



**JEUX DU  
QUÉBEC**  
DE L'INITIATION VERS  
L'EXCELLENCE SPORTIVE



# TAEKWONDO

---

**NORMES D'OPÉRATION HIVER 2026**  
DERNIÈRE MISE À JOUR 11 SEPTEMBRE 2024

# JEUX RÉGIONNAUX

---

HIVER 2025 ET 2026

---

# CATÉGORIES ADMISSIBLES

CATÉGORIES	DATE DE NAISSANCE			SEXE
	Hiver 2023-2024	Hiver 2024-2025	Hiver 2025-2026	
U13 -42, -47, -53, -59, +59 kg	2011-01-01 au 2012-12-31	2012-01-01 au 2013-12-31	2013-01-01 au 2014-12-31	M
U13 -41, -46, -51, -57, +57 kg	2011-01-01 au 2012-12-31	2012-01-01 au 2013-12-31	2013-01-01 au 2014-12-31	F
U15 -42, -47, -53, -59, +59 kg	2009-01-01 au 2010-12-31	2010-01-01 au 2011-12-31	2011-01-01 au 2012-12-31	M
U15 -41, -46, -51, -57, +57 kg	2009-01-01 au 2010-12-31	2010-01-01 au 2011-12-31	2011-01-01 au 2012-12-31	F

## AFFILIATION

Les participants et les clubs dont ils sont membres doivent être affiliés à la Fédération québécoise de taekwondo.

# FINALE DES JEUX DU QUÉBEC

---

HIVER 2026  
BLAINVILLE

---

CATÉGORIES	DATE DE NAISSANCE U15	SEXE	DIVISIONS
-42, -47, -53, -59, +59 kg	2011-01-01 au 2012-12-31	Masculin	1-2
-41, -46, -51, -57, +57 kg	2011-01-01 au 2012-12-31	Féminin	1-2

N.B : La division 1 correspond aux ceintures rouges, rouge barre noire et la division 2 correspond aux ceintures bleues, bleue barre rouge. Pour les divisions de poids inférieurs et supérieurs l'écart entre l'athlète le plus léger et le plus lourd ne doit pas dépasser 10 kg.

Aucun athlète ayant participé aux compétitions de classe B ne peut accéder à la Finale des Jeux du Québec. (Voir règlement classe B : <http://www.taekwondo-quebec.ca/wp-content/uploads/2018/10/2018-Reglements-de-tournois-competitifs-FQT-v2.1.pdf>)

## COMPOSITION DE L'ÉQUIPE REPRÉSENTANT LA RÉGION

### Athlètes

Maximum : 10 athlètes : 5 masculins et 5 féminins  
1 athlète par catégorie

Minimum : 1 athlète

Entraîneur : 1 obligatoire, maximum 2 pour une délégation de 2 athlètes et plus

Accompagnateur : 1 si seulement un entraîneur.

## SPÉCIFICATIONS POUR LES ENTRAÎNEURS

Les entraîneurs doivent être membres de la Fédération (Taekwondo Québec). La certification d'entraîneur provinciale est requise :

Détenir une ceinture noire 1<sup>ère</sup> Dan Kukkiwon

Certifié PNCE partie A;

Formation d'arbitrage reconnu par la FQT au cours des 3 dernières années;

Avoir complété avec succès une formation des premiers soins (secourisme).



## AFFILIATION ET MODALITÉS

Les participants doivent être membres d'un club affilié à la Fédération Taekwondo Québec et Taekwondo Canada.

Les participants doivent être membres de Taekwondo Québec et Taekwondo Canada.

Les entraîneurs doivent être membres également de Taekwondo Québec et Taekwondo Canada.

## MODE DE SÉLECTION RÉGIONALE

Tournoi de sélection régionale

## ADMISSIBILITÉ

La région devra avoir tenu un événement à l'hiver 2024-2025 et 2025-2026

L'athlète doit avoir participé aux finales régionales de 2025-2026

L'athlète devra avoir la mention « Espoir » pour l'année 2025-2026

Tout athlète ayant remporté l'or dans l'une des catégories ciblées lors des Jeux régionaux en vue de la Finale provinciale, ceinture bleue et plus est automatiquement considéré comme « Espoir » par la Fédération Québécoise de Taekwondo. (L'athlète substitut aura aussi la mention « Espoir », si le gagnant de la catégorie se désiste)

## LIEU D'APPARTENANCE DE L'ATHLÈTE

Lieu de pratique sportive - Adresse civique du club sportif où l'athlète est inscrit.

## FORMULE DE COMPÉTITION À LA FINALE

Double élimination, gagnant par ronde (2/3)

Les combats ont une durée de 3 reprises de 90 secondes avec 45 secondes de repos entre les reprises.

**La pesée :** Tous les athlètes doivent effectuer la pesée en uniforme de taekwondo (Dobok). Un excédent de poids de 1 kg sera accepté par rapport à la limite de poids supérieure de chaque catégorie en vertu du taux de croissance rapide d'athlètes dans les catégories ciblées pour les Jeux du Québec.

Faute de respect de poids, l'athlète sera disqualifié, s'il existe plusieurs athlètes dans sa catégorie pour les autres régions. Cependant, si l'athlète est seul dans sa catégorie on procède à la consolidation\*.

\* La consolidation consiste à monter un athlète dans une division supérieure lorsqu'aucun adversaire ne peut lui être assigné dans sa division, selon son poids (maximum 10kg). La consolidation se fait suivant les règlements de la FQT et requiert l'accord de l'entraîneur de l'athlète concerné.



## **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 (2013-01-01 au 2014-02-15). Pour respecter les règles d'admissibilité, seulement les athlètes de 12 ans au 15 février 2026 sont éligibles au surclassement.

## **SUBSTITUTION**

Permise. Le substitut devra avoir participé à la finale régionale. Le choix du substitut s'effectuera selon l'ordre décroissant (2<sup>ième</sup>, 3<sup>ième</sup>, etc.) des résultats de la catégorie, lors de la finale régionale.

## **EXCLUSION**

Les athlètes ceinture rouge ayant participé à un tournoi de Classe B ne sont pas admissibles.

## **MÉDAILLES**

Le nombre prévu de médailles distribuées aux athlètes lors de la Finale provinciale sera de :

Médailles d'or : 10

Médailles d'argent : 10

Médailles de bronze : 10

Aucune médaille ne sera remise aux entraîneurs.

## **SYSTÈME DE POINTAGE**

Le système de pointage qui sera utilisé sera le suivant :

Épreuve(s) = toutes les épreuves

Point attribué à la première position = 38

Nombre de point séparant chaque position = 1

## **SYSTÈME DE CLASSEMENT**

C'est la somme des points des athlètes de toutes les épreuves par région.





514 252-3114 | [jeuxduquebec@sportsquebec.com](mailto:jeuxduquebec@sportsquebec.com)  
[sportsquebec.com](http://sportsquebec.com) | [jeuxduquebec.com](http://jeuxduquebec.com)

