

RÈGLEMENT DE SÉCURITÉ  
DE LA  
L'ASSOCIATION DE TAEKWONDO DU QUÉBEC INC.

JANVIER 2002

## AVIS AUX MEMBRES

Les articles suivants sont tirés de la *Loi sur la sécurité dans les sports* (L.R.Q., c.S-3.1) et s'appliquent au présent règlement.

- |                     |   |
|---------------------|---|
| Décision            | <p>29. Une fédération d'organismes sportifs ou un organisme sportif non affilié à une fédération doit, après avoir rendu une décision conformément à son règlement de sécurité, en transmettre copie, par courrier recommandé ou certifié, à la personne visée dans un délai de dix jours à compter de la date de cette décision et l'informer qu'elle peut en demander la révision par le ministre dans les 30 jours de sa réception.</p> <hr/> <p>1979, c. 86, a. 29; 1997, c. 43, a. 675;<br/>1988, c. 26, a. 12; 1997, c. 79, a. 13.</p>          |
| Ordonnance          | <p>29.1 Le ministre peut ordonner à un membre d'une fédération d'organismes sportifs ou d'un organisme sportif non affilié à une fédération de respecter le règlement de sécurité de cette fédération ou de cet organisme lorsque cette fédération ou cet organisme omet de le faire respecter.</p> <hr/> <p>1988, c. 26, a. 13; 1997, c. 79, a. 14.</p>  |
| Infraction et peine | <p>60. Un membre d'une fédération d'organismes sportifs ou d'un organisme sportif non affilié à une fédération qui refuse d'obéir à une ordonnance du ministre rendue en vertu de l'article 29.1 commet une infraction et est passible, en plus des frais, d'une amende de 100 \$ à 5 000 \$.</p> <hr/> <p>1979, c. 86, a. 60; 1990, c. 4, a. 810; 1997, c. 79, a. 38.<br/>1988, c.26, a. 23; 1992, c. 61, a. 555;</p>  |
| Infraction et peine | <p>61. En plus de toute autre sanction qui peut être prévue dans les statuts ou règlements d'une fédération d'organismes sportifs ou d'un organisme sportif non affilié à une fédération dont le ministre a approuvé le règlement de sécurité, une personne qui ne respecte pas une décision rendue par cette fédération ou cet organisme, en application de ce règlement, commet une infraction et est passible, en plus des frais, d'une amende de 50 \$ à 500 \$.</p> <hr/> <p>1979, c. 86, a. 61; 1997, c. 79, a. 40.<br/>1990, c. 4, a. 809;</p> |

## TABLE DES MATIÈRES

### INTERPRÉTATION

CHAPITRE		PAGE
I	Les normes concernant les installations et les équipements d'entraînement	1
II	Les normes concernant l'entraînement des participants	3
III	Les normes concernant la participation à une compétition	6
IV	Les normes concernant la formation et les responsabilités des instructeurs	13
V	Les normes concernant la formation et les responsabilités des arbitres	16
VI	Les normes concernant l'organisation et le déroulement d'une compétition	18
VII	Les normes concernant les lieux où se déroule une compétition	19
VIII	Les normes concernant les installations et les équipements utilisés au cours d'une compétition	20
IX	Les normes concernant les services et équipements de sécurité requis au cours d'une compétition	21
X	Les sanctions en cas de non-respect du règlement	22

### LISTE DES ANNEXES

## INTERPRÉTATION

Dans le présent règlement, on entend par :

Clinique ou séminaire :	Cours théorique ou technique donné par une personne détenant au moins une ceinture noire IV <sup>e</sup> DAN ou par un professionnel en santé ou en sport. À l'occasion de cours techniques, les élèves imitent les gestes de l'instructeur.
Commission provinciale des grades :	Groupe formé d'au moins 15 personnes qui doivent détenir une ceinture noire V <sup>e</sup> DAN ou plus et dont un minimum de 3 personnes doivent siéger à la fois.
DAN :	Ceinture noire senior.
Dobuk :	Uniforme du participant en taekwondo.
Dojang :	Salle d'entraînement et de combat en taekwondo.
Fédération :	Association de taekwondo du Québec inc., organisme provincial affilié à Taekwondo Canada, représentant la Fédération Mondiale de Taekwondo (WTF)
Keup :	Ceinture de couleur.
Kukkiwon :	Siège social international de la WTF.
PNCE :	Programme national de certification des entraîneurs
Pool :	Formation de taekwondoïstes qui combattent dans un même groupe d'élimination.
POOM :	Ceinture noire junior.
Poom Sae :	Simulation de combat où l'exécutant affronte simultanément plusieurs adversaires imaginaires dans différentes situations, avec un éventail de techniques appliquées dans diverses directions.
Saison :	Saison sportive s'étendant du 1 <sup>er</sup> septembre au 31 août.
(U) Groupes d'âges :	Classification en référence à l'année de naissance du participant, obtenu par soustraction de l'année de naissance à la seconde année julienne de la saison sportive en cours.
WTF :	Fédération mondiale de taekwondo (F.I. de régie du taekwondo olympique).

## CHAPITRE I

LES NORMES CONCERNANT LES INSTALLATIONSET LES ÉQUIPEMENTS D'ENTRAÎNEMENTSection IInstallations

- |                                 |   |
|---------------------------------|---|
| Surface                         | <ol style="list-style-type: none"><li>1. La surface d'entraînement doit être clairement délimitée, mesurer au moins 49 m carrés et avoir une largeur d'au moins 5,5 m.</li><li>2. Pour plus de 7 couples de participants, la surface d'entraînement doit être augmentée d'au moins 7 m carrés par couple.</li><li>3. La surface d'entraînement doit être unie, rigide et exempte de tout obstacle pouvant nuire à la pratique du taekwondo.</li><li>4. Les éléments qui constituent la surface d'entraînement doivent être juxtaposés sans laisser d'interstices et être fixés de manière à ne pas se déplacer.</li></ol> |
| Surface extérieure              | <ol style="list-style-type: none"><li>5. Au cours d'un entraînement sur une surface extérieure, les articles 1, 2 et 4 ne s'appliquent pas.</li></ol>   |
| Obstacle                        | <ol style="list-style-type: none"><li>6. Tout obstacle situé à une distance inférieure à 1 m de la surface d'entraînement doit être recouvert d'un matériau absorbant.</li></ol> <p>Lorsqu'une surface vitrée délimite le local ou lorsqu'il y a des miroirs accrochés au mur, une ligne doit être tracée à une distance de 1,5 m du mur.</p>   |
| Hauteur, éclairage, ventilation | <ol style="list-style-type: none"><li>7. La hauteur minimale du plafond du local doit être de 2,5 m. La salle doit être bien éclairée et un système d'aération doit assurer le renouvellement d'air.</li></ol>  |
| Accès                           | <ol style="list-style-type: none"><li>8. Les sorties d'urgence de l'aire d'entraînement doivent être déverrouillées et libres de tout obstacle afin de permettre une évacuation rapide.</li></ol>   |

