



日本  
空手道  
連盟  
 Québec

# RÈGLEMENT DE SÉCURITÉ DE KARATÉ QUÉBEC

*Mise à jour le 19 août 2024*

*Adopté par le conseil d'administration le 16-08-2024*

# TABLE DES MATIÈRES

AVIS AUX MEMBRES.....	3
OBJET ET PORTÉE DU RÈGLEMENT DE SÉCURITÉ.....	4
INTERPRÉTATION .....	5
Chapitre 1 : Les installations et les équipements d'entraînement .....	6
Chapitre 2 : La formation et l'entraînement des participants .....	8
Chapitre 3 : La participation à un événement, à une compétition ou un spectacle à caractère sportif .....	11
Chapitre 4 : La formation et les responsabilités des personnes appelées à jouer un rôle auprès des participants.....	17
Chapitre 5 : La formation et les responsabilités des personnes chargées de l'application des règles de jeu et des règles de sécurité, incluant notamment les responsabilités à l'égard de la prévention des incivilités.....	21
Chapitre 6 : L'organisation et le déroulement d'un événement, d'une compétition ou d'un spectacle à caractère sportif.....	24
Chapitre 7 : Les lieux où se déroule un événement, une compétition ou un spectacle à caractère sportif.....	26
Chapitre 8 : Les installations et les équipements utilisés lors d'un événement, d'une compétition ou d'un spectacle à caractère sportif .....	27
Chapitre 9 : Les services et équipements de sécurité requis lors d'un événement, d'une compétition ou d'un spectacle à caractère sportif.....	28
Chapitre 10 : La prévention, la détection et le suivi des comportements susceptibles de mettre en péril la sécurité et l'intégrité physique ou psychologique des personnes.....	29
Chapitre 11 : Le contrôle de l'état de santé des participants.....	32
Chapitre 12 : La prévention, la détection et le suivi des commotions cérébrales.....	34
Chapitre 13 : Les sanctions en cas de non-respect du règlement.....	36
ANNEXES.....	37

## AVIS AUX MEMBRES

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

### Décision

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, à la personne visée dans les 10 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.

1979, c. 86, a. 29; 1997, c. 43, a. 675;  
1988, c. 26, a. 12; 1997, c. 79, a. 13; N.I. 2016-01-01 (NCPC)

### Ordonnance

29.1 Le ministre peut ordonner à une personne de respecter le règlement de sécurité d'une fédération d'organismes sportifs ou d'un organisme sportif non affilié à une fédération lorsque cette fédération ou cet organisme omet de le faire respecter.

1988, c. 26, a. 13; 1997, c. 79, a. 14.

### Infraction et peine

60. Une personne qui refuse d'obéir à une ordonnance du ministre, de la Régie ou d'une personne à qui l'un ou l'autre a donné mandat est passible d'une amende de 1 000 \$ à 10 000 \$ dans le cas d'une personne physique et de 2 000 \$ à 20 000 \$ dans les autres cas.

1979, c. 86, a. 60; 1988, c. 26, a. 23; 1990, c. 4, a. 810; 1992, c. 61, a. 555; 1997, c. 79, a. 38.

### Infraction et peine

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, est passible d'une amende de 250 \$ à 2 500 \$ dans le cas d'une personne physique et de 500 \$ à 5 000 \$ dans les autres cas.

1979, c. 86, a. 61; 1990, c. 4, a. 809; 1997, c. 79, a. 40.

### Lois et règlements

Bien que non spécifique au présent règlement de sécurité, en tout temps, il est recommandé, de respecter l'ensemble des lois et règlements applicables dans le cadre de la pratique du karaté.



## **OBJET ET PORTÉE DU RÈGLEMENT DE SÉCURITÉ**

Le règlement de sécurité a pour objet d'assurer la sécurité des participants et des spectateurs lors de la pratique d'un sport. Il s'agit avant tout d'un outil de prévention des traumatismes qui peuvent survenir lors de la pratique d'activités récréatives et sportives.

