

ÉQUIPEMENTS OBLIGATOIRES

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

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

Le protège buccal (transparent ou blanc) obligatoire à partir de U13 ou 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) 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 et U9) 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 et U9) SEULEMENT.

Les chaussons électroniques G1 sont obligatoires pour les catégories officielles de la finale régionale des Laurentides pour les jeux du Québec RDL-2022.

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 Taekwondo
- # 088 École Taekwondo Intégrale St-Jérôme
- # 116 Taekwondo Laurentides (Ste-Thérèse)
- # 133 Équipe Taekwondo Plus
- # 215 Équipe Taekwondo Plus
- # 262 Taekwondo Laurentides (S-A-D-P)
- # 324 Taekwondo Laurentides (St-Jérôme)
- # 336 Taekwondo Bois-des-Filion
- # 337 Taekwondo Blainville
- # 342 TKD Mont-Laurier
- # 348 Dysphasie Laurentides
- # 374 Taekwondo Urbain

DIRECTIONS – IRS INSTITUT RÉGIONAL des SPORTS



Autoroute 15 et prendre la sortie 43-E / Saint-Jérôme (Centre-Ville).

Tournez à droite sur la rue de Martigny Ouest.

Après le pont, gardez votre droite pour tourner à droite sur la rue Labelle (route 117).

Gardez votre gauche pour tourner à gauche sur la rue de la Place du Curé-Labelle.

La rue Place du Curé-Labelle change pour la rue du Palais.

Tournez à gauche sur la rue Melançon.

IRS, 451 Rue Melançon, Saint-Jérôme, QC J7Z 4K3
(Entrée : par la porte avant de l'I.R.S.).

TAEKWONDO

FINALE RÉGIONALE JEUX DU QUÉBEC LAURENTIDES 2022-2023



DIMANCHE 11 DÉCEMBRE 2022

**Institut Régional des Sports
(Anciennement : Aréna Melançon)**

**451 Rue Melançon,
SAINT-JÉRÔME, QC, J7Z 4K3**

ADMISSION GÉNÉRALE : \$ 2.00



INSCRIPTION

INSCRIPTION EN LIGNE SEULEMENT

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

DATE LIMITE D'INSCRIPTION

Mercredi 07 Décembre 2022 (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 2022-2023

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

DÉROULEMENT

08:00 : Arrivées des athlètes (Bénévoles & Parents),
09:00 : Pesée officielle
09:30 : Conceptions des arbres de combat,
10:00 : Début de la Finale Régionale 2022-2023,
12:30 : Remise des médailles,
13:00 : Fermeture de la Finale Régionale 2022-2023.
13:15 : Rencontre avec les représentants LAU2023.

INFORMATIONS

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

HORAIRE

Groupe d'âge	Pesée	Divisions	Combats
U07 (2016-2015)	09:00	09:30	10:00
U09 (2014-2013)	09:00	09:30	10:00
U11 (2012-2011)	09:00	09:30	10:00
U13 (2010-2009)	09:00	09:30	10:00
U15 (2008-2007)	09:00	09:30	10:00
U17 (2006-2005)	09:00	09:30	10:00

CATÉGORIES OFFICIELLES POUR LES JEUX DU QUÉBEC 2023

SEXE	GRADES (D2-D1)	CATÉGORIES	POIDS
GARÇON	Bleu	U15	-42kg
	Bleu barre rouge		-47kg
	Rouge		-53kg
	Rouge barre noire		-59kg
			+59kg
FILLE	Bleu	U15	-41kg
	Bleu barre rouge		-46kg
	Rouge		-51kg
	Rouge barre noire		-57kg
			+57kg

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)	2 X 60 secondes (30 secondes de repos)
U11 (D4 - D1) U13 (D4 - D1) U15 (D4 - D1) U17 (D4 - D1)	3 X 60 secondes (30 secondes de repos) 2 RONDES SUR 3

SEXE DIVISIONS DATE DE NAISSANCE CATÉGORIES

Masculin 1-2 : 2008-01-01 au 2009-12-31
-42, -47, -53, -59, +59 kg

Féminin 1-2 : 2008-01-01 au 2009-12-31
-41, -46, -51, -57, +57 kg

Pour les divisions de poids inférieurs et supérieurs l'écart entre l'athlète le plus léger et le plus lourd ne doit pas dépasser 10 kg.

Aucun athlète ayant participé aux compétitions de classe B ne peut accéder à la Finale des Jeux du Québec. L'athlète doit avoir au minimum 12 ans au 15 février 2023.

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.