## Section II

### Les équipements

- |                           |   |
|---------------------------|---|
| Planche                   | 9. Une planche de cassage doit être de bois et mesurer entre 23 cm et 30,5 cm de côté et entre 1,24 cm et 2,54 cm d'épaisseur.  |
| Trousse de premiers soins | 10. Une trousse de premiers soins conforme à l'annexe 1 doit être accessible près de l'aire d'entraînement.   |
| Téléphones et numéros     | 11. Une trousse de premiers soins doit contenir, en plus du matériel de premiers soins, la désignation de l'emplacement du téléphone disponible le plus près du dojang et la liste des numéros de téléphone suivants :<br><br>1° ambulance;<br>2° centre hospitalier;<br>3° police;<br>4° service d'incendie. |
| Certificat                | 12. Le certificat d'opération du dojang doit être disponible sur demande d'un participant.  |
| Inspection                | 13. Une inspection peut être effectuée en tout temps par une personne mandatée par la Fédération.   |

## CHAPITRE II

LES NORMES CONCERNANT L'ENTRAÎNEMENT DES PARTICIPANTSSection IDispositions générales

Questionnaire médical

14. Un participant désirant devenir membre d'un dojang doit remplir et remettre à l'instructeur en charge le questionnaire médical et, le cas échéant, le rapport médical, reproduit à l'annexe 2.
15. Les nombres d'heures de cours d'entraînement requis avant d'accéder à l'examen d'obtention d'un grade sont les suivants :

Taekwondo olympique Système de grades Charte de référence		PERFORMANCE DE L'ÉLÈVE			
		NOMBRE D'HEURES			
KEUP	COULEUR	DIFFICILE	MOYENNE	ÉLITE	
10 <sup>e</sup>	Blanche	S/O	S/O	S/O	
9 <sup>e</sup>	Blanche barre jaune (Bj)	30	<b>20</b>	15	
8 <sup>e</sup>	Jaune	45	<b>30</b>	22	
7 <sup>e</sup>	Jaune barre verte (Jv)	60	<b>40</b>	30	
6 <sup>e</sup>	Verte	75	<b>50</b>	37	
5 <sup>e</sup>	Verte barre bleue	90	<b>60</b>	45	
4 <sup>e</sup>	Bleue	105	<b>70</b>	52	
3 <sup>e</sup>	Bleue barre rouge	120	<b>80</b>	60	
2 <sup>e</sup>	Rouge	135	<b>90</b>	67	
1 <sup>er</sup>	Rouge barre noire	150	<b>100</b>	75	
I <sup>er</sup> POOM / I <sup>er</sup> DAN		165	<b>110</b>	82	
TOTAL POUR EXAMEN DE CEINTURE NOIRE POOM (P) / DAN (D)		HEURES	975	<b>650</b>	485
		ANNÉES + MOIS	6 A + 6 M	<b>4 A + 4 M</b>	3 A + 3 M

Ceinture

16. Un participant doit :
- 1<sup>o</sup> être âgé d'au moins 8 ans pour obtenir la ceinture noire I<sup>er</sup> POOM;
  - 2<sup>o</sup> être âgé de 10 ans et plus pour obtenir la ceinture noire II<sup>e</sup> POOM;
  - 3<sup>o</sup> être âgé de 13 ans et plus pour obtenir la ceinture noire III<sup>e</sup> POOM.

- |                   |   |
|-------------------|---|
| Équipement        | <p>17. Le participant doit porter un dobuk.</p> <p>18. Le participant doit respecter les normes d'entretien de l'équipement du manufacturier.</p> <p>19. Au cours d'une pratique de combat avec partenaire, un participant doit porter, lorsque les coups sont portés avec contact frappé, un casque protecteur blanc, bleu ou rouge, un plastron, des protecteurs pour avant-bras (<i>arm guard</i>) et, pour les hommes, une coquille protectrice. Tout participant doit porter un protecteur buccal. Un participant POOM ou DAN doit également porter des protecteurs pour tibias (<i>shin pad</i>) alors qu'un participant détenant une ceinture de couleur doit de plus porter des protecteur pour les pieds (<i>shin instep pad</i>).</p> <p>À l'occasion de compétitions ouvertes, se référer à l'article 52 pour les critères supplémentaires, concernant le port d'équipement additionnel et/ou obligatoire.</p> |
| Séance extérieure | <p>20. Au cours d'un entraînement sur une surface située à l'extérieur, le participant doit porter des souliers d'entraînement.</p>   |

## Section II

### Déroulement de l'entraînement

- |                                |  |
|--------------------------------|--|
| Supervision                    | <p>21. Un instructeur qualifié selon les normes prévues au chapitre IV doit être présent pour superviser un entraînement. Au cours d'une pratique de combat, la supervision de l'instructeur doit être directe et exclusive.</p>   |
| Ratio instructeur-participants | <p>22. Il doit y avoir un maximum de 30 participants pour un instructeur. Pour chaque tranche supplémentaire de 1 à 15 participants, un assistant instructeur doit être présent. À l'occasion d'une clinique ou d'un séminaire, le nombre de participants n'est pas restreint.</p>                               |
| Armes prohibées                | <p>23. Un participant ne peut utiliser les armes prohibées décrites à l'annexe 3.</p>  |
| Techniques interdites          | <p>24. Les techniques de cassage avec la main sont interdites pour les participants de 14 ans et moins.</p> <p>25. Les techniques de cassage avec la tête sont interdites pour tous les participants.</p> <p>26. Au cours d'éducatif de combat, les coups portés à la tête doivent être des contacts légers.</p> |



## Responsabilités

27. À l'occasion d'un entraînement, un participant doit :
- 1° déclarer à l'instructeur tout changement de son état de santé qui empêche la pratique normale du taekwondo ou qui risque d'avoir des effets néfastes sur son intégrité physique;
  - 2° déclarer à l'instructeur qu'il est sous médication ou traitement thérapeutique si tel est le cas;
  - 3° ne pas consommer ou être sous l'influence de l'alcool, d'une drogue ou d'une substance dopante;
  - 4° ne pas porter de lunettes à moins d'avoir l'attestation écrite d'un opticien d'ordonnances à l'effet qu'elles sont incassables;
  - 5° déclarer à l'instructeur qu'il porte des lentilles cornéennes souples si tel est le cas;
  - 6° ne pas porter d'article susceptible de causer des blessures.