Il est important de préciser qu'un règlement de sécurité s'applique aux disciplines sportives qui y sont expressément visées et aux contextes de pratique qui leur est propre, ce qui comprend généralement des activités de formation, de pratiques ou d'entraînements, des événements ou des compétitions organisés, reconnus ou sanctionnés par Karaté Québec

Les règlements de sécurité approuvés viennent notamment permettre à Karaté Québec d'inspecter les installations et équipements pour en vérifier la conformité et la sécurité et ainsi pourvoir à leur obligation de les faire respecter.

Les décisions et sanctions rendues par un officiel, un arbitre ou un juge en application des règles de jeu et qui ne relèvent pas du champ d'application du présent règlement de sécurité sont exécutoires dans l'immédiat et ne peuvent faire l'objet d'une révision par le ministre.



## INTERPRÉTATION

Le présent règlement de sécurité s'applique au karaté. Dans celui-ci, on entend par :

<b>Aire de combat :</b>	Lieu où se déroulent les épreuves de kumite et de kata à l'occasion d'une compétition de karaté.
<b>Arbitre en chef :</b>	Arbitre de niveau A qui supervise les opérations et désigne les juges et arbitres pour chaque aire de combat.
<b>Arbitre central :</b>	Supervise le déroulement d'une épreuve de kata ou de kumite.
<b>Corporation :</b>	Karaté Québec
<b>Divisions participatives :</b>	Regroupement des divisions Débutant, Intermédiaire et Avancé
<b>Dojo :</b>	Salle d'entraînement des karatékas
<b>FMK / WKF :</b>	Fédération mondiale de karaté (World Karate Federation)
<b>Juge de coin :</b>	Assiste l'arbitre central au cours d'une épreuve de kata ou de kumite.
<b>Karatéka :</b>	Pratiquant du karaté
<b>Kata :</b>	Formes au karaté. Ces formes sont une chorégraphie de mouvements illustrant un combat imaginaire contre plusieurs adversaires.
<b>KC :</b>	Karaté Canada
<b>KQ :</b>	Karaté Québec
<b>Kumite :</b>	Épreuves de combat en karaté
<b>PKF :</b>	Fédération panaméricaine de karaté (Panaméricain Karate Fédération)
<b>PNCE :</b>	Programme national de certification des entraîneurs
<b>Technique de cassage :</b>	Action de casser un objet quelconque avec une partie de son corps.



# CHAPITRE 1 : LES INSTALLATIONS ET LES ÉQUIPEMENTS D'ENTRAÎNEMENT

## SECTION 1 : DISPOSITIONS GÉNÉRALES

### Article 1 : Certificat de dojo

Le certificat de dojo délivré par Karaté Québec doit être affiché près de l'aire d'entraînement ou à l'intérieur de celle-ci ou présenté sur demande.

### Article 2 : Inspection

Karaté Québec ou son mandataire peut inspecter en tout temps les installations et les équipements.

## SECTION 2 : LES INSTALLATIONS

### Article 3 : Surface

La surface d'entraînement doit être rigide, unie et exempte de tout obstacle non nécessaire à la pratique. (un tapis de tatamis : Épaisseur de 3-4 cm et 1 mètre de côté)

### Article 4 : Aire libre

Tout obstacle situé à une distance inférieure à 1 m de la surface d'entraînement doit être recouvert d'une surface protectrice.

### Article 5 : Hauteur

La hauteur minimale du plafond du dojo doit être de 2,5 m.

### Article 6 : Éclairage et aération

Le dojo doit être bien éclairé et un système d'aération doit assurer un renouvellement d'air adéquat.

### Article 7 : Accès

Les entrées, les sorties et les sorties d'urgence de l'aire d'entraînement doivent être déverrouillées et libres de tout obstacle empêchant une évacuation rapide.

### Article 8 : Surface extérieure

À l'occasion d'un entraînement sur une surface extérieure, seuls les articles 1 et 2 de la présente section s'appliquent.

## SECTION 3 : LES ÉQUIPEMENTS

### Article 9 : Équipements

Les équipements pouvant servir à l'entraînement des participants et lors des compétitions doivent respecter les normes de fabrication, d'utilisation et d'entretien du manufacturier.

L'équipement collectif doit respecter les règles d'hygiène.



La tenue officielle du compétiteur en kata doit être en conformité avec le règlement de kumite. Voir les articles 38 et 39

Les athlètes masculins et féminins pourront porter un foulard noir uni, selon l'article 38 ici-bas.

