

EQUIPEMENTS OBLIGATOIRE

Le dobok 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 dobok, les protecteurs en tissus 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 dobok (autant pour les garçons que pour les filles).

Les protèges tibia, sous le dobok, les protecteurs en tissus 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 tissus 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	Arrivée des Athlètes, Réunion des officiels
10h00	Cérémonie d'ouverture
10h30	Combats
12h00	Pause dîner
12h30	Reprise des combats
Avis	Dans la mesure du possible, il y aura remise de médailles à la fin de chaque groupe d'âge

Groupe d'âge (Ouvert à tous)	
U7 (2018-2019)	U9 (2016-2017)
Jeune (2014-2015)	Cadet (2011-2013)
Junior (2008-2010)	

DIVISIONS

DIVISION 4 (D4)	DIVISION 3 (D3)	DIVISION 2 (D2)	DIVISION 1 (D1)
Jaune	Verte	Bleu	Rouge
Barre verte	Barre bleue	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 (2011-01-01 au 2012-12-31)**
- 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 2026 sont éligibles au surclassement.

A noter : Les participants "Catégorie Classe B" **non admissible** à la Finale Provincial des J du Qc 2026

TOURNOI RÉGIONAL

TAEKWONDO



FINALES RÉGIONALES DES JEUX DU QUÉBEC LAVAL 2025-2026



RÉGION



Samedi 8 novembre 2025

POLYVALENTE GEORGES-VANIER

3995, Boul. Lévesque

Entrée rue Mondor (Bloc Sportif)

St-Vincent-de-Paul

Laval Québec, H7E 2R3

Admission spectateur gratuit

Stationnement gratuit



INSCRIPTION

Inscription et paiement en ligne

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

DATE LIMITE D'INSCRIPTION

Jeudi 6 novembre 2025

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

FRAIS D'INSCRIPTION

Combat 30 \$

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

PAS DE CANTINE SUR PLACE, APPORTEZ VOTRE LUNCH.

BÉNÉVOLE

Dans le souci d'offrir aux participants de vivre une expérience inoubliable, l'Association Régionale de Taekwondo de Laval fait appel à ses dojangs affiliés afin de fournir une liste de bénévoles disponibles pour l'installation du gymnase vendredi **7 novembre** à partir de 18h et 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

INFORMATIONS

Chan Phetmixay. Cell 514-757-6244

ass.regional.tkd.laval@gmail.com

Combattants

Division	Durée/round	Pause
4 jaune - barre verte	1 minute	30 secondes
3 verte - barre bleu	1 minute	30 secondes
2 bleu - barre rouge	1.5 minutes	45 secondes
1 rouge - barre noire	1.5 minutes	45 secondes

ASSOCIATION RÉGIONALE TKD DE LAVAL

COMITÉ ADMINISTRATIF

Chan Phetmixay, Président
François Marsan, vice-présidente
Jamal Chabi, secrétaire-trésorier

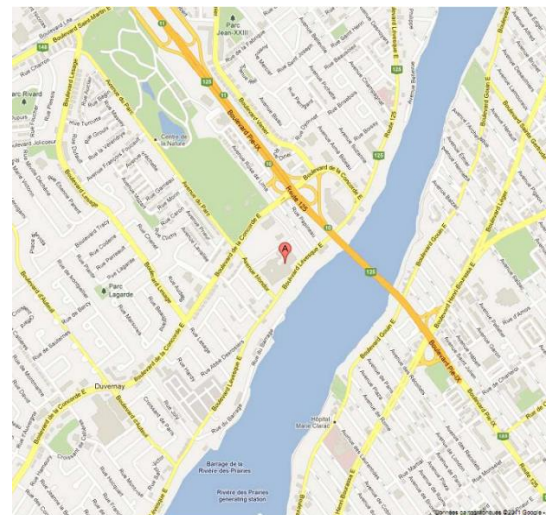
ADMINISTRATEURS

Benoit Morrissette
Monhammed Houmad
Amina Benamer

DOJANG LAVALLOIS AFFILIÉ À : FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DE TAEKWONDO

050 Loisirs Duvernay/St-Vincent
076 Club Tae Kwon Do Laval Fabreville
099 TKD Intégral J. Taillon
106 Taekwondo 4Masters
174 Taekwondo Loisirs St-François
175 Club Tae Kwon Do Laval Auteuil
212 Black Panthers
238 Impact Taekwondo inc.
318 TH Taekwondo
320 Taekwondo ART
360 Taekwondo Espoir
362 Centre d'entraînement Kickfit Lab

POLYVALENTE GEORGES-VANIER LAVAL



ITINÉRAIRE Autoroute 440 direction Est
Sortie 30 vers boul. Pie IX, Montée St-François
Garder la voie de service.
Sortie 10 direction boul. Lévesque et Concorde jusqu'à
l'avenue Rose-de-Lima
Tourner à gauche jusqu'au boul. de la Concorde Est,
tourner à droite jusqu'à l'avenue Mondor à gauche
Jusqu'au stationnement.