## CHAPITRE III

LES NORMES CONCERNANT LA PARTICIPATION À UNE COMPÉTITIONSection IConditions préalables à la participation

- |                        |   |
|------------------------|---|
| Affiliation            | 28. Un participant à une compétition sanctionnée doit être membre de la Fédération. Le participant provenant de l'extérieur du Québec doit être membre d'un organisme affilié à un organisme international de la Fédération Mondiale de Taekwondo (WTF).          |
| Carte d'identification | 29. Au moment de l'inscription, chaque participant doit présenter à la personne responsable sa carte de membre valide ou être officiellement inscrit aux registres de la Fédération.  |
| Inscription            | 30. L'inscription d'un participant doit être autorisée par son directeur technique ou par le directeur (conseillé) technique provincial. Un participant âgé de moins de 18 ans doit obtenir également l'autorisation écrite du titulaire de l'autorité parentale. |

Section IIRègles de jeu

- |                |  |
|----------------|--|
| État de santé  | 31. La Fédération peut exiger un contrôle de l'état de santé des participants.<br><br>Un participant qui a perdu conscience au cours d'une compétition doit être examiné par un médecin avant de reprendre l'entraînement ou la compétition.<br><br>Un participant souffrant d'une maladie contagieuse de la peau ne peut participer à une compétition.  |
| Classification | 32. Les catégories sont définies en groupes d'âges et font référence à un regroupement, selon l'année de naissance du participant, en référence à la seconde année julienne de la saison sportive en cours. L'année de naissance est indexée annuellement pour définir les groupes d'âges :<br><br><u>(U7-6) Poussin</u> : Né 6 et 7 ans avant;<br><br><u>(U9-8) Benjamin</u> : Né 8 et 9 ans avant; |

(U11-10) Cadet : Né 10 et 11 ans avant;

(U13-12) Juvénile : Né 12 et 13 ans avant;

(U15-14) Junior : Né 14 et 15 ans avant;

(U17-16) Pré-senior : Né 16 et 17 ans avant;

Senior : Né 18 ans et plus, avant;

Vétéran : Né 35 ans et plus, avant.

33. Les divisions pour les ceintures de couleur et pour les ceintures noires hors sélections, sont définies comme suit :

(U7-6) Poussin :

Masculin	Féminin
Par tranche de 2 kg	Par tranche de 2 kg

(U9-8) Benjamin :

Masculin	Féminin
Par tranche de 3 kg	Par tranche de 3 kg

(U11-10) Cadet :

Par tranche de 3 kg	Par tranche de 3 kg
---------------------	---------------------

(U13-12) Juvénile :

Masculin	Féminin
Par tranche de 4 kg	Par tranche de 4 kg

(U15-14) Junior :

Masculin	Féminin
Par tranche de 4 kg	Par tranche de 4 kg

(U17-16) Pré-senior :

Masculin	Féminin
Par tranche de 4 kg	Par tranche de 4 kg

Senior :

Masculin	Féminin
Par tranche de 4 kg	Par tranche de 4 kg

Vétéran :

Masculin	Féminin
Par tranche de 6 kg	Par tranche de 6 kg

Consolidation de poids

34. Avec l'autorisation de la Fédération, lorsqu'il est impossible de regrouper certains participants à l'intérieur des tranches de poids mentionnées précédemment, un directeur de tournoi peut exceptionnellement reformer des tranches dites de « consolidation de poids », à condition de respecter un maximum de poids ne dépassant pas :

- 3 kg chez les U6 et U7
- 4 kg chez les U8 et U9
- 5 kg chez les U10, U11, U12 et U13
- 7 kg chez les U14 à U17 et Seniors
- 9 kg chez les Vétéran

Lorsqu'il y a regroupement de catégories de poids, le titulaire de l'autorité parentale doit être avisé de ce regroupement, avant le début des combats des catégories concernées.

35. Les divisions de poids et de groupes d'âges, pour les catégories ceintures noires – sélection Juniors, selon le groupe d'âge U10 à U17 se définissent comme suit :

Tableau des poids (TKD Canada)  
Division de poids – Junior - Masculin

CATÉGORIES	TEAM A	TEAM B	TEAM C
	U17-16-15-14	U13-12-11	U10
Tiny Fin		Jusqu'à 32	Jusqu'à 22
Super Fin		32 – 36	22 – 24
Fin	Jusqu'à 45	36 – 40	24 – 26
Fly	45 – 48	40 – 44	26 – 28
Bantam	48 – 51	44 – 48	28 – 30
Feather	51 – 55	48 – 52	30 – 32
Light	55 – 59	52 – 56	32 – 34
Welter	59 – 63	56 – 60	34 – 39
Light Middle	63 – 68		
Middle	68 – 73	60 – 65	39 – 41
Light Heavy	73 – 78		
Heavy	Plus de 78	65 – 70	Plus de 41
Super Heavy		Plus de 63	

Division de poids – Junior - Féminin

CATÉGORIES	TEAM A	TEAM B	TEAM C
Tiny Fin		Jusqu'à 32	Jusqu'à 22
Super Fin		32 – 36	22 – 24
Fin	Jusqu'à 42	36 – 40	24 – 26
Fly	42 – 44	40 – 44	26 – 28
Bantam	44 – 46	44 – 48	28 – 30
Feather	46 – 49	48 – 52	30 – 32
Light	49 – 52	52 – 56	32 – 34
Welter	52 – 55	56 – 60	34 – 39
Light Middle	55 – 59		
Middle	59 – 63	60 – 65	39 – 41
Light Heavy	63 – 68		
Heavy	Plus de 68	65 – 70	Plus de 41
Super Heavy		Plus de 70	

#### Remarques :à

TEAM B, en aucun temps il ne devra y avoir plus de 3 kg de différence pour les catégories (HOMME) 36 kg et moins plus de 2 kg pour les catégories (FEMME) 36 kg et moins

TEAM C, en aucun temps il ne devra y avoir plus de 2kg pour la catégorie 26 kg et moins (HOMME et FEMME).  
Si tel est le cas, une nouvelle division devra être créée pour respecter ce critère.

36. Les divisions pour les ceintures noires , sélections Senior (adultes) se définissent comme suit :

Division de poids – Sélections Noires (Adultes)

	CATÉGORIES	HOMMES	FEMMES
1	Fin	Jusqu'à 54	Jusqu'à 47
		<b>Plus que</b>	<b>et</b>
			<b>jusqu'à</b>
2	Fly	54 – 58	47 – 51
3	Bantam	58 – 62	51 – 55
4	Feather	62 – 67	55 – 59
5	Light	67 – 72	59 – 63
6	Welter	72 – 78	63 – 67
7	Middle	78 – 84	67 – 72
8	Heavy	Plus de 84	Plus de 72

37. Pour les compétition de sélection provinciale, chez les noires (POOM et DAN), les catégories de poids et d'âge peut être indexées annuellement pour suivre les changements faits par Taekwondo Canada et/ou par la Fédération Mondiale de Taekwondo (WTF).
38. Pour les ceintures de couleurs, les catégories de grade pour les épreuves de combat peuvent être regroupées comme suit :

Masculin et Féminin

Par tranche d'au maximum 2 grades (keups) pour les couleurs ceinture Jaune et Jaune barre verte (8<sup>e</sup> et 7<sup>e</sup> Keup) et au maximum 3 grades (keups) pour les couleurs ceinture verte et plus.

