

# OPEN

## DE MONTRÉAL

2026 | 4<sup>e</sup> ÉDITION



SAMEDI  
**07 FÉVRIER 2026**

Centre Claude-Robillard - 1000, Avenue Émile Journault, Montréal  
Tél. : +1 (514) 721-8173 | Courriel : [info@acmpt.ca](mailto:info@acmpt.ca) | Site Web : [www.acmpt.ca](http://www.acmpt.ca)

# OPEN MONTRÉAL 2026

Samedi, le 7 février 2026

Centre Sportif Claude Robillard, 1000 Avenue Émile-Journault, Montréal





&amp;



## ► BIENVENUE

Les clubs de taekwondo d'A.C.M.P.T et école des champions olympiques, en collaboration avec la fédération québécoise de taekwondo, sont fiers de vous présenter, la 4<sup>ème</sup> édition de l'**Open de Montréal**, une compétition de Qualification provinciale pour le Grand Prix 2026 et qui reçoit aussi les athlètes de la Classe B le samedi 07 février 2026.

Pour cet événement, le centre Claude Robillard a été retenu comme site de compétition. Le grand gymnase devrait accueillir confortablement spectateurs et athlètes.

Vos hôtes : - **A.C.M.P.T** ([www.acmpt.ca](http://www.acmpt.ca))  
- **École des champions olympiques** ([www.ecoledeschampions.ca](http://www.ecoledeschampions.ca))

**Maître Abdel Ilah Es Sabbar, 7<sup>ème</sup> dan, ChPc, Adm.A, M.A.P**

Vous trouverez dans le présent document les renseignements pertinents concernant le déroulement des compétitions et les modalités d'inscription.

## ► WELCOME

A.C.M.P.T and école des champions Olympiques are proud to present the **OPEN de Montréal**, a competition for provincial qualification to the Grand Prix 2026 and also welcomes athletes of B class on February 7<sup>th</sup>, 2026.

The events will be held at Claude Robillard center which can accommodate for all competitors and spectators.

Your hosts: - **A.C.M.P.T** ([www.acmpt.ca](http://www.acmpt.ca))  
- **École des champions olympiques** ([www.ecoledeschampions.ca](http://www.ecoledeschampions.ca))

**Maître Abdel Ilah Es Sabbar, 7<sup>ème</sup> dan, ChPc, Adm.A, M.A.P**

You will find in this document all the information concerning registration and the events scheduling.



### Mot de bienvenue

C'est avec une immense joie que nous vous accueillons à la 4<sup>e</sup> édition de l'Open de Montréal de Taekwondo, ce samedi 07 février 2026!

Bienvenue à tous

**Athlètes, parents, amis, entraîneurs, bénévoles, médias, partenaires et commanditaires** qui contribuent, chacun à leur manière, à faire de cet événement un grand succès. Votre présence et votre engagement sont au cœur de cette belle célébration du sport, du respect et du dépassement de soi.

Cette année, notre Open prend une dimension encore plus spéciale : **nous joignons nos forces à la lutte contre le cancer du sein**, en partenariat avec la **Fondation du cancer du sein du Québec**. Cette cause me touche profondément, car **ma mère a elle-même traversé cette épreuve**.

Un **lien de don** est disponible pour ceux et celles qui souhaitent contribuer et recevoir un **reçu d'impôt**. De plus, le comité organisateur de l'Open s'est engagé à **verser un don pour chaque participant inscrit**, afin de soutenir la **recherche et les avancées médicales** dans la lutte contre cette maladie.

À cette occasion, **un kiosque de la Fondation du cancer du sein du Québec sera présent sur place** pour informer, sensibiliser et permettre aux visiteurs de contribuer directement à cette cause qui nous tient à cœur.

Merci à tous pour votre présence, votre générosité et votre esprit sportif. Ensemble, faisons de cette journée un moment fort, non seulement pour le taekwondo, mais aussi pour l'espoir et la solidarité.

**Bonne compétition à toutes et à tous!** 🏆 ❤️



<https://rubanrose.crowdchange.ca/127386>

Grand Me Abdel Ilah    Es Sabbar, 7<sup>ème</sup> dan, Adm.A, ChPc, M.A.P

## Welcome Message

It is with great joy that we welcome you to the **4th Edition of the Montreal Open Taekwondo**, this **Saturday, February 7<sup>th</sup>, 2026!**

A warm welcome to all — **athletes, parents, friends, coaches, volunteers, media, partners, and sponsors** — whose presence and dedication make this event such a success. Your support and enthusiasm are at the heart of this celebration of sport, respect, and perseverance.