#### Article 10 : Équipements sécuritaires

Les équipements utilisés pour l'entraînement des participants doivent être sécuritaires, en bonne condition et être appropriés pour l'âge et le niveau des participants. Voir article 38 et 39

### **SECTION 4 : LES ÉQUIPEMENTS DE SÉCURITÉ ET DE COMMUNICATION**

#### Article 11 : Trousse de premiers soins (voir annexe I)

Une trousse de premiers soins intermédiaire pour milieu à risque élevé conforme à la norme CAN/CSA Z1220-17 doit être accessible près de l'aire d'entraînement ou de compétition.

La trousse de premiers soins doit être en nombre suffisant pour l'ensemble des participants, des entraîneurs et des intervenants dans une séance d'entraînement.

#### Article 12 : Numéro d'urgence

La trousse de premiers soins doit contenir, en plus du matériel de premiers soins, une désignation de l'emplacement d'un téléphone disponible le plus près du lieu d'entraînement ou de compétition et la liste des numéros de téléphone suivants :

- Ambulance;
- Centre hospitalier;
- Police;
- Service d'incendie;
- Centre antipoison : 1 (800) 463 – 5060.

#### Article 13 : Glace

En plus de la trousse de premiers soins, de la glace et sacs de plastique ou 2 sacs de glace sèche doivent être disponibles.



## CHAPITRE 2 : LA FORMATION ET L'ENTRAÎNEMENT DES PARTICIPANTS

### SECTION 1 : DISPOSITIONS GÉNÉRALES

#### Article 14 : Participant

Un participant doit être membre de Karaté Québec lorsqu'il s'entraîne au sein d'un dojo affilié à celle-ci ou sous la supervision d'un entraîneur membre de celle-ci.

### SECTION 2 : L'ENTRAÎNEMENT

#### Article 15 : Supervision

Le programme d'enseignement ou d'entraînement doit être établi et supervisé par un entraîneur reconnu, membre de Karaté Québec.

#### Article 16 : Premiers soins

Une personne ayant suivi une formation en premiers soins et RCR/DEA et détenant une certification à jour doit être présente lors des séances d'entraînement.

#### Article 17 : Rapport

Il doit y avoir au moins un entraîneur par 30 participants. Pour chaque groupe de 10 participants additionnels, un assistant-entraîneur doit être présent.

#### Article 18 : Techniques en kumite

Au cours d'une pratique avec un partenaire, les techniques pratiquées doivent être en conformité avec les règlements de kumite de la WKF.

#### Article 19 : Techniques de cassage

L'enseignement et la pratique de techniques de cassage sont interdits aux moins de 15 ans. Les techniques de cassage avec la tête sont interdites à tous les participants.

#### Article 20 : Armes de karaté

L'utilisation des armes de karaté (bo, tonfa, katana de bois, sai, kama) est permise sous supervision d'un entraîneur qualifié et formé selon les règles spécifiques du kobudo.





### SECTION 3 : LE DÉROULEMENT DE LA SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT

Article 21 : Norme d'entraînement : Une séance d'entraînement doit se dérouler selon les principes du DLTA (participation, excellence, ressources, interaction) de Karaté Québec et devrait être conforme aux principes du PNCE. Une séance débute avec un échauffement, pratique des techniques de base, routine de Kata ou exercice de combat, étirements / retour au calme.

#### Article 22 : Niveau

La séance d'entraînement doit être adapté selon l'âge et le niveau des participants

Regroupement selon l'expérience : • Débutant (moins de 1 an de pratique) • Novice (de 1 à 2 ans de pratique) • Intermédiaire (2 à 3 ans de pratique) • Avancé (plus de 3 ans de pratique) Regroupement selon le niveau de ceinture : Les regroupements possibles sont : • Blanche, jaune • Jaune, orange • Orange, verte • Verte, bleue/mauve • Bleue/mauve, brune • Bleue/mauve, brune, noire

Pour les ceintures de blanche à verte : Des entrainements de 60 min de 1 à 2 fois semaine

Pour les ceintures de vertes à noirs : Des entrainements de 60 min et plus de 1 à 3 fois semaine et/ou selon le besoin

