



**Finale régionale et sélection pour Jeux du Québec 2024**  
**URLS – Capitale-Nationale - URLS Chaudière-Appalaches**  
**26 janvier 2025**

**Dojo de Beauport**  
2175, av St-Clément

Division	Sexe	Ceintures	Catégories de poids	Heures des pesées
U-10 – Poussins 2016-2017 Randori au sol	M – F	Blanche	Toutes	8 h à 8 h 30
U-10 – Poussins 2016-2017 Randori debout	M – F	Jaune et orange + Ceinture bicolore	Toutes	8 h à 8 h 30
U-12 Benjamins 2014-2015	M - F	Jaune + Orange	Toutes	8 h 30 – 9 h
U-14 Minimes 2012-2013	M - F	Jaune + Orange  Verte - Bleue	Toutes	10 h – 10 h 30
U-16 Juvénile	M - F	Jaune + Orange  Verte - Bleue	Toutes	10 h – 10 h 30

*\*Le poids exact est demandé à l'avance pour les catégories U10, U12 afin de pouvoir planifier les feuilles de combat à l'avance. La pesée demeure obligatoire.*

**ÉLIGIBILITÉ :** Membre en règle de Judo Québec.

**INSCRIPTIONS :** Sur place avec FT-303

**FRAIS D'INSCRIPTION :** 20 \$ par participant

Les filles U10 seront séparées des garçons. Si le nombre ne permet pas de séparer les filles des garçons, la permission d'un parent sera requise pour les regrouper. En l'absence d'un parent, un entraîneur avec l'autorisation des parents pourra accorder cette permission.

Pour les U12, les filles et les garçons sont obligatoirement séparés.

**DÉBUT DE LA COMPÉTITION :** 9 h 00 – catégorie U-10  
11 h – catégorie U-12  
12 h – catégorie U-14 et U-16

**Durée des combats :** U-10 : 1,5 minutes en temps continu  
U-12 : 2 minutes  
U-14 et U16: 3 minutes

**RÉCOMPENSES :** Médailles des Jeux du Québec

**RÈGLEMENTS :** Judo Québec