This year, our Open takes on a very special meaning: **we are proudly supporting the fight against breast cancer** in partnership with the **Quebec Breast Cancer Foundation**. This cause is deeply personal to me, as **my mother has experienced this challenge herself**.

A **donation link** is available for anyone who wishes to contribute and receive a **tax receipt**. In addition, the organizing committee has pledged to **donate on behalf of every registered participant**, with all proceeds going directly to **support research and medical advancements** in the fight against breast cancer.

On this special day, **a booth from the Quebec Breast Cancer Foundation will be on-site**, offering information, awareness, and opportunities for visitors to contribute directly to this important cause. Thank you all for your presence, generosity, and sportsmanship. Together, let's make this day not only a celebration of taekwondo but also a symbol of hope and solidarity.

**Wishing everyone a great competition!** 🏆 ❤️

## ► TABLE DES MATIÈRES / TABLE OF CONTENTS

► Informations Générales / General informations .....	6
Date / Date .....	6
Lieu / Venue .....	6
Frais d'inscriptions / Registration fees.....	6
Procédure d'inscription / Registration procedure .....	6
Admission / Admission .....	6
Information / Information .....	6
► Accès à l'aire de combat / Access to the competition area .....	7
► Entraîneurs / Coaches.....	7

### Règles du tournoi / Tournament rules

Épreuves / Events .....	7
Catégories / Categories .....	7
► Divisions / Divisions .....	7
► Déroulement de la compétition / Tournament schedule .....	8
► Équipement obligatoire / Mandatory protective gear .....	8
► Contact à la tête / Head contact .....	9
► Durée des combats / Sparring duration .....	9
► Fiche de sommaire d'inscriptions des Dojangs / Dojang's registrations summary form .....	10

## ► INFORMATIONS GÉNÉRALES / GENERAL INFORMATION

<b>DATE</b> Samedi, 07 Février 2026	<b>DATE</b> Saturday, February 7 <sup>th</sup> , 2026												
<b>LIEU</b> Centre Sportif Claude Robillard, 1000 Avenue Émile-Journault, Montréal	<b>VENUE</b> Centre Sportif Claude Robillard, 1000 Avenue Émile-Journault, Montréal												
<b>FRAIS D'INSCRIPTION</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Préinscription obligatoire (aucune inscription sur place) pour tous les athlètes, entraîneurs, accompagnateurs.</li> <li>• <b>Combat:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Plastron régulier : 50,00\$</li> <li>Plastron électronique: 60,00\$</li> <li>Classe B : 80,00\$</li> <li>Concours de formes : 45,00\$</li> <li>Entraîneur/Accompagnateur : Gratuit gratuit</li> </ul> </li> <li>• Date limite : le mardi 3 février, 2026, à 23h59</li> <li>• Vous devez être membre de la fédération québécoise de taekwondo (FQT).</li> </ul>	<b>REGISTRATION FEES</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Pre-Registration only (no registration on site) for all athletes, coaches, coordinators.</i></li> <li>• <b>Sparring:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Regular chest protector: \$50,00</li> <li>Electronic chest protector: \$60.00</li> <li>Classe B : \$80,00</li> <li>Poomsae contest: \$45.00</li> <li>Coach/Coordinator: Free</li> </ul> </li> <li>• <i>Deadline: Tuesday February 3<sup>rd</sup>, 2026, 11h59PM</i></li> <li>• <i>You must be member of the Quebec Taekwondo Federation (QTF).</i></li> </ul>												
<b>PROCÉDURE D'INSCRIPTION</b>  Vous devez vous inscrire via le site Fitofan et payer par carte de crédit en ligne	<b>REGISTRATION PROCEDURE</b>  <i>You must register on Fitofan website and pay online by credit card</i>												
<b>ADMISSION</b> <table> <tr> <td>Adultes (13+):</td><td>10,00\$</td></tr> <tr> <td>Enfants de 5 à 12 ans :</td><td>5,00\$</td></tr> <tr> <td>Enfants 4 ans et moins :</td><td>gratuit</td></tr> </table>	Adultes (13+):	10,00\$	Enfants de 5 à 12 ans :	5,00\$	Enfants 4 ans et moins :	gratuit	<b>ADMISSION</b> <table> <tr> <td>Adults (13+):</td><td>\$10,00</td></tr> <tr> <td>Children (5 to 12):</td><td>\$5,00</td></tr> <tr> <td>Children (4 and under):</td><td>free</td></tr> </table>	Adults (13+):	\$10,00	Children (5 to 12):	\$5,00	Children (4 and under):	free
Adultes (13+):	10,00\$												
Enfants de 5 à 12 ans :	5,00\$												
Enfants 4 ans et moins :	gratuit												
Adults (13+):	\$10,00												
Children (5 to 12):	\$5,00												
Children (4 and under):	free												
<b>INFORMATION</b> <a href="mailto:Openmontrealtaekwondo@hotmail.com">Openmontrealtaekwondo@hotmail.com</a> <a href="mailto:info@acmpt.ca">info@acmpt.ca</a> <a href="mailto:info@taekwondo-quebec.ca">info@taekwondo-quebec.ca</a>  <b>Maître Abdel Ilah Es Sabbar, 7<sup>ème</sup> dan, ChPc</b>	<b>INFORMATION</b> <a href="mailto:Openmontrealtaekwondo@hotmail.com">Openmontrealtaekwondo@hotmail.com</a> <a href="mailto:info@acmpt.ca">info@acmpt.ca</a> <a href="mailto:info@taekwondo-quebec.ca">info@taekwondo-quebec.ca</a>  <b>Master Abdel Ilah Es Sabbar, 7<sup>th</sup> Dan ChPc</b>												