### SECTION 4 : LES RÈGLES DE SÉCURITÉ À RESPECTER

#### Article 23 : Équipement de protection en kumite

Au cours d'une pratique de combat avec partenaire, le participant doit porter les protecteurs recommandés par la WKF et les protecteurs doivent être soit homologués par la WKF ou la PKF ou être de style homologué par la WKF. Équipement obligatoire pour la catégorie élite et épreuves de sélections : Lors d'une épreuve de kumite dans une catégorie élite et lors des épreuves de sélection, le participant doit porter : • des protecteurs de mains (1 paire rouge ET 1 paire bleue) • des protecteurs de tibias et de pieds (1 paire rouge ET 1 paire bleue) • un protecteur buccal • un plastron (recommandé pour la catégorie 12-13 ans et obligatoire les catégories 14-15 ans et plus) • une coquille protectrice pour les athlètes masculins • un protège-buste pour les athlètes féminines (recommandé pour la catégorie 12-13 ans et obligatoire les catégories 14-15 ans et plus) et depuis peu le casque obligatoire pour les 14 ans et - • un karaté-gi respectant les règlements de la WKF à l'article 2 des règlements de kumite.

#### Article 24 : Port de lunettes

Il est interdit de porter des lunettes ou des lentilles cornéennes rigides à moins que l'athlète porte un casque avec une bulle de protection pour le visage lors de l'entraînement.



### Article 25 : Responsabilités

Au cours d'une séance d'entraînement, le participant :

- doit déclarer à l'entraîneur tout changement de son état de santé qui empêche la pratique normale du karaté ou qui risque d'avoir des effets néfastes sur son intégrité physique;
- doit déclarer à son entraîneur s'il a des symptômes qui pourraient s'apparenter à une commotion cérébrale;
- doit déclarer à l'entraîneur qu'il utilise ou est sous l'effet de médicaments;
- ne doit pas consommer ou être sous l'influence de l'alcool, d'une drogue ou d'une substance ou d'une méthode dopante;
- doit déclarer à l'entraîneur qu'il porte des lentilles cornéennes;
- ne doit pas porter d'articles susceptibles de causer des blessures.



## CHAPITRE 3 : LA PARTICIPATION À UN ÉVÉNEMENT, À UNE COMPÉTITION OU UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF

### SECTION 1 : CONDITIONS PRÉALABLES

#### Article 26 : Affiliation

Un participant à une compétition sanctionnée ou organisée par Karaté Québec doit être membre de celle-ci.

Un participant provenant de l'extérieur du Québec doit être membre d'une fédération affiliée à Karaté Canada ou à la WKF.

Karaté Québec peut accueillir des participants non-membres ou provenant de l'extérieur du Québec lors de compétitions ciblées.

#### Article 27 : Inscription

L'inscription d'un participant doit être effectuée par l'entraîneur responsable du dojo.

En procédant à l'inscription d'un athlète à une compétition, l'entraîneur reconnaît que l'athlète possède les habiletés techniques, mentales et physiques à compétitionner au niveau de la division et de la catégorie à laquelle il est inscrit et qu'il est apte à compétitionner selon l'article 29 ci-dessous.

#### Article 28 : Aptitude à compétitionner

Le participant doit être apte à compétitionner.

- S'il a subi une blessure ou a exhibé des symptômes de commotion cérébrale lors d'une compétition antérieure, et qu'il a reçu du personnel médical une demande de suivi, il doit fournir une attestation médicale l'autorisant à compétitionner selon la section VI du présent chapitre.
- S'il a subi une blessure ou a exhibé des symptômes de commotion cérébrale lors d'un entraînement à son dojo, il devra fournir à son entraîneur-chef une attestation médicale l'autorisant à compétitionner.

### SECTION 2 : LES RÈGLES DE KUMITE

#### Article 29 : Catégories d'âge et surclassement

Les catégories d'âge sont en conformité avec les règles de la WKF ou selon les besoins de la compétition (voir l'Annexe III). 31 Le sur-classement de catégorie d'âge est permis pour les sélections de l'équipe du Québec selon les règles établies par KQ afin de permettre aux athlètes de respecter les exigences d'âge pour le Championnat Canadien ainsi que les compétitions internationales. Ces règles se retrouvent dans le guide des sélections de l'équipe du Québec.



#### Article 30 : Surclassement interdit

Le surclