



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

# JUDO

---

**NORMES D'OPÉRATION  
HIVER 2026**

DERNIÈRE MISE À JOUR 25 AOÛT 2025

# JEUX RÉGIONAUX

---

HIVER 2025 ET 2026

---



# CATÉGORIES ADMISSIBLES

## CATÉGORIES

## ÂGE EN 2024-2025

## SEXE

## ÉPREUVES

U16	01/01/2010 au 31/12/2011	FÉMININ	Shiai (combat)
U16	01/01/2010 au 31/12/2011	MASCULIN	Shiai (combat)
U14 (dernière année seulement)	01/01/2012 au 31/12/2012	FÉMININ	Shiai (combat)
U14 (dernière année seulement)	01/01/2012 au 31/12/2012	MASCULIN	Shiai (combat)

N.B. : "U" signifie moins de...

Pour être sélectionné pour participer à la Finale des Jeux du Québec, un athlète doit être ceinture verte ou plus AVANT les Jeux régionaux.

La référence pour le calcul de l'âge est le 31 décembre 2025 pour les Jeux régionaux 2024-2025.

## AFFILIATION

Doit être affilié selon le tarif en vigueur avant la tenue du tournoi.

# FINALE DES JEUX DU QUÉBEC

---

HIVER 2026  
BLAINVILLE

---

CATÉGORIES	ÂGE	SEXE	ÉPREUVE
U16 -38, -42, -46, -50, -55, -60, -66, -73 et + 73 kg	01/01/2011 au 31/12/2012 et 01/01/2013 au 12/31/2013*	M	Individuelle : Shiaï Vert, bleu, marron et noir
U16 -44, -48, -52, -57, -63 et + 63 kg	01/01/2011 au 31/12/2012 et 01/01/2013 au 12/31/2013*	F	Individuelle : Shiaï Vert, bleu, marron et noir
U16 -42, -46, -50, -55, -60, -66 et + 66 kg	01/01/2011 au 31/12/2012 et 01/01/2013 au 12/31/2013*	M	Individuelle : Équipe Vert, bleu, marron et noir
U16 -44, -48, -52, -57 et + 57 kg	01/01/2011 au 31/12/2012 et 01/01/2013 au 12/31/2013*	F	Individuelle : Équipe Vert, bleu, marron et noir

N.B. : Sont admissibles à la Finale provinciale, uniquement les ceintures vertes, bleues, marrons et noires AVANT les Jeux régionaux.

\* Voir la note ci-bas dans COMPOSITION DE L'ÉQUIPE REPRÉSENTANT LA RÉGION

## COMPOSITION DE L'ÉQUIPE REPRÉSENTANT LA RÉGION

<b>Athlètes</b>	Maximum:	15 athlètes, 9 masculins et 6 féminins 2 athlètes par catégorie
	Minimum:	1 athlète

### Entraîneurs-Accompagnateurs

Entraîneur : 1 obligatoire, 2 maximum

Accompagnateur : 2 maximum (s'il y a seulement 1 entraîneur)

Il doit y avoir un homme s'il y a des garçons, et une femme s'il y a des filles.

Chaque équipe doit être accompagnée d'au moins 1 entraîneur qui répond aux exigences du PNCE (voir point suivant). L'équipe peut donc avoir 1 entraîneur et 2 accompagnateurs pour une délégation de 11 à 15 athlètes. Dans ce cas, seul l'entraîneur sera autorisé à s'asseoir sur la chaise pour « coacher » son (ses) athlètes/équipe(s) lors de la compétition.

Note : L'ajout d'un deuxième athlète dans une catégorie sera accepté selon les conditions suivantes, tout en respectant les quotas masculins et féminins, la région choisira :

- Priorité no1: S'il y a des catégories de poids vides, prioritairement choisir un deuxième athlète U16 dans une catégorie de poids déjà remplie par un athlète (il pourrait donc y avoir deux athlètes U16 dans une même catégorie de poids).\*
- Priorité no 2 : S'il y a toujours des catégories de poids vides et aucun autre athlète U16 éligible, les places disponibles peuvent être comblées avec des athlètes de la division U14 (moins de 14 ans), deuxième année (nés en 2013).