## ► ACCÈS À L'AIRE DE COMBAT

L'accès à l'aire de combat est **strictement réservé aux athlètes et entraîneurs accrédités**. L'aire d'échauffement est accessible aux athlètes, aux entraîneurs et aux accompagnateurs dûment enregistrés. Les athlètes qui ont terminé leurs combats sont invités à quitter l'aire de combat. Ces mesures visent à assurer la meilleure visibilité possible aux spectateurs.

## ACCESS TO THE COMPETITION AREA

Access to the competition area is **strictly reserved to athletes and coaches**. The warm-up area is accessible to athletes, coaches and registered coordinators. Athletes who have finished are invited to leave the competition area. This is to insure the best visibility possible for spectators.

## ► ENTRAÎNEURS

Les entraîneurs doivent être accrédités par la Fédération québécoise de taekwondo et détenir un certificat de Poom ou Dan du Kukkiwon. Une tenue vestimentaire appropriée est exigée. La préinscription est obligatoire (un seul formulaire par école). Nous recommandons la présence de 1 entraîneur pour 5 athlètes.

## COACHES

Coaches must be accredited by the Fédération Québécoise de taekwondo and must hold a Kukkiwon Poom or Dan Certificate. Appropriate sports clothes are required. Pre-registration is mandatory (one form per school). We recommend one coach for 5 athletes.

## ► RÈGLES DU TOURNOI / TOURNAMENT RULES

### ÉPREUVES

- Combat simple élimination, **combat pour la médaille de bronze**.
  - Formes
- Règlements WT

### EVENTS

- Sparring, single elimination, **fight for the bronze medal**.
  - Poomsae
- WT Rules

### CATÉGORIES

Il y a deux niveaux de participation distincts pour les combats :

- 1) U7 et U9, ceintures jaunes à noire, plastrons réguliers, cumulatif de points;
- 2) Jeune, Cadet, Junior, senior et 35+, ceintures de couleurs et noire, plastrons électroniques. Meilleur des 3 rondes

### CATEGORIES

There are two different categories of sparring:

- 1) U7 and U9, yellow to black belts, regular chest protector, Winner by point;
- 2) Youth, Cadet, Junior, Senior and 35+, color and black belts, electronic chest protector, best of 3 rounds.

## ► DIVISIONS

Groupe d'âge Age Group	Année de naissance Year of Birth
U7	2019-2020
U9	2017-2018
Jeune/Youth	2015-2016
Cadet	2012-2013-2014
Junior	2009-2010-2011
Senior	1991-2008
35+	1990 et avant / and before



## ► DÉROULEMENT DE LA COMPÉTITION / TOURNAMENT SCHEDULE

HORAIRE DU TOURNOI INVITATION / INVITATION TOURNAMENT SCHEDULE

Âge	Ceintures/Belts	Division	Combat/Sparring
U7	Jaune à rouge/ Yellow to Red	8h30	8h45
Toutes catégorie poomsae	Toutes les ceintures	8h30	
Toutes autres catégories / All other categories	Toutes autres / All others	Confirmation 05 février / TBA February 5 <sup>th</sup>	Confirmation 5 <sup>th</sup> February/ TBA February 5 <sup>th</sup>

Pour permettre aux organisateurs de vous fournir une information plus précise, l'horaire de la journée sera présenté sur le site web de la Fédération Québécoise de Taekwondo à compter du 5 février 2026.

