



TAEKWONDO

TOURNAMENT

**OCTOBER 18TH
2025**

COMPLEXE SPORTIF DE L'OUEST

65-B, RUE SAINT-PIERRE, RIGAUD, QC
JOP 1P0

**REGISTER
NOW**



TABLE DES MATIÈRES / TABLE OF CONTENTS

Mot de bienvenue/ Welcome	3
Informations générales / General informations.....	4
Date / Date	4
Lieu / Venue.....	4
Frais d'inscriptions / Registration fees.....	4
Procédure d'inscription / Registration procedure	4
Admission / Admission	4
Information / Information.....	4
Accès à l'aire de combat / Access to the competition area	5
Entraîneurs / Coaches	5
Règles du tournoi / Tournament rules	5
Épreuves / Events	5
Catégories / Categories.....	5
Divisions / Divisions	6
Déroulement de la compétition / Tournament schedule	6
Équipement obligatoire / Mandatory protective gear	7
Contact à la tête / Head contact	7
Durée des combats / Sparring duration	8

► BIENVENUE

Taekwondo Québec, en collaboration avec les clubs de **Taekwondo Laurentides et Twins Taekwondo** sommes fiers de vous présenter, le championnat TLT, un tournoi sectoriel pour tous les niveaux récréatifs et de classe B le samedi 18 octobre 2025.

La compétition se tiendra au Centre Sportif de l'Ouest, à Rigaud

Vos hôtes : - **Taekwondo Laurentides et Twins Taekwondo**

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

► WELCOME

Taekwondo Québec with our hosts Taekwondo Laurentides and Twins Taekwondo are proud to present the **TLT Championship**, a sectorial tournament for all levels (recreational and B Class) Saturday, October 18th, 2025.

The events will be held at Centre Sportif de l'Ouest, à Rigaud

Your hosts: - **Taekwondo Laurentides et Twins Taekwondo**

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

► **INFORMATIONS GÉNÉRALES / GENERAL INFORMATION**

DATE Samedi 18 octobre 2025	DATE Saturday, October 18th, 2025
LIEU Centre Sportif de l'Ouest 65-B, Rue Saint-Pierre Rigaud, QC J0P 1P0	VENUE Centre Sportif de l'Ouest 65-B, Rue Saint-Pierre Rigaud, QC J0P 1P0

FRAIS D'INSCRIPTION - Préinscription obligatoire (aucune inscription sur place) pour tous les athlètes, entraîneurs, accompagnateurs. Combat : Plastron régulier : 50,00\$ Plastron électronique : 60,00\$ Groupe B (ceinture noires): 80,00\$ Fighter de l'Ontario frais: 40,00\$ - Entraîneur/Accompagnateur : Gratuit - Ouverture des inscriptions le vendredi 12 septembre 2025 à midi (12h00 HE) - Fermeture des inscriptions le mardi 14 octobre 2025 à minuit - Vous devez être membre de la fédération québécoise de taekwondo (FQT).	REGISTRATION FEES - Pre-Registration only (no registration on site) for all athletes, coaches, coordinators. Sparring: Regular chest protector: 50,00\$ Electronic chest protector: 60.00\$ B class (black belts): 80,00\$ Ontario fighters must add fees: 40,00\$ - Coach/Coordinator: Free - Registration starts on Friday, September 12th 2025 at 12h00 PM - Registration closes on Tuesday October 14th 2025 at 11h59 PM. - You must be member of the Fédération québécoise de taekwondo (FQT).
PROCÉDURE D'INSCRIPTION L'entraîneur du club doit effectuer les inscriptions via le site internet de Fitofan en indiquant le poids réel (en kg) de l'athlète. Lien d'inscription: <u>Championnats TLT 2025</u> Vous devez acquitter le paiement complet 'en ligne' par carte de crédit. Pour les clubs de l'Ontario, veuillez contacter Anthony à l'adresse info@twinstaekwondo.com	REGISTRATION PROCEDURE The club coach must register through the Fitofan website by indicating the athlete's actual weight (in kg). Registration link: <u>TLT Championship 2025</u> You must make the full payment 'online' by credit card. For Ontario clubs please contact Anthony at info@twinstaekwondo.com

ADMISSION Adultes (13+): 10,00\$ Enfants de 5 à 12 ans : 5,00\$ Enfants 4 ans et moins : gratuit	ADMISSION Adults (13+): \$10,00 Children (5 to 12): \$5,00 Children (4 and under): free
--	---

INFORMATION info@twinstaekwondo.com (Anthony Petrone)	INFORMATION info@twinstaekwondo.com (Anthony Petrone)
--	--

► 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 le bon fonctionnement/déroulement de l'événement.