Les grades noires (POOM et DAN) ne peuvent être jumelés avec des grades de couleurs.

Le tableau suivant donne les grades (keups) officiels du Taekwondo WTF.

KEUP	ABRÉVIATION	COULEUR DE CEINTURE
10	B	Blanche
9	Bj	Blanche barre jaune
8	J	Jaune
7	Jv	Jaune barre verte
6	V	Verte
5	Vb	Verte barre bleue
4	B	Bleue
3	Br	Bleue barre rouge
2	R	Rouge
1	Rn	Rouge barre noire
P	P	Noire POOM
D	D	Noire DAN

- Consolidation d'âge
39. Avec l'autorisation de la Fédération, lorsqu'il est impossible de regrouper certains participants à l'intérieur des tranches d'âge mentionnées précédemment (art. 33), un directeur de tournoi peut exceptionnellement reformer des tranches dites de « consolidation d'âge », chez les participants de couleurs et chez les noires, (en compétition hors sélection) à condition de respecter un maximum de 3 années chez les participants U17 et moins.
- Surclassement
40. Il ne peut y avoir de jumelage avec les adultes chez les ceintures de couleurs et les noires U15 et moins. Cependant, chez les noires, seul un Pré-senior (U17-16) pourrait être surclassé avec le groupe adulte (Senior).
- Consolidation mixte
41. Avec l'autorisation de la Fédération, lorsqu'il n'y a pas assez de participants pour compléter un groupe masculin ou féminin, un directeur de tournoi peut exceptionnellement reformer des tranches dites de « consolidation mixte », chez les participants des groupes d'âge U6 et U7 seulement, et à condition qu'il n'y ait aucun type de consolidation pour l'âge ou pour le poids dans ce groupe.
- Règles de jeu
42. Les participants de toutes les catégories ne peuvent pas viser l'adversaire avec un coup de poing au visage.
43. Aucun participant détenant le grade de ceinture de couleur (jaune à rouge-barre noire) ne peut exécuter d'attaque au visage. Il est permis de toucher l'adversaire avec des coups de pied et de poing uniquement à la partie du corps comprise entre les épaules et les hanches.
44. La durée des combats des participants détenant le grade ceinture de couleur, ne peut excéder 3 rondes de 2 minutes. Le résultat cumulatif le plus élevé détermine le vainqueur.
45. La durée des combats chez les ceintures noires, POOM et DAN ne peut excéder 3 rondes de 3 minutes. Le résultat cumulatif le plus élevé détermine le vainqueur.
46. Les participants détenant le grade de ceinture noire, POOM ou DAN, doivent respecter les règlements des compétitions de WTF disponibles auprès de la Fédération.
- Quant aux participants détenant un grade de ceinture de couleur, ils doivent respecter les règlements des compétitions de la Fédération.
- Divisions
47. Les divisions de poids ne s'appliquent que pour les épreuves de combat.
- Restrictions
48. Un participant détenant une ceinture blanche (10<sup>e</sup> Keup) ou barre jaune (9<sup>e</sup> Keup) ne peut pas compétitionner dans une épreuve de combat.

## Équipements

49. Il ne doit pas s'écouler plus de 4 heures entre le moment de la pesée des athlètes et le début des combats de leur « pool ». Cette mesure ne s'applique pas à un « pool » ouvert.

50. Au cours d'une épreuve de combat, (en compétition) tous les participants détenant un grade de ceinture de couleur doivent porter :

- 1° le dobuk réglementaire;
- 2° un casque protecteur blanc, bleu ou rouge;
- 3° des protecteurs de tibias/pieds;
- 4° des protecteurs d'avant-bras;
- 5° un plastron;
- 6° un protecteur buccal.
- 7° Les participants masculins doivent porter un support athlétique avec coquille protectrice.

Les participantes féminines doivent porter un protège-pubis. Le protecteur de poitrine n'est pas obligatoire mais fortement recommandé.

Tout équipement protecteur doit respecter les normes de qualité précises des équipements recommandées par le règlement de la Fédération ou leur être de qualité égale ou supérieure.

51. Les participants détenant le grade de ceinture noire, POOM ou DAN, doivent se conformer à l'article 50 du présent règlement à l'exception du fait qu'il ne sont pas autorisés à porter les protège-pieds, dans les compétitions officielles de sélection WTF. Dans les compétitions participation et/ou loisirs, les protège-pieds peuvent être portés.

52. Les bandages ou les supports utilisés en raison de blessures peuvent être portés s'ils sont autorisés par le responsable des premiers soins et par l'arbitre.

## Responsabilités

53. À l'occasion d'une compétition, un participant doit assumer les responsabilités énumérées à l'article 27.

## CHAPITRE IV

LES NORMES CONCERNANT LA FORMATIONET LES RESPONSABILITÉS DES INSTRUCTEURS

- |                           |  |
|---------------------------|--|
| Catégories d'instructeurs | <p>54. Les catégories d'instructeurs sont les suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1° assistant instructeur;</li> <li>2° instructeur;</li> <li>3° directeur technique;</li> <li>4° superviseur technique.</li> </ul>   |
| Exigences                 | <p>55. Pour être assistant instructeur, une personne doit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1° détenir au moins le grade de ceinture noire I<sup>er</sup> DAN certifié de WTF ou du «Kukkiwon»;</li> <li>2° être âgée d'au moins 16 ans;</li> <li>3° avoir suivi et réussi le cours d'instructeur de Taekwondo Canada (niveau provincial ou national);</li> <li>4° avoir au moins 3 ans d'expérience en taekwondo ou une équivalence;</li> <li>5° avoir suivi le cours théorique niveau I du PNCE.</li> </ul> <p>56. Pour être instructeur, une personne doit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1° détenir au moins le grade de ceinture noire I<sup>er</sup> DAN certifié de WTF ou du « Kukkiwon »;</li> <li>2° être âgée d'au moins 18 ans;</li> <li>3° avoir été assistant instructeur pendant au moins 1 an ou une équivalence;</li> <li>4° avoir suivi et réussi le cours d'instructeur de Taekwondo Canada (niveau provincial ou national);</li> <li>5° avoir au moins 4 ans d'expérience en taekwondo ou une équivalence;</li> <li>6° être certifié PNCE niveau I;</li> <li>7° avoir reçu, dans les 3 dernières années, une formation en secourisme et en premiers soins de l'Ambulance St-Jean ou un équivalent;</li> </ul> |



8° avoir suivi le cours théorique niveau II du PNCE.