*In order to provide you with accurate information, the schedule of the day will be posted on the Quebec Taekwondo Federation's web site on February 5<sup>th</sup>, 2026.*

([www.taekwondo-quebec.ca](http://www.taekwondo-quebec.ca))

## ► ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE

- Plastron
- Casque blanc ou de même couleur que le plastron
- Protège avant-bras
- Protège tibia
- Protège pied pour les ceintures de couleurs, jeune, cadet
- Coquille (hommes et femmes)
- Protecteur buccal blanc ou transparent

- L'athlète doit fournir son propre équipement.
- Les protège avant-bras, tibia et la coquille doivent être portés sous le dobok.
- Pour les combats avec plastrons électroniques, les athlètes doivent fournir les bas génération 1 ou 2, qui sont disponibles pour achat sur place au coût de 150\$.

## MANDATORY PROTECTIVE GEAR

- Trunk Protector
- Head Gear, white or matching chest Protector
- Arm Guard
- Shin Instep
- Foot guard for colored belts, youth and cadet
- Groin Protector (Men and Women)
- Mouth Guard

- All athletes must provide his/her own equipment.
- Arm Guard, Shin Instep and Groin Protector must be worn under the dobok.
- For sparring with electronic chest protector, athletes must supply socks gen1 ou 2, which are on sale on site for \$150.

## ► CONTACT À LA TÊTE

**Aucun contact à la tête sauf pour la classe B**

## HEAD CONTACT

**No head contact for all division except B Class.**

## ► DURÉE DES COMBATS / SPARRING DURATION

Ceinture/Belt	Rounds	Durée/Duration	Repos/Rest
U7 et/and U9	2	75 sec.	30 sec.
Jeune / Youth	3	75 sec.	30 sec.
Cadet et/and Junior	3	75 sec.	30 sec.
Sénior et/and 35+	3	75 sec.	30 sec.
Classe B	3	90 sec	30 sec

## POOMSAE

**DIVISIONS POOMSAE RÉCRÉATIF (Loisirs)**

(En résumé : Un Poomsae en dessous du grade ou celui du grade ou un au dessus ...)

<b>DIVISIONS DE CEINTURES DE COULEUR ... (Récréatif / Loisirs)</b>			
<b>Division 4</b>	<b>Division 3</b>	<b>Division 2</b>	<b>Division 1</b>
<i>Jaune</i>	<i>Verte</i>	<i>Bleue</i>	<i>Rouge</i>
<i>Jaune barre Verte</i>	<i>Verte barre Bleue</i>	<i>Bleue barre Rouge</i>	<i>Rouge barre Noire</i>
<b>POOMSAE PAR DIVISION (de couleur ...)</b>			
<i>Taegeuk - Il Jang</i>	<i>Taegeuk - Sam Jang</i>	<i>Taegeuk - Oh Jang</i>	<i>Taegeuk - Chil Jang</i>
<i>Taegeuk - Ee Jang</i>	<i>Taegeuk - Sa Jang</i>	<i>Taegeuk - Yuk Jang</i>	<i>Taegeuk - Pal Jang</i>
<i>Taegeuk - Sam Jang</i>	<i>Taegeuk - Oh Jang</i>	<i>Taegeuk - Chil Jang</i>	<i>Palque - Koryo</i>

<b>DIVISIONS DE CEINTURE NOIRE ... (Récréatif / Loisirs)</b>
<i>En résumé : Un Poomsae en dessous du grade ou celui du grade ou un au dessus ...)</i>

Chacune des divisions a un choix de trois pomsae différents. Un participant doit s'assurer de faire un poomsae permis dans sa division. Le participant doit être dans la mesure d'identifier le poomsae qu'il exécutera sur sa feuille d'inscription.