\* Les athlètes étant identifiés(es) « Athlète précoce né 2013 » par Judo Québec et Judo Canada pour la saison 2025-2026 seront considérés dans la priorité no 1 si la demande a été soumise à Judo Québec au plus tard 5 jours après l'Omnium du Québec (novembre 2025).





## SPÉCIFICATIONS POUR LES ENTRAÎNEURS

Dans le cadre du programme P.N.C.E, les entraîneurs devront être minimalement Instructeur de dojo adjoint formé.

De plus, les entraîneurs qui accompagneront les équipes à la Finale, devront être sélectionnés par les conseils de zone respectifs.

## AFFILIATION ET MODALITÉS

Doit être affilié selon le tarif en vigueur pour la division d'âge et doit être complétée avant le début de la finale régionale.

## MODE DE SÉLECTION RÉGIONALE

Compétition individuelle par division d'âge, division de sexe et par catégorie de poids (shiai).

## LIEU D'APPARTENANCE DE L'ATHLÈTE

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

## EXCLUSION

Athlètes identifiés excellence et élite auprès du ministère en date du 15 janvier 2026.

Aucune dérogation ne sera délivrée pour les athlètes U14 ayant une identification comme athlète précoce.

## ADMISSIBILITÉ

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

- Il est obligatoire de tenir des Jeux régionaux.
- Les athlètes sélectionnés doivent être de niveau «espoir»
- Tous les athlètes désirant être éventuellement sélectionnés et tous les athlètes sélectionnés doivent participer au camp régional de préparation des équipes pour la Finale provinciale des Jeux du Québec avant le 1<sup>er</sup> février 2026. Le camp doit être d'une durée minimale de 4 heures et est un camp admissible pour obtenir le statut espoir.

Critères d'identification d'un athlète U14 et U16 de niveau «espoir» :

1. Un athlète U14 ou U16 est identifié de niveau « espoir » s'il a participé, au cours des 12 derniers mois, en ayant minimalement le grade de ceinture verte, à un minimum de 2 combats à l'Omnium du Québec, au Championnat provincial ou dans un (1) des quatre tournois développement (Coupe Daniel Hardy, Coupe Gadbois, Repentigny, Coupe Louis Page).
2. En plus de cette condition préalable, pour être identifié « espoir », un athlète doit avoir participé à un camp d'entraînement régional, provincial ou national comportant au **minimum 4 heures d'entraînement** (sur 1 ou 2 journées) et être engagé dans une démarche d'excellence avec l'objectif d'atteindre une identification de niveau supérieur d'athlète (relève, élite ou excellence) au sein de l'équipe du Québec.
3. *À noter que la division ne waza ne compte pas comme une participation pour le critère "espoir".*

Les critères d'identification «espoir» sont aussi disponibles sur :  
<http://judo-quebec.qc.ca/membres/judokas/equipe-du-quebec/>

## SURCLASSEMENT

### De catégorie d'âge

Aucun surclassement possible (voir athlètes précoces 1<sup>ère</sup> année U16).

### De catégorie de poids

Possible lors de la composition de l'équipe régionale pour une seule catégorie de poids, si et seulement si, 1 seul ou aucun athlète n'était présent à la sélection régionale dans cette nouvelle catégorie de poids. Possible pour plus d'un athlète. Aucun changement ne sera accepté après la date limite d'inscription.

Lors du tournoi par équipe, les catégories féminines -63 et +63 kg seront fusionnées dans la catégorie +57 kg. La catégorie masculine -38 sera fusionnée dans la catégorie -42 kg et les catégories masculines -73 et +73 kg seront fusionnées dans la catégorie +66 kg.

Il est possible de surclasser d'une seule catégorie de poids un ou des athlètes lors de chaque ronde.

