



11^e Coupe Adulte



Le club de **Karaté Shôtôkan de Rimouski** a le plaisir d'organiser la 11^e coupe adulte qui aura lieu le samedi 21 avril prochain.

Cette compétition provinciale se tiendra au **Peps du Cégep de Rimouski** (centre sportif) et regroupera **les ceintures blanches à noires de 18 ans et plus, ainsi que les brunes et noires de 15 à 17 ans.**

Il y aura pour la première fois dans une compétition provinciale de l'AKJQ une nouvelle catégorie, **KATA BUNKAÏ**! Vous trouverez dans la documentation, les règlements de cette catégorie.

Les instructeurs devront inscrire tous les compétiteurs, bénévoles, accompagnateurs et arbitres par internet sur le site web www.wdraw.com **avant le 6 avril 2012**, soit deux semaines avant la compétition. **Imprimer la liste de vos inscriptions** et l'envoyer par la poste avec le paiement à l'ordre de « ***Karaté Shotokan Rimouski*** » au **347 chemin des prés ouest, Rimouski, QC, G5N 1S8**. Si possible faire un seul paiement par dojo. Vous trouverez ci-joint votre code d'accès au site wdraw.com.

Des arrangements ont été pris avec l'Hôtel L'Empress, l'Hôtel Navigateur et l'Hôtel Gouverneur. Réserver avant le 20 mars 2012.

Le **dîner** du samedi se fera à la cafétéria de l'École St-Jean, avec un choix sur place d'un quart de poulet cuisse ou poitrine par la Rôtisserie St-Hubert.

Un **souper** sera organisé aussi à la cafétéria de l'École St-Jean, avec un service de traiteur, suivi d'un party. S.V.P. Pour réserver votre présence au souper, vous devez le payer avec votre inscription à la compétition.

Pour d'autres informations, veuillez nous contactez au (418) 721-2122 ou par courriel à reenekavanagh@globettrotter.net. Vous trouverez ci-joint l'horaire de la journée, la fiche d'inscription, la liste des hôtels, le choix de menu pour le souper et les adresses des établissements.

Bienvenue à tous !

Christian Godard et Renée Kavanagh
Organisateurs de la 11^e Coupe adulte 2012

11^e COUPE ADULTE 21 AVRIL 2012

MARS ET AVRIL 2012

d	l	m	m	j	v	s
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21

PÉRIODE D'INSCRIPTION : Jusqu'au 6 avril 2012

PÉRIODE DE VÉRIFICATION : du 7 au 13 avril 2012

Imprimer la liste des inscriptions et vérifier avec les compétiteurs l'exactitude des informations. S'il y a des modifications, retourner sur wdraw et modifier les données avant le 25 mars.

FERMETURE DU SITE ; vendredi 13 avril 2012 à 23h59

Après cette date, il ne sera plus possible de modifier les inscriptions.

GAGNANT DE LA COUPE ADULTE 2012

Un pointage est associé à chaque médaille remportée ;

- Or = 3 points
- Argent = 2 points
- Bronze = 1 points

Seuls les points accumulés en kata individuel, en kumite, et une médaille par kata équipe **pour les 18 ans et plus seulement**, compteront pour déterminer le vainqueur de la Coupe. Le dojo obtenant le meilleur pointage cumulatif sera déclaré vainqueur de la Coupe adulte.

RESPONSABILITÉ

L'inscription par l'instructeur ou le responsable du Dojo de tous membres implique que les compétiteurs ont pris connaissance des règlements de la compétition, qu'ils sont des membres en règle et qu'ils répondent aux normes de L'AKJQ.

Les règlements de la compétition sont accessibles via le site internet de l'AKJQ dans l'onglet « Références »

Les gants bleus et rouges sont obligatoires en jiyu ippon kumite et shiai.

L'inscription par l'instructeur ou le responsable du Dojo confirme par la présente la non responsabilité du dojo organisateur et de l'Association de karaté japonais du Québec (AKJQ) en cas d'accidents ou de blessures tout au cours de ce championnat.

11^e COUPE ADULTE 21 AVRIL 2012

DÉROULEMENT DE LA JOURNÉE

SAMEDI 21 AVRIL

8h00 Réunion des juges et arbitres

8h30 Début de la compétition au Peps du Cégep

- ☯ Éliminations et finales kata équipe, kata individuel et kumite pour **les ceintures blanches à bleues, adultes.**
- ☯ Éliminations et finales kata équipe, kata individuel et kumite pour **les ceintures brunes et noires, 15 à 17 ans.**
- ☯ Éliminations et finales kata individuel pour **les ceintures brunes et noires, 45 ans et plus.**

DÎNER à la cafétéria de l'école St-Jean (245 2^e rue ouest)

13h00 Ouverture officielle avec tous les juges, arbitres ainsi que les karatékas

- 13h30**
- ☯ Présentation d'une nouvelle catégorie **KATA BUNKAI**, pour **les ceintures brunes et noires, adultes**
 - ☯ Éliminations et finales kata équipe, kata individuel et kumite pour **les ceintures brunes et noires, adultes.**
 - ☯ Éliminations et finales kumite pour les **ceintures brunes et noires, 45 ans et plus.**

Les gants **bleus** et **rouges** sont obligatoires en jiyu ippon kumite et shiai.