► **FICHE DE SOMMAIRE D'INSCRIPTIONS – DOJANG À L'EXTÉRIEUR DU QUÉBEC**  
**DOJANG'S REGISTRATIONS SUMMARY FORM-OUTSIDE THE PROVINCE OF QUEBEC**

DOJANG (numéro et nom) (Number and Name)	
---	--

Personne contact Contact		
	Nom / Name	Téléphone / Phone Number

Entraîneur en charge (sur place) Coach in charge (on site)	
---	--

Nombre de participants Number of Competitors	U7, U9	_____ X 50.00 \$ = _____ \$
	Jeune, Cadet, Junior, senior et 35+	_____ X 60.00 \$ = _____ \$
	Concours de formes, Poomsae	_____ X 45.00 \$ = _____ \$
	Total	= _____ \$

ENTRAÎNEURS / COACHES (inscription obligatoire / registration mandatory)		1 pour 5 participants 1 for 5 competitors	
Nom/Name	no FQT (Québec seul./only)	Nom/Name	no FQT (Québec seul./only)



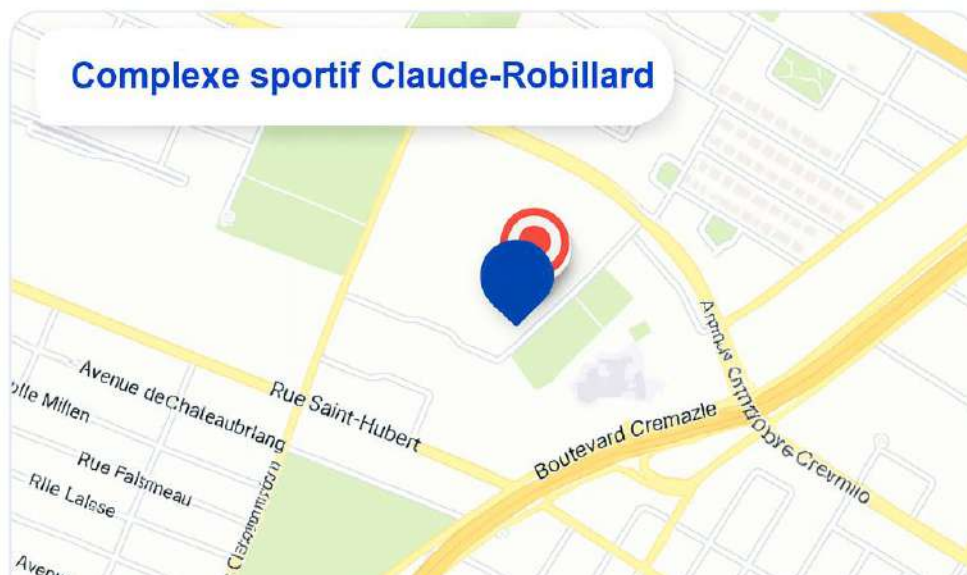
Nom/Name no FQT (Québec seul./only)	Nom/Name no FQT (Québec seul./only)
<b>ACCOMPAGNATEURS / COORDINATORS</b> (inscription obligatoire / <i>registration mandatory</i> )	<b>1 pour 6 participants, maximum 3</b> <b>1 for 6 competitors, maximum 3</b>
Nom/Name no FQT (Québec seul./only)	Nom/Name no FQT (Québec seul./only)
Nom/Name no FQT (Québec seul./only)	
<b>ARBITRES / REFEREES</b>	
<p>S'il vous plait, contactez Jocelyne Carrière, présidente du comité des officiels de la Fédération Québécoise de taekwondo</p> <p>Please contact Jocelyne Carrière, referee chair from Quebec Taekwondo Federation  <a href="mailto:officiels@taekwondo-quebec.ca">officiels@taekwondo-quebec.ca</a></p>	

4ÈME ÉDITION

# Open de Montréal 2026

Samedi 7 février 2026

## Guide d'hébergement pour les participants





LIEU DE LA COMPÉTITION

**Complexe sportif Claude-Robillard**

1000 Av. Émile-Journault  
Montréal, QC H2M 2E7

- P** Stationnement sur place
- M** Métro Crémazie (10 min à pied)
- R** Restaurants à proximité

