillard  
1000 av Émile Journault  
Montréal, Québec, H2M 2E7**

## Hébergements à proximité

Hotel Montréal Métropolitain, Bw  
3400 Boul Cremazie E, Montreal QC H2A 1A6