17h00 Remise des trophées et de la Coupe provinciale Adulte 2012

19h30 **Souper et party à la cafétéria de L'école St-Jean** (245 2^e rue ouest)

11^e COUPE ADULTE 21 AVRIL 2012

Formulaire d'inscription des compétiteurs, arbitres, bénévoles et accompagnateurs.

Nom : _____ Prénom : _____

Tél. : () _____ Grade : _____ kyu _____ Dan

Date de naissance : ____/____/____ Sexe : H F
A / M / J

No Dojo : _____ Nom du Dojo : _____

- 1- KATA INDIVIDUEL OUI NON
- 2- KATA ÉQUIPE OUI NON
- 3- KUMITE (sambon, ippon, jiyu ippon) OUI NON
- 4- SHIAI OUI NON
- 5- KATA IND. 45 ANS ET + OUI NON
- 6- SHIAI 45 ANS ET + OUI NON
- 7- KATA ÉQUIPE BUNKAI OUI NON
Brunes/noires 18 ans et +
- 8- Arbitre (Dîner gratuit) OUI NON
- 9- Bénévole et accompagnateur OUI NON

CATÉGORIES

- Blanches à Noires 18 ans et +
- Brunes/Noires 45 ans et +
- Brunes/Noires 15-17 ans

Les 45 ans et + peuvent s'inscrire dans une seule catégorie, soit 18 ans et + ou 45 ans et +.

Si oui pour **kata équipe**, inscrire le nom des autres membres de l'équipe :

Nom des coéquipiers : _____

Si oui pour **kata équipe BUNKAI**, inscrire le nom des autres membres de l'équipe

Nom des coéquipiers : _____

Signature du Parent (si moins de 18 ans) : _____ Date : _____

	COÛT	OUI	NON	TOTAL
DÎNER à l'école St-Jean (245 2 ^e rue ouest) Choix sur place d'un quart poulet cuisse ou poitrine et un breuvage.	12.00\$	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	\$
SOUPER Mignon de porc...	35.00\$	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
SOUPER Pavé de Saumon rôti ...	35.00\$	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
INSCRIPTION PAR COMPÉTITEUR	30.00\$			30.00\$
MONTANT TOTAL				\$

INSCRIPTION AVANT LE 6 AVRIL 2012

11^e COUPE ADULTE 21 AVRIL 2012

LISTE DES HÔTELS

Lors de la réservation mentionner « **Karaté Shotokan** »

Réserver avant le 20 mars 2012

Hôtel L'Empress

360 Montée Industrielle-et-commerciale
Rimouski
1-866-305-6944

85\$

Pour 2 à 4 personnes

www.groupelenavigateur.com

Hôtel le Navigateur

130 ave. Belzile
Rimouski
1-888-724-6944

95\$

Pour 2 à 4 personnes

www.groupelenavigateur.com

Hôtel Gouverneur

155 Boul. René Lepage Est
Rimouski
1-888-910-1111

418-723-4422

85\$

Chambre régulière avec 2 lits (non-fumeurs)

1 à 4 personnes

Autres Hôtels à Rimouski (Tarifs non négociés)

Hôtel Rimouski

225 Boul. René Lepage est
Rimouski
1-800-463-0755
418 725-5000
www.hotelrimouski.com

Motel Rimouski

410 St-Germain est
Rimouski
418-723-9219
www.motelrimouski.ca

ADRESSES DES ÉTABLISSEMENTS

LIEU DE LA COMPÉTITION

PEPS du cégep de Rimouski
60 de l'Évêché ouest

DÎNER ET SOUPER

ÉCOLE ST-JEAN
245 2^e rue ouest

ADRESSE DE RETOUR

Karaté Shotokan Rimouski
347 Chemin des prés ouest,
Rimouski, QC, G5N 1S8

RÈGLEMENTS KATA ÉQUIPE BUNKAI

Pour les **ceintures BRUNES ET NOIRES 18 ans et plus.**

Trois personnes par équipe.

Deux équipes maximum par dojo.

Choix du kata : choix libre parmi les 26 katas.

Le kata doit être fait au complet en bunkai.

Les séquences du kata peuvent être exécutées par la même personne ou en alternance entre les trois coéquipiers.

Le bunkai doit respecter les techniques de bases du kata.

Doit être fait dans un temps maximum de 5 minutes.

En cas d'égalité l'équipe peut refaire le même kata.

MENU SOUPER DU SAMEDI SOIR

Le souper aura lieu à la cafétéria de l'école St-Jean
au 245 2^e rue ouest,
à 19h30

Le souper à 35\$ comprend :

**Potage aux légumes*

**Choix no.1 : Mignon de porc, sauce aux champignons sauvages*

Ou

**Choix no.2 : Pavé de saumon rôti, sauce au vin blanc et crevettes*

Dessert maison

**Croustillant au chocolat noir et à l'érable*

**Thé et café*

(Taxes et pourboires inclus)

Vous pouvez apporter votre boisson alcoolisée.

Pour réserver votre présence au souper, vous devez le payer avec votre inscription à la compétition.

Chaque dojo doit inscrire le choix de menu de chaque personne, sur le site wdraw.com.

Pour terminer cette journée en beauté, un party et beaucoup de plaisir agrémentera cette soirée.

Au plaisir de vous voir en grand nombre !

