

## EQUIPEMENTS OBLIGATOIRE

Le dobuk complet avec la ceinture de couleur reconnue par la FTQ (jaune, vert, bleu, rouge ou noire)

Le casque blanc ou la couleur assortie à celle du plastron

Protège buccal transparent ou blanc obligatoire à partir de U-13 pour les couleurs et les POOM et DAN.

Le plastron réversible (rouge-bleu) de grandeur appropriée et du modèle couvrant les épaules et le dos.

Les protèges avant-bras, sous le dobuk, les protecteurs en tissu sont permis pour les groupes d'âge U7 et U9 seulement.

Les gants de protection (blanc ou couleur assortie au plastron) pour tous les POOM et DAN, les gants ITF ou de style boxe ne sont pas permis.

La coquille sous le dobuk (autant pour les garçons que pour les filles).

Les protèges tibia, sous le dobuk, les protecteurs en tissu 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 couleur, POOM B, C et D mais optionnels pour les POOM A et DAN. Les chaussons sont permis. Les protèges pied ITF ne sont pas permis. Les protecteurs en tissu sont permis pour les groupes d'âge U7 et U9 seulement.

## CONTACT AU VISAGE

Aucun contact au visage pour toutes catégories.

## ENTRAÎNEURS

Les entraîneurs doivent être accrédités par la Fédération de Taekwondo du Québec.

1 entraîneur pour 5 athlètes.

Le port du jeans, culotte courte, camisole, casquettes, cellulaires, caméras et oreillettes bluetooth sont interdits

## HORAIRE

7h30	Arrivée des bénévoles
8h30	Arrivé des Athlètes, Réunion des officiels
9h00	Cérémonie d'ouverture
9h15	Combats
Avis	Dans la mesure du possible, il y aura remise de médailles à la fin de chaque groupe d'âge

## DIVISIONS

DIVISION 2 (D2)	DIVISION 1 (D1)
Bleu	Rouge
Barre rouge	Barre noire

### Division finale Provinciale des Jeux du Québec

Il y aura une pesée pour la division Finale Prov.

- Ceinture bleue à rouge
- Catégorie U15 (2008-01-01 au 2009-12-31)
- Masculin : -42, -47, -53, -59, +59 kg
- Féminin : -41, -46, -51, -57, +57 kg

**Surclassement** Aucun surclassement de poids ne sera accepté. S'il y a absence dans une catégorie de poids, le surclassement d'âge sera accepté pour le U13 seulement. Pour respecter les règles d'admissibilité. Seulement les athlètes de 12 ans au 15 février 2023 sont éligibles au surclassement.

**A noter :** Les participants "Catégorie Classe B" non admissible à la Finale Provincial des J du Qc 2023

## TOURNOI RÉGIONAL

## TAEKWONDO



FINALES RÉGIONALES DES JEUX DU QUÉBEC  
Montréal Concordia 2022-2023



**Dimanche 18 décembre 2022**

Raymond Mourad Taekwondo  
5733 Sherbrooke O. Montréal H4A 1W9

**Admission spectateur gratuit**



## INSCRIPTION

### Inscription en ligne

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

#### DATE LIMITE D'INSCRIPTION

**Mercredi 14 décembre 2022**

**AUCUNE INSCRIPTION SUR PLACE OU APRÈS  
CETTE DATE NE SERA ACCEPTÉE**

#### FRAIS D'INSCRIPTION

**Combat 30\$**

**PAIEMENT Chèque à l'ordre de :**

**Association Régionale Montréal Concordia  
de Taekwondo**

#### **IMPORTANT :**

LES ATHLÈTES ET ENTRAÎNEURS DOIVENT ÊTRE MEMBRES EN RÈGLE  
DE LA F.Q.T. EN DATE DE LA COMPÉTITION SANS QUOI, ILS SERONT  
REFUSÉS ET NE SERONT PAS REMBOURSÉS

#### **BÉNÉVOLE**

Dans le souci d'offrir aux participants de vivre une expérience  
inoubliable, l'Association Régionale de Taekwondo de  
Montréal Concordia fait appel à ses dojang affiliés afin de  
fournir une liste de bénévoles disponibles pour le  
déroulement de la compétition. **Envoyer la liste de vos  
bénévoles par courriel. Le lunch est gratuit pour les  
bénévoles et les entraîneurs inscrits au tournoi.**

#### **INFORMATION**

Evangelos Lygeros (Président)  
Association Régionale Montréal  
Concordia  
Tél : (514) 270-8239  
Cell 514 898-3657

#### **Combattants**

Division	Durée/round	Pause
<b>2 bleu - barre rouge</b>	<b>1.5 minutes</b>	<b>45 secondes</b>
<b>1 rouge - barre noire</b>	<b>1.5 minutes</b>	<b>45 secondes</b>