



## **FINALE RÉGIONALE DES JEUX DU QUÉBEC 2026**

### **RÉGIONS DE LA CAPITALE-NATIONALE ET DE CHAUDIÈRE-APPALACHES**

**Attention :** Superviseurs, directeurs techniques, entraîneurs, athlètes, parents et amis.

**Vous êtes cordialement invités à participer à la compétition de la finale régionale des Jeux du Québec 2026**

Cette invitation s'adresse à tous les athlètes de Taekwondo des régions de la Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches.

|                                                         |                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b><u>Date :</u></b>                                    | Samedi le 07 novembre 2026                                                                                                       |
| <b><u>Date limite pour l'inscription en ligne :</u></b> | Mercredi le 04 novembre 2026                                                                                                     |
| <b><u>Admission des spectateurs :</u></b>               | \$5,00—5 ans et moins gratuit                                                                                                    |
| <b><u>Lieu :</u></b>                                    | Centre communautaire Lucien-Borne<br>790, Salaberry<br>(Coin Chemin Ste-Foy)<br>Québec QC<br>(Stationnement par Côte Sherbrooke) |

#### **Important :**

**Afin que les arbres de combats soient justes, il est de la responsabilité de l'entraîneur de fournir le poids exact des athlètes. Le poids doit être pris en kilogramme, en dobok et sans protections.**

**Les espaces de stationnement sont limités. Nous vous suggérons d'encourager les parents et entraîneurs à faire du covoiturage et lorsque c'est possible à prendre le transport en commun.**

**Information :**

Paul Germain 418-650-3731

**Inscription :**

\$30 combat

**N.B : Il y aura des combats pour déterminer la 3<sup>ème</sup> place (médaille de bronze)**

**Pour vous inscrire :**

Vous devez obligatoirement vous inscrire via le site web de la Fédération québécoise de Taekwondo ([www.taekwondo-quebec.ca](http://www.taekwondo-quebec.ca)).

La date limite pour les inscriptions en ligne est le mercredi 04 novembre 2026 à 23h59

Un seul chèque, mandat-poste ou argent payable à : Club de Taekwondo de la Capitale  
Remettre le paiement lors de la remise des inscriptions le matin même de la compétition

**Plastrons :**

Les athlètes devront apporter leur plastron. Aucun plastron électronique.



En collaboration avec



**Horaire :**

**Notez que l'horaire sera sur le site de la fédération le jeudi 05 novembre**  
**Début : 9h00**

**LES RÈGLEMENTS DE LA FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE S'APPLIQUENT.**

**Aucun contact au visage pour tous**

**Catégories :**

| <b>Année de naissance</b> | <b>Catégories</b> |
|---------------------------|-------------------|
| 2019-2020                 | U7                |
| 2017-2018                 | U9                |
| 2015-2016                 | jeunes            |
| 2012-2013-2014            | cadets            |
| 2009-2010-2011            | junior            |

**Durée de combats :**

| <b>Division</b> | <b>Ronde</b> | <b>Temps</b>   | <b>Repos</b> |
|-----------------|--------------|----------------|--------------|
| U7-U9           | 2/3          | 1 min 15 sec.  | 30 sec.      |
| JEUNES          | 2/3          | 1 min. 15 sec. | 30 sec.      |
| CADETS          | 2/3          | 1 min. 15 sec. | 30 sec.      |
| JUNIORS         | 2/3          | 1 min. 15 sec. | 30 sec.      |

**Rappelez à tous vos participants  
d'apporter leurs souliers pour se  
déplacer.**

**La même suggestion pourrait aussi  
être faite aux spectateurs, car les  
bottes ne sont pas autorisées dans le  
gymnase.**

**Compilation des inscriptions de votre club**

Nom du club : \_\_\_\_\_

Nom de l'entraîneur : \_\_\_\_\_

Numéro de téléphone : \_\_\_\_\_

Nombre d'athlète

|                                                              |
|--------------------------------------------------------------|
| _____ athlètes X 30.00\$ (combat) = montant total : _____ \$ |
|--------------------------------------------------------------|

A remettre avec le paiement le matin de la compétition