## FORMULE DE COMPÉTITION À LA FINALE

### Compétition individuelle

Une pièce d'identité sera obligatoire à la pesée officielle

Double élimination modifiée (pour la compétition individuelle)

Temps des combats : 3 minutes

Golden score : Sans limite de temps

Déroulement des finales : Faire d'abord toutes les finales de bronze et ensuite terminer par les finales d'or.

\* Aucun favori identifié pour le tirage au sort du tournoi individuel

\*\* Le tirage au sort sera effectué en mode virtuel le jeudi 29 février 2026 à 19 h.

### Compétition par équipe : elle est divisée en deux tournois, soit :

Un pour les hommes (7 catégories : -42, -46, -50, -55, -60, -66, +66kg) et

Un pour les femmes (5 catégories : -44, -48, -52, -57, +57kg).

La compétition par équipe se fera par tournoi à élimination directe avec repêchage en quart de finale (seulement les équipes qui atteignent les quarts de finales sont repêchées).

Temps des combats : 3 minutes

Ordre des combats : de la catégorie la plus légère vers la plus lourde.

Golden score : Sans limite de temps

En cas d'égalité entre les deux équipes, on tire au sort un des combats du premier tour. Celui-ci sera repris et le résultat déterminera le résultat de la rencontre par équipe. Si l'égalité persiste, un tirage au sort dans toutes les catégories déterminera l'équipe gagnante.

\* Les régions favorites pour le tournoi par équipe seront identifiées selon les résultats du tournoi individuel, selon les points de classement de la Finale des Jeux du Québec. Il y aura deux classements, un féminin et un masculin. Les favoris sont placés « à position variable », c'est-à-dire que les favoris n'ont pas nécessairement de « bye » au premier tour. Les favoris 1 et 4 seront dans une moitié du tableau et les favoris 2 et 3 dans l'autre moitié.

\*\* Pour être admissible, une équipe doit avoir des représentants dans plus de la moitié des catégories, soit 4 chez les hommes et 3 chez les femmes.

\*\*\* Un athlète disqualifié pour hansokumake direct (geste antisportif) au tournoi individuel ne pourra recevoir de médaille au tournoi individuel et ne pourra participer au tournoi par équipe.

N.B. - Lors de la Finale provinciale des Jeux du Québec les athlètes doivent absolument faire la catégorie de poids dans laquelle ils (ou elles) ont été inscrit(e)s. Un athlète qui ne ferait pas son poids lors de la pesée officielle se verrait automatiquement disqualifié du tournoi individuel. À la fin de la 1<sup>ère</sup> journée de compétition individuelle, les athlètes n'ayant pas fait le poids pour le tournoi individuel devront faire le poids lors de cette 2<sup>e</sup> pesée officielle. Les athlètes ne faisant toujours le poids lors de cette 2<sup>e</sup> pesée, seront disqualifiés du tournoi par équipe.

## SUBSTITUTION

Permise. Le substitut devra avoir participé à la sélection 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 sélection régionale. Si aucun substitut n'est disponible dans la catégorie, on pourra prendre le substitut dans la catégorie inférieure selon l'ordre décroissant des résultats de la catégorie lors de la sélection régionale.





# MÉDAILLES ET POINTAGE

## MÉDAILLES

Le nombre prévu de médailles distribué lors de la Finale provinciale sera de :

Médailles d'or : 30

Médailles d'argent : 30

Médailles de bronze : 60

Aucune médaille ne sera remise aux entraîneurs

\* Tous les athlètes d'une équipe récipiendaire d'une médaille et dont la participation au tournoi par équipe avait été confirmée au préalable, recevront une médaille à l'exception d'un athlète disqualifié pour hansokumake direct (geste antisportif).

## SYSTÈME DE CLASSEMENT

Somme de tous les points accumulés des athlètes en épreuve individuelle et par équipe de la région.

## AUTRES

Le judogi bleu n'est pas obligatoire.

## SYSTÈME DE POINTAGE

Le système de pointage qui sera utilisé sera le suivant :

Système de pointage (individuel et par équipe)											
Classement	1	2	3	4	5	7	9	11	13	15	17
Pointage	140	120	100	85	70	60	50	40	30	20	10



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