57. Pour être directeur technique, une personne doit :

1° détenir au moins le grade de ceinture noire IV<sup>e</sup> DAN certifié de WTF ou du « Kukkiwon »;

2° être âgée d'au moins 18 ans;

3° avoir été instructeur pendant au moins 2 ans ou détenir une expérience reconnue par WTF;

4° avoir réussi et suivi le cours instructeur niveau II de Taekwondo Canada (niveau provincial et national);

5° avoir au moins 10 ans d'expérience en taekwondo ou une équivalence;

6° être certifié PNCE niveau II;

7° avoir reçu, dans les 3 dernières années, une formation en secourisme et en premiers soins de l'Ambulance St-Jean ou un équivalent;

58. Pour être superviseur technique, une personne doit :

1° détenir au moins le grade de ceinture noire V<sup>e</sup> DAN certifié de WTF ou du « Kukkiwon »;

2° être âgée d'au moins 18 ans;

3° avoir été instructeur pendant au moins 2 ans ou détenir une expérience reconnue par WTF;

4° avoir réussi le cours théorique niveau II de Taekwondo Canada (niveau provincial ou national);

5° avoir au moins 14 ans d'expérience en taekwondo ou une équivalence;

6° être certifié PNCE niveau II;

7° avoir reçu, dans les 3 dernières années, une formation en secourisme et en premiers soins de l'Ambulance Saint-Jean ou un équivalent.

Certificat

59. Tous les instructeurs doivent détenir un certificat de WTF ou du « Kukkiwon » attestant leur grade.

Niveau d'intervention

60. Un assistant instructeur de moins de 18 ans ne peut enseigner que sous la supervision directe d'un instructeur.

Certificat de dojang

61. Un dojang doit détenir, pour la saison en cours, un certificat d'affiliation valide émis par la Fédération.

Directeur technique

62. Un directeur technique prend charge de la direction d'un dojang et peut diriger une clinique régionale.

Dispositions générales

## Responsabilités

63. Un instructeur doit :
- 1° remettre, à chaque participant qui le réclame, la grille du programme écrit d'entraînement correspondant à son niveau;
  - 2° remettre, à chaque participant qui le réclame, les commentaires écrits apparaissant sur la fiche d'évaluation d'un examen;
  - 3° vérifier si le local correspond aux normes prévues au chapitre I et faire respecter les normes de sécurité prévues au chapitre II;
  - 4° faire parvenir à la Fédération un rapport, tel qu'il est décrit à l'annexe 4, sur les blessures qui ont exigé des soins de la part d'un professionnel de la santé;
  - 5° en cas de blessures, s'assurer que le participant puisse recevoir les premiers soins;
  - 6° sensibiliser les participants à la Charte de l'esprit sportif reproduite à l'annexe 5;
  - 7° prendre les moyens raisonnables afin qu'un participant ne soit pas sous l'influence de boisson alcoolique, de drogue ou de substance dopante au cours d'un entraînement ou d'une compétition.

## CHAPITRE V

LES NORMES CONCERNANT LA FORMATION ETLES RESPONSABILITÉS DES ARBITRES

64. Les catégories d'officiels et d'arbitres sont les suivantes :
- 1° Officiel technique provincial;
  - 2° Arbitre provincial, 2<sup>e</sup> classe;
  - 3° Arbitre provincial, 1<sup>re</sup> classe;
  - 4° Arbitre national, 3<sup>e</sup> classe;
  - 5° Arbitre national, 2<sup>e</sup> classe;
  - 6° Arbitre national, 1<sup>re</sup> classe;
  - 7° Arbitre international, 3<sup>e</sup> classe;
  - 8° Arbitre international, 2<sup>e</sup> classe;
  - 9° Arbitre international, 1<sup>re</sup> classe;
  - 10° Arbitre international, classe S.
65. Pour être officiel technique provincial, une personne doit avoir suivi le stage d'officiel technique reconnu par la Fédération.
- Officiel juge provincial
66. Pour être « officiel juge provincial », une personne doit :
- 1° détenir le grade Bleue barre rouge ou plus;
  - 2° être âgée d'au moins 14 ans;
  - 3° avoir suivi et réussi le cours d'arbitrage de niveau provincial, reconnu par la Fédération.
- Arbitre provincial 2<sup>e</sup> classe
67. Pour être arbitre provincial 2<sup>e</sup> classe ou 1<sup>re</sup> classe, une personne doit :
- 1° être ceinture noire, I<sup>er</sup> POOM ou I<sup>er</sup> DAN, certifiée par WTF ou du « Kukkiwon »;
  - 2° être âgée d'au moins 14 ans;
  - 3° avoir suivi et réussi le cours d'arbitrage de niveau provincial, reconnu par la Fédération.
- Arbitre provincial 1<sup>re</sup> classe
68. Pour être arbitre provincial 1<sup>re</sup> classe, une personne doit avoir été active comme arbitre 2<sup>e</sup> classe pendant au moins 1 an.

## Responsabilités

## 69. L'arbitre doit :

- 1° voir au respect des règles mentionnées au chapitre III;
- 2° s'assurer que les lieux, les installations et les équipements ainsi que les services et équipements de sécurité sont conformes aux dispositions des chapitres I et VII;
- 3° collaborer à la rédaction du rapport sur les blessures et infractions au présent règlement survenues durant la compétition;
- 4° arrêter le combat en cas de blessure et respecter la décision du responsable des premiers soins.

## CHAPITRE VI

LES NORMES CONCERNANT L'ORGANISATION ET  
ET LE DÉROULEMENT D'UNE COMPÉTITION

## Responsabilités

70. L'organisateur doit :

1° avant la compétition :

- a) obtenir une sanction de la Fédération;
- b) aviser le représentant de la régional du Comité des arbitres, plusieurs semaines avant la tenue de la compétition, afin de s'assurer de la présence des arbitres au moment de la compétition;
- c) aviser le centre hospitalier le plus près de la date et de l'heure de la compétition afin d'assurer un service adéquat en cas d'urgence;

2° pendant la compétition :

- a) s'assurer que les lieux, les installations, les équipements et les services sont conformes aux normes prévues aux chapitres VII, VIII et IX;
- b) s'assurer de la présence constante sur les lieux de la compétition d'une personne qualifiée, détenant au moins une formation équivalente au cours de secourisme général attesté par l'Ambulance Saint-Jean, dans une proportion d'une personne pour 2 surfaces de combat.

