



Zone de la Capitale-Nationale

28 janvier 2024

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

| Dojo de Beauport 4575, av St-Clément | | | | |
|--|-------|--|---------------------|-------------------|
| Division | Sexe | Ceintures | Catégories de poids | Heures des pesées |
| U-10 – Poussins 2015-2016 Randori au sol | M – F | Blanche | Toutes | 8 h à 8 h 30 |
| U-10 – Poussins 2015-2016 Randori debout | M – F | Jaune et orange + Ceinture bicolore | Toutes | 8 h à 8 h 30 |
| U-12 Benjamins 2013-2014 | M - F | Jaune + Orange | Toutes | 8 h 30 – 9 h |
| U-14 Minimes 2011-2012 | M - F | Jaune + Orange Verte - Bleue | Toutes | 10 h – 10 h 30 |
| U-16 Juvéniles 2009-2010 Verte et plus | M - F | Jaune et Orange V – B - M | Toutes | 12 h – 12 h 30 |

**Le poids exact est demandé à l'avance pour les catégories U8, U10, U12 afin de pouvoir planifier les feuilles de combat à l'avance. La pesée demeure obligatoire.*

***U16 marron peuvent participer seulement lors de la finale provinciale des Jeux du Québec.*

ÉLIGIBILITÉ : Membre en règle de Judo Québec ou de toute autre association reconnue par Judo Canada ou la FIJ.

INSCRIPTIONS : Sur place

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.**



Zone de la Capitale-Nationale

DÉBUT DE LA COMPÉTITION : 9 h 00 – catégorie U-10
11 h – catégorie U-12
12 h 30– catégorie U-16

Durée des combats : U-10 : 1,5 minutes
U-12 : 2 minutes
U-14, U-16 : 3 minutes

RÉCOMPENSES: Médailles des Jeux du Québec

RÈGLEMENTS: Judo Québec

Cette compétition permet de sélectionner les athlètes qui participeront à la finale des Jeux du Québec en mars 2024 à Sherbrooke

Les athlètes admissibles à la finale provinciale sont les ceintures vertes et plus des catégories :

- Cadet U-16 (nés en 2009 et 2010)
- Juvéniles U-14 (dernière année soit en 2011)

Composition des équipes représentants les régions de :

- Capitale-Nationale
- Chaudière-Appalaches

Maximum : 15 athlètes, 9 masculins et 6 féminins par zone URLS
Possibilité de 2 athlètes par catégorie de poids

Minimum : 1 athlète

FINALE PROVINCIALE

Catégories autorisées de poids

INDIVIDUEL :

Masculin : -38 kg, -42 kg, -46 kg, -50 kg, -55 kg, -60 kg, -66 kg, - 73 kg, et +73 kg

Féminin : -44 kg, -48 kg, -52 kg, -57 kg, -63 kg, et + 63 kg

PAR ÉQUIPES

Masculin : -42 kg -46 kg, -50 kg, -55 kg, -60 kg, -66 kg et +66kg

Féminin : -44 kg, -48kg, -52 kg, -57 kg, et + 57 kg



Zone de la Capitale-Nationale

Entraîneurs – Accompagnateurs

Entraîneur : **1 obligatoire**, 2 au maximum
Chaque équipe doit être accompagnée d'au moins 1 entraîneur qui répond aux exigences du PNCE – soit «Assistant de dojo» et avoir réussi «Introduction à la compétition – partie A et l'évaluation éthique en ligne.

Note : *Les entraîneurs doivent obligatoirement coucher au site d'hébergement des athlètes pour la durée de la Finale provinciale.*

La sélection des participants pour les équipes régionales se fait comme suit :

- 1- Le gagnant de chaque catégorie de poids.
- 2- **Priorité 1** - S'il y a des catégories de poids vides, prioritairement un deuxième athlète **U-16** dans une catégorie de poids déjà remplie par un athlète (il pourra donc y avoir deux (2) athlètes U16 dans la même catégorie de poids).

Priorité 2 – s'il y a toujours des catégories de poids vides et aucun athlète U-16 éligible, les places disponibles peuvent être comblées avec des athlètes de la division U-14 (deuxième année, soit nés en 2011.

ADMISSIBILITÉ

Les athlètes sélectionnés doivent être de niveau – **espoir- ce qui signifie qu'ils doivent :**

Critères d'identification d'un athlète U-14 et U-16 de niveau – Espoir-

- Un athlète U-14 ou U-16 est identifié *espoir* s'il a participé au cours des 12 derniers mois à un minimum 2 combats dans un (1) des cinq (5) tournois de développement provincial (Coupe Daniel-Hardy, Tournoi Repentigny, Coupe Gadbois, Coupe Louis Page, ou l'Omnium du Québec et qu'il a participé à **un camp d'entraînement régional**, provincial, ou national comportant au minimum 4 heures d'entraînement (répartis sur 1 ou 2 journées). La date du camp d'entraînement régional sera annoncée plus tard.