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. These measures aim to ensure the smooth operation of the event.

► ENTRAÎNEURS

Les entraîneurs doivent être accrédités par la Fédération québécoise de taekwondo et détenir toutes les certifications nécessaires (PNCE, Kukkiwon, premiers soins, arbitrage). Une tenue vestimentaire appropriée est exigée. **La préinscription est obligatoire** sur le site d'inscription Fitofan). Nous recommandons la présence de 1 entraîneur pour 5 athlètes.

COACHES

Coaches must be accredited by the Fédération Québécoise de taekwondo and must hold all the certification needed (NCCP, Kukkiwon, First aid and referee courses). Appropriate sports clothes are required. **Pre-registration is mandatory** on Fitofan website. We recommend one coach for 5 athletes.

► RÈGLES DU TOURNOI / TOURNAMENT RULES

ÉPREUVES

Combat simple élimination, **combat pour la médaille de bronze. 2 combats minimums pour les ceintures jaunes d'âge U7 à cadet (arbre de moins de 4 participants)**
Règlements WT

EVENTS

Sparring, single elimination, **fight for the bronze medal. A minimum of 2 fights will be offered for Yellow belts (U7 to cadet) in fight trees of 4 or less.**

WT Rules

CATÉGORIES

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

- 1) U7 et U9, ceintures jaunes à noire, plastrons réguliers, cumulatifs de points sur 2 rondes.
- 2) Jeune, Cadet, Junior, Senior et 35+ ceintures de couleurs et noires, 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 over 2 rounds.
- 2) Youth, Cadet, Junior, Senior and 35+, color and black belts, electronic chest protector, best of 3 rounds.

► **DIVISIONS**

Groupe d'âge <i>Age Group</i>	Année de naissance <i>Year of Birth</i>
U7	2018-2019
U9	2016-2017
Jeune/Youth	2014-2015
Cadet	2011-2012-2013
Junior	2008-2009-2010
Senior	1990-2007
35+	1989 et avant / <i>and before</i>

► **DÉROULEMENT DE LA COMPÉTITION / TOURNAMENT SCHEDULE**

HORAIRE DU TOURNOI / TOURNAMENT SCHEDULE

Âge	Ceintures/Belts	Division	Combat/Sparring
U7 et/and U9	Jaune à rouge/ Yellow to Red	8h30	
Classe B	Rouge et noire classe B	Cadet à confirmer / TBA Junior à la suite Senior à la suite	
Toutes autres catégories / All other categories	Toutes autres / All others	Confirmation le 16 octobre 2025	

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 16 octobre 2025.

In order to provide you with accurate information, the schedule of the day will be posted on the Federations web site on October 16th 2025.

(www.taekwondo-quebec.ca)

► ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE

- Plastron
- Casque blanc ou de même couleur que le plastron
- Protège avant-bras
- Protège-tibias
- Protège pied pour les ceintures de couleurs, jeune, cadet
- Coquille (hommes et femmes)
- Protecteur buccal blanc ou transparent
Pour les athlètes ayant des appareils d'orthodontie fixe (broches), le protecteur buccal double est obligatoire.
- **L'athlète doit fournir son propre équipement.**
- **Les protèges avant-bras, tibia et la coquille doivent être portés sous le dobok.**
- **Pour plastrons électroniques : chaussons Daedo gen1/2 requis. En vente sur place 150\$ (Gen2, carte seulement). Aucun autre type de chaussons électroniques acceptés**

MANDATORY PROTECTIVE GEAR

- Chest 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 (white or clear)
For athletes with fixed orthodontic appliances (braces), the double mouthguard is mandatory.
- **All athletes must provide his/her own equipment.**
- **Arm Guard, Shin Instep and Groin Protector must be worn under the dobok.**
- **For electronic: Daedo socks gen1/2 required. On sale onsite 150\$ (Gen2, card only). No other socks accepted**

► CONTACT À LA TÊTE

Aucun contact à la tête sauf pour la classe B

HEAD CONTACT

No head contact 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.

ARBITRES / REFEREES

S'il vous plaît, contactez Jocelyne Carrière, présidente du comité des officiels de la Fédération québécoise de taekwondo

Please contact Jocelyne Carrière, referee chair from Quebec Taekwondo Federation
officiels@taekwondo-quebec.ca