3° après la compétition :

- a) comme décrit à l'annexe 4, faire parvenir à la Fédération, dans la semaine suivant la compétition, un rapport d'accident pour les blessures ayant exigé des soins de la part d'un professionnel de la santé;
- b) en vertu du présent règlement, faire parvenir à la Fédération, dans la semaine suivant la compétition, un rapport énumérant les sanctions appliquées et les recommandations de sanctions.

## CHAPITRE VII

LES NORMES CONCERNANT LES LIEUX OÙ SE DÉROULE UNE COMPÉTITION

- |                      |  |
|----------------------|--|
| Accès                | 71. Les sorties d'urgence des lieux de compétition doivent être déverrouillées et libres de tout obstacle afin de permettre une évacuation rapide. |
| Zone des spectateurs | 72. La zone des spectateurs doit être située à une distance minimale de 3 m de l'aire de compétition. Cette zone doit être clairement délimitée.   |

## CHAPITRE VIII

LES NORMES CONCERNANT LES INSTALLATIONSET LES ÉQUIPEMENTS AU COURS D'UNE COMPÉTITION

- |                            |  |
|----------------------------|--|
| Surfaces de combats        | <p>73. Pour toutes catégories couleurs U13 et moins et pour les POOMS U10 et moins, la surface de combat doit être clairement délimitée et mesurer au moins 6 m sur 6 m avec surface libre de 1 m tout autour, ce qui délimite une surface de compétition d'au moins 8 m par 8 m.</p> <p>Par contre, pour tous autres les participants (couleurs de catégories U14 et plus, et les noires POOMS U11 et plus), la surface de combat doit être de 8 m sur 8 m et l'espace libre autour de la surface doit être de 2 m de chaque côté, ce qui délimite une surface de compétition de 12 m sur 12 m.</p> |
| Aire libre                 | <p>74. Un espace minimum de 1,5 m doit être laissé libre autour de la surface de compétition.</p>  |
| Installations, équipements | <p>76. Les installations et équipements doivent être conformes aux normes prévues aux articles 3, 6 et 10.</p>   |

## CHAPITRE IX

LES NORMES CONCERNANT LES SERVICES ET ÉQUIPEMENTSDE SÉCURITÉ REQUIS AU COURS D'UNE COMPÉTITION

- |                                |  |
|--------------------------------|--|
| Service de premiers soins      | 77. Le responsable des premiers soins et ses assistants, s'il y a lieu, doivent avoir suivi avec succès un stage de formation en premiers soins équivalant au cours de secourisme général attesté par l'Ambulance Saint-Jean. Le responsable des premiers soins doit être présent durant la compétition. |
| Arrêt de combat                | 78. L'arbitre doit arrêter un combat à la demande du responsable des premiers soins, que ce soit de façon temporaire ou définitive.  |
| Centre hospitalier             | 79. L'organisateur du tournoi doit aviser le centre hospitalier, le plus près, de la date et de l'heure de la compétition afin d'assurer un service adéquat en cas d'urgence.  |
| Salle                          | 80. Une salle de premiers soins doit être aménagée sur le site de compétition.   |
| Trousse de premiers soins      | 81. Une trousse de premiers soins conforme à l'annexe 1 doit être accessible sur le site de compétition et doit contenir, en plus du matériel de premiers soins, la désignation de l'emplacement du téléphone disponible le plus près du site de compétition.  |
| Téléphone et numéros d'urgence | 82. Un téléphone doit être accessible près de l'aire de compétition. Les numéros d'urgence suivants doivent être affichés près de celui-ci : <ul style="list-style-type: none"> <li>1° ambulance;</li> <li>2° centre hospitalier;</li> <li>3° police;</li> <li>4° service d'incendie.</li> </ul>         |



## CHAPITRE X

LES SANCTIONS EN CAS DE NON-RESPECT DU RÈGLEMENT

- |                                 |   |
|---------------------------------|---|
| Sanctions                       | 83. Une infraction au présent règlement est sanctionnée par la Fédération.  |
|                                 | 84. Une personne qui contrevient au présent règlement peut être réprimandée ou suspendue.   |
| Avis d'infraction               | 85. La Fédération doit aviser le contrevenant par écrit de chaque infraction reprochée et lui donner l'occasion de se faire entendre dans un délai raisonnable.   |
| Décision et demande de révision | 86. La Fédération doit expédier par courrier recommandé ou certifié une copie de sa décision à la personne visée, dans un délai de 10 jours de la date de la décision et l'informer qu'elle peut en demander la révision par le ministre. |
- Cette demande de révision doit être logée dans les 30 jours de la réception de la décision, conformément à la Loi sur la sécurité dans les sports (L.R.Q., c.S-3.1).

## LISTE DES ANNEXES

ANNEXE 1	Trousse de premiers soins
ANNEXE 2	Questionnaire médical
ANNEXE 3	Armes prohibées
ANNEXE 4	Rapport d'accident
ANNEXE 5	Charte de l'esprit sportif
ANNEXE 6	Tableau de l'indexation annuelle des groupes d'âge

ANNEXE 1

TROUSSE DE PREMIERS SOINS

## ANNEXE 1

### TROUSSE DE PREMIERS SOINS

Le contenu minimum d'une trousse est le suivant :

- 1° un manuel de secourisme;
- 2° les instruments suivants :
  - a) 1 paire de ciseaux à bandage;
  - b) 1 pince à écharde;
  - c) 12 épingles de sûreté de grandeurs assorties.
- 3° les pansements suivants ou de dimensions équivalentes :
  - a) 25 pansements adhésifs stériles de 25 mm X 75 mm enveloppés séparément;
  - b) 25 compresses de gaze stériles de 101,6 mm X 101,6 mm enveloppés séparément;
  - c) 4 rouleaux de bandage de gaze stérile de 50 mm X 9 m enveloppés séparément;
  - d) 4 rouleaux de bandage de gaze stérile de 101,6 mm X 9 m enveloppés séparément;
  - e) 6 bandages triangulaires;
  - f) 4 pansements compressifs stériles de 101,6 mm X 101,6 mm enveloppés séparément;
  - g) 1 rouleau de diachylon de 25 mm X 9 m;
  - h) 25 tampons antiseptiques enveloppés séparément ou une bouteille de solution antiseptique;
  - i) 2 bandages élastique de 10 cm;  
1 bandage élastique de 7,5 cm.

ANNEXE 2

QUESTIONNAIRE MÉDICAL

ANNEXE 2

QUESTIONNAIRE MÉDICAL

OUI NON

1. Affections des sens :
  - A. Souffrez-vous d'une affection visuelle?
  - B. Portez-vous des lunettes?
  - C. Portez-vous des verres de contact?
  - D. Avez-vous des problèmes auditifs?
  - E. Avez-vous des prothèses dentaires ou auditives?
  
