

## ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE / MANDATORY EQUIPMENT

Les équipements obligatoires sont ceux qui ont été homologués ou reconnus par la WT ou par la F.Q.T. Aucun piercing, aucun bijou accepté n'est accepté.  
*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 (150\$) par carte seulement.  
*Aucun essai ni retour.*  
*Gen 2 Daedo socks for the electronic body protector. Purchase on site available (150\$) card only.*

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.

## DURÉE DES COMBATS / LENGTH OF SPARRING

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

## TABLEAU DES POIDS / WEIGHT CHART

| SÉNIOR—nés en 2007 et moins /<br>SENIOR—born in 2007 and less |                |       |                  |       |
|---|----------------|-------|------------------|-------|
| Catégorie /<br>Category                                       | Homme /<br>Men |       | Femme /<br>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 2008, 2009, 2010 /<br>JUNIOR —born in 2008, 2009, 2010 |                 |      |                   |      |
|--|-----------------|------|-------------------|------|
| Catégorie /  | Hommes /<br>Men |      | Femmes /<br>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 2011, 2012, 2013 /<br>CADET —born in 2011, 2012, 2013 |                 |      |                   |      |
|---|-----------------|------|-------------------|------|
| Catégorie /<br>Category   | Hommes /<br>Men |      | Femmes /<br>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

2025

ÉTAPE 2

Dimanche 25 mai 2025  
*Sunday, May 25th, 2025*

École secondaire Le Boisé

605 Notre-Dame Est, Victoriaville,  
G6P 6Y9

## 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



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

Mercredi, 21 mai 2025, 23h59  
Wednesday, May 21th, 2025 11h59 PM

### FRAIS D'INSCRIPTION / REGISTRATION FEES

Catégorie « Élite » / « Elite » Category: 80.00\$  
Catégorie « B » / « B » Category : 80.00\$  
Entraîneur / Coach : 10.00\$  
**PAIEMENT / PAYMENT**

Les paiements pour les inscriptions doivent être fait par carte de crédit en ligne au moment de l'inscription. Dans un délai maximal de 24h.  
*Registration payment must done Online by credit card or Interac transfert.*

*Les compétiteurs doivent tous être affiliés. Aucune affiliation ne sera acceptée sur place.  
Competitors must be affiliated. No affiliation on site will be accepted.*

### Règlements / Rules

*Les nouveaux règlements de la WT seront en vigueur (2 rounds sur 3)*

## 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 interdit.

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

## HORAIRE / SCHEDULE

| Samedi 24 mai 2025 / Saturday, May 24th   |                        |                    |
|---|------------------------|--------------------|
| Pesées des athlètes: École Le Boisé, à confirmer pour Québec et Montréal  |                        |                    |
| Pesés Catégories « Élite A », et optionnelle « B » /<br>« Elite A » & « optional B » Categories weigh in        | Début / Start<br>10:00 | Fin / End<br>12:00 |
| Dimanche 25 mai 2025 / Sunday, May 25th   |                        |                    |
| Le Boisé  | Début / Start          | Fin / End          |
| Pesée catégorie «B si non effectuée le samedi» et pesée aléatoire junior /<br>« B » Category weigh in confirma- | 8h30                   | 9h00               |
| Combats Cadet, Junior Élite et catégorie B /<br>« Elite » Cadet Junior and B class Category                     | 9h00                   |                    |
| Sénior Élite A<br>Pesée aléatoire et combat<br>« Elite » senior Category  | 11h00                  |                    |

### 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 : [info@taekwondo-quebec.ca](mailto:info@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 160\$. 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 160\$. 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

Les nouveaux règlements de la WT seront appliqués pour toutes les divisions.

### Lieu de compétition École secondaire Le Boisé

605 Notre-Dame Est, Victoriaville,  
G6P 6Y9

## Hébergements à proximité