## Hébergement recommandé

Hôtels vérifiés, triés par distance du site de compétition

- |   |  |                  |
|---|--|------------------|
| 1 | <b>Hotel Montreal Metropolitan, BW Signature Collection</b><br>3400 Boulevard Crémazie Est, Montréal, QC H2A 1A6<br>+1 514-750-2378 <a href="http://bestwestern.com">bestwestern.com</a> | 3.2 km<br>7 min  |
| 2 | <b>Hôtel Ruby Foo's</b><br>7655 Boulevard Décarie, Montréal, QC H4P 2H2<br>+1 514-731-7701 <a href="http://hotelrubyfoos.com">hotelrubyfoos.com</a>                                      | 6.4 km<br>12 min |
| 3 | <b>Hôtel Le Dauphin Montréal Centre-Ville</b><br>1025 Rue De Bleury, Montréal, QC H2Z 1M7<br>+1 514-788-1888 <a href="http://hotelsdauphin.ca">hotelsdauphin.ca</a>                      | 7.0 km<br>14 min |
| 4 | <b>Comfort Suites Downtown Montreal</b><br>1214 Rue Crescent, Montréal, QC H3G 2A9<br>+1 514-878-2711 <a href="http://choicehotels.com">choicehotels.com</a>                             | 7.2 km<br>14 min |
| 5 | <b>Best Western Plus Montreal Downtown-Hotel Europa</b><br>1240 Rue Drummond, Montréal, QC H3G 1V7<br>+1 514-866-6492 <a href="http://bwpmontreal.com">bwpmontreal.com</a>               | 7.5 km<br>15 min |
| 6 | <b>Crowne Plaza Montreal Airport</b><br>6600 Chemin de la Côte-de-Liesse, Saint-Laurent, QC H4T 1E3<br>+1 514-344-6781 <a href="http://ihg.com">ihg.com</a>                              | 9.8 km<br>12 min |
| 7 | <b>Holiday Inn Laval Montréal</b><br>2900 Boulevard Le Carrefour, Laval, QC H7T 2K9<br>+1 450-682-9000 <a href="http://ihg.com">ihg.com</a>  | 12 km<br>15 min  |

✓ Tous ces hôtels sont à moins de 15 minutes du site de la compétition et sont près de restaurants et de magasins.

## Aide-mémoire

### Se préparer à la compétition récréative

Basé sur les règlements de la WT – En date de septembre 2025

Politiques des règlements de tournois (Niveau récréatif) – Version 5.1

Il est souhaitable de se référer à la dernière version des règlements officiels pour un complément d'information.

Ce document est dédié aux athlètes et aux arbitres associés à Taekwondo Québec et ne peut être publié sur d'autres réseaux.

Lors que tu arrives sur un plateau de compétition, ce sont les arbitres qui assurent un déroulement sécuritaire.

Pour ton bien-être, ta sécurité et la sécurité de ton adversaire, quelques jours avant la compétition récréative, il faut te préparer.

Qu'arrive-t-il si tu n'as pas tout ton équipement ou qu'il n'est pas porté adéquatement?

Lorsque l'officiel vérifie ton équipement et qu'il en manque :

- 1- Ça entraîne des délais inutiles pour que tu puisses trouver l'équipement nécessaire;
- 2- Ça détourne ton attention de ta stratégie de combat;
- 3- Tu perds un temps précieux de préparation avec ton entraîneur.

### TON SAC COMPREND AU MINIMUM :

- Le dobuk complet avec la ceinture de couleur reconnue par la F.Q.T. (jaune, vert, bleu, rouge ou noire).
- Un plastron réversible (Bleu et rouge) pour les U7 ou U9. La couleur du plastron sera déterminée par l'arbitre sur ton carré.
- Les protèges avant-bras et coude, sous le dobuk.
- Les protèges tibias, sous le dobuk.
- Les protèges pieds couvrant le dessus du pied sont obligatoires. Les chaussons sont permis. Selon la catégorie le chausson électronique est requis.
- La coquille, sous le dobuk (autant pour les garçons que pour les filles).
- Le protecteur buccal obligatoire blanc ou transparent (sauf U7 et U9).
- Le casque blanc ou de la couleur de ton plastron (bleu ou rouge).
- Au choix, le protège genoux, sous le dobuk (en tissus, sans parties en métal ni en plastique).
- Au choix, une visière.
- Au choix, le hijab sportif, porté sous le casque et le dobuk.
- Les gants de protection approuvés ou équivalent WT (blanc) pour les ceintures POOM et DAN.
- Une bouteille d'eau recyclable et une serviette.
- PROTEGES TIBIAS ET PROTEGES BRAS (Les protecteurs en coton sont permis pour les groupes d'âge U7 et U9 SEULEMENT).