2. Affections du système nerveux :
  - A. Souffrez-vous d'évanouissements?
  - B. Souffrez-vous d'épilepsie?
  - C. Avez-vous déjà souffert de traumatisme crânien?  
DATE : \_\_\_\_\_  
CIRCONSTANCE : \_\_\_\_\_
  - D. Souffrez-vous de désordres cervical ou neurologique autres que ceux mentionnés dans le présent article?
  
3. Affections respiratoires :
  - A. Souffrez-vous d'asthme ou de bronchite chronique?
  
4. Problèmes rénaux :
  - A. Avez-vous souffert ou souffrez-vous d'une maladie rénale quelle qu'elle soit?
  
5. Problèmes musculo-squelettiques :
  - A. Avez-vous une limitation de mouvement de vos membres ou de la colonne vertébrale?
  - B. Souffrez-vous de faiblesse musculaire?
  
6. Problème systémique :
  - A. Souffrez-vous de diabète?

QUESTIONNAIRE MÉDICAL (suite)

OUI NON

7. Problèmes cardio-vasculaires :

A. Souffrez-vous d'une affection cardiaque ou vasculaire? \_\_\_\_\_

8. Problèmes cutanés :

A. Souffrez-vous d'une maladie contagieuse de la peau? \_\_\_\_\_

9. Autres conditions :

A. Prenez-vous des médicaments? \_\_\_\_\_

B. Avez-vous subi une intervention chirurgicale au cours de la dernière année? \_\_\_\_\_

C. Souffrez-vous de maladie ou d'affection non mentionnée ci-dessus? \_\_\_\_\_

Pour votre propre sécurité, nous vous demandons de consulter votre médecin si vous avez répondu « OUI » (sauf en ce qui concerne la section 1) à une ou plusieurs questions mentionnées et d'envoyer une copie du rapport médical à votre instructeur avec les recommandations du médecin.

Je certifie que les renseignements fournis sont exacts et complets.

\_\_\_\_\_  
Signature du membre

\_\_\_\_\_  
Signature du titulaire de l'autorité parentale

(À ÊTRE REMPLI PAR LE MÉDECIN)

1. IDENTITÉ

NOM : \_\_\_\_\_ PRÉNOM : \_\_\_\_\_

ADRESSE : \_\_\_\_\_

NUMERO D'ASSURANCE-MALADIE : \_\_\_\_\_

DATE DE L'EXAMEN : \_\_\_\_\_

2. EXAMEN PHYSIQUE

N = Normal    A = Anormal

A. Patient vu pour la première fois : OUI \_\_\_\_ NON \_\_\_\_

B. Poids : \_\_\_\_\_ Bouche : \_\_\_\_\_

Taille : \_\_\_\_\_ Gorge : \_\_\_\_\_

Pouls : \_\_\_\_\_ Cou : \_\_\_\_\_

TA : \_\_\_\_\_ Thorax : \_\_\_\_\_

Vision : \_\_\_\_\_ Poumons : \_\_\_\_\_

Acuité : D \_\_ G \_\_ Cœur : \_\_\_\_\_

Couleurs : \_\_\_\_\_ Abdomen : \_\_\_\_\_

Peau : \_\_\_\_\_ Foie : \_\_\_\_\_

Lésions : \_\_\_\_\_ Rate : \_\_\_\_\_

Cicatrices : \_\_\_\_\_ Colonne vertébrale : \_\_\_\_

Oreilles : \_\_\_\_\_ Organes génitaux : \_\_\_\_

Tympan : G \_\_ D \_\_ Anus : \_\_\_\_\_

Yeux : \_\_\_\_\_ Membres : \_\_\_\_\_

G : \_\_ D : \_\_ déformations : \_\_\_\_

Nez : \_\_\_\_\_ mobilisation : \_\_\_\_

déviation : \_\_\_\_ force musc. : \_\_\_\_

obstruction : \_\_ réflexes : \_\_\_\_\_

Coordination des mouvements : \_\_\_\_\_

Si réponses anormales, précisez :

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



(À ÊTRE REMPLI PAR LE MÉDECIN) (suite)

3. Examens ou tests complémentaires jugés nécessaires par le médecin :

---

---

---

---

---

4. Classification

Après avoir examiné ce patient, M., M<sup>me</sup> \_\_\_\_\_, j'estime que sa participation à l'activité physique : (encercler la bonne réponse)

- A. Ne requiert aucune restriction
- B. Requiert certaines restrictions (compléter ci-dessous)
- C. Est dangereuse pour la santé du patient

Explications (si nécessaire) : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

NOM DU MÉDECIN : \_\_\_\_\_

ADRESSE : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
SIGNATURE DU MÉDECIN

ANNEXE 3

ARMES PROHIBÉES

## ANNEXE 3

### ARMES PROHIBÉES

Les armes, appareils et instruments suivants ont été déclarés armes prohibées par Décrets adoptés en vertu de l'article 84 du Code criminel :

1. Tout appareil conçu comme moyen de blesser une personne, de l'immobiliser ou de la frapper d'incapacité par dégagement dudit appareil de gaz lacrymogène, mace ou autre, ou d'un liquide, vaporisé ou non, d'une poudre ou d'une autre substance qui puisse blesser une personne, l'immobiliser ou la frapper d'incapacité.
2. L'instrument ou appareil communément appelé « nunchaku » ou tout autre instrument ou appareil semblable, constitué de bâtons, de gourdins, de tuyaux et de verges durs et non flexibles, réunis par un ou plusieurs cordons, cordes, fils ou chaînes.
3. L'instrument ou appareil communément appelé « shuriken », constitué d'une plaque dure et non flexible ayant au moins trois pointes qui rayonnent et possèdent au moins une arête vive d'aspect polygonal, trefflés, cruciforme, étoilé, carré ou d'une autre forme géométrique.
4. L'instrument ou appareil communément appelé manrikigusari ou kusari ou tout autre instrument ou appareil semblable, constitué de plusieurs poids durs ou poignées de forme hexagonale ou d'une autre forme géométrique, réunis par un ou plusieurs cordons, cordes, fils ou chaînes.
5. Toute bague munie d'au moins une lame ou pointe qu'on peut faire projeter de sa surface.
6. L'appareil connu comme « *Taser Public Defender* », soit une arme à feu ou un instrument semblable à une arme à feu, capable de blesser, d'immobiliser ou de rendre incapable une personne par la décharge de fléchettes ou tout autre objet portant une charge ou substance électrique et tout autre appareil semblable.
7. L'appareil connu sous le nom de « *Constant companion* », soit une ceinture contenant une lame amovible, et dont la boucle constitue une poignée pour la lame et tout autre appareil semblable.
8. L'instrument communément appelé « *Spiked Wristband* », soit un bracelet auquel on a fixé une pointe ou une lame et tout autre appareil semblable.
9. L'instrument communément appelé « *Yaqua Blowgun* », soit un tube ou un tuyau conçu pour lancer des flèches ou fléchettes par la force du souffle et tout autre appareil semblable.

10. L'arme « Kiyoga Baton » ou « Steel Cobra » et toute arme semblable consistant en un fouet télescopique à ressorts déclenché manuellement et terminé en pointe de frappe de fort calibre.
11. L'arme « *Morning Star* » et toute arme semblable consistant en une boule de métal ou autre matériau lourd, garnie de pointes et reliée à un manche par une longueur de chaîne, de corde ou autre matériau flexible.
12. Les armes dites « SSS-1 Stinger » et autres armes semblables de calibre .22 à un seul coup, conçues pour être tenues dans la paume de la main ou portées dans un paquet de cigarettes, ou susceptibles de l'être en raison de leurs dimensions.
13. Les armes dites « Coups-de-poing américains » et autres armes semblables consistant en une armature métallique trouée dans laquelle on enfile les doigts et qui s'ajuste aux jointures de la main.

ANNEXE 4

RAPPORT D'ACCIDENT

ANNEXE 4

RAPPORT D'ACCIDENT



RAPPORT D'ÉVÉNEMENT

Veillez d'abord contacter la Citadelle, police d'assurances  
S.V.P. Remplir et retourner ce formulaire à l'A.T.Q.

Veillez d'abord contacter la Citadelle au (514) 842-2121

Remplir le présent formulaire

Faire parvenir à :

L'Association de Taekwondo du Québec inc.  
4545, avenue Pierre-De Coubertin  
Case postale 1000 – Succ. M  
Montréal (Québec) H1V 3R2

**DOJANG**

No du dojang : \_\_\_\_\_

Nom du dojang : \_\_\_\_\_

Nom du directeur technique : \_\_\_\_\_

**MEMBRE**

Numéro : \_\_\_\_\_

Nom et prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Téléphone : \_\_\_\_\_

**ÉVÉNEMENT**

Date de l'événement : \_\_\_\_\_

Description : \_\_\_\_\_

Signature du membre : \_\_\_\_\_

Signature de l'instructeur présent au moment de l'événement : \_\_\_\_\_

Signature du directeur technique : \_\_\_\_\_

ANNEXE 5

CHARTRE DE L'ESPRIT SPORTIF

## ANNEXE 5

### CHARTRE DE L'ESPRIT SPORTIF

Les éducateurs, les parents, les entraîneurs, les athlètes, en fait tous les participants sont invités à faire preuve d'esprit sportif en mettant en pratique les 10 articles de la Charte de l'esprit sportif. Chacun doit faire sa part pour promouvoir une pratique sportive plus humaine et plus formatrice.

#### **Article I**

**Faire preuve d'esprit sportif**, c'est d'abord et avant tout observer strictement tous les règlements; c'est ne jamais chercher à commettre délibérément une faute.

#### **Article II**

**Faire preuve d'esprit sportif**, c'est respecter l'officiel. La présence d'officiels ou d'arbitres s'avère essentielle à la tenue de toute compétition. L'officiel a un rôle difficile à jouer. Il mérite entièrement le respect de tous.

#### **Article III**

**Faire preuve d'esprit sportif**, c'est accepter toutes les décisions de l'arbitre sans jamais mettre en doute son intégrité.

#### **Article IV**

**Faire preuve d'esprit sportif**, c'est reconnaître dignement la supériorité de l'adversaire dans la défaite.

#### **Article V**

**Faire preuve d'esprit sportif**, c'est accepter la victoire avec modestie et sans ridiculiser son adversaire.

#### **Article VI**

**Faire preuve d'esprit sportif**, c'est savoir reconnaître les bons coups, les bonnes performances de l'adversaire.

#### **Article VII**

**Faire preuve d'esprit sportif**, c'est vouloir se mesurer à son opposant dans l'équité. C'est compter sur son seul talent et ses habiletés pour tenter d'obtenir la victoire.



### **Article VIII**

**Faire preuve d'esprit sportif**, c'est refuser de gagner par des moyens illégaux et par la tricherie.

### **Article IX**

**Faire preuve d'esprit sportif**, pour l'officiel, c'est bien connaître tous les règlements et les appliquer avec impartialité.

### **Article X**

**Faire preuve d'esprit sportif**, c'est garder sa dignité en toutes circonstances; c'est démontrer que l'on a la maîtrise de soi. C'est refuser que la violence physique ou verbale prenne le dessus sur nous.

ANNEXE 6

TABLEAU DE L'INDEXATION ANNUELLE DES GROUPES D'ÂGE

## ANNEXE 6

TABLEAU DE L'INDEXATION ANNUELLE DES GROUPES D'ÂGES

ANNÉES DE RÉFÉRENCE	Compétitions couleurs													
	U7		U9		U11		U13		U15		U17		Senior	35 et +
	Années de naissance correspondant aux groupes d'âges													
2000-2001	1995	1994	1993	1992	1991	1990	1989	1988	1987	1986	1985	1984	1983 à 1965	1966 et moins
2001-2002	1996	1995	1994	1993	1992	1991	1990	1989	1988	1987	1986	1985	1984 à 1966	1967 et moins
2002-2003	1997	1996	1995	1994	1993	1992	1991	1990	1989	1988	1987	1986	1985 à 1967	1968 et moins
2003-2004	1998	1997	1996	1995	1994	1993	1992	1991	1990	1989	1988	1987	1986 à 1968	1969 et moins
2004-2005	1999	1998	1997	1996	1995	1994	1993	1992	1991	1990	1989	1988	1987 à 1969	1970 et moins
2005-2006	2000	1999	1998	1997	1996	1995	1994	1993	1992	1991	1990	1989	1988 à 1970	1971 et moins
2006-2007	2001	2000	1999	1998	1997	1996	1995	1994	1993	1992	1991	1990	1989 à 1971	1972 et moins
2007-2008	2002	2001	2000	1999	1998	1997	1996	1995	1994	1993	1992	1991	1990 à 1972	1973 et moins
2008-2009	2003	2002	2001	2000	1999	1998	1997	1996	1995	1994	1993	1992	1991 à 1973	1974 et moins
2009-2010	2004	2003	2002	2001	2000	1999	1998	1997	1996	1995	1994	1993	1992 à 1974	1975 et moins
2010-2011	2005	2004	2003	2002	2001	2000	1999	1998	1997	1996	1995	1994	1993 à 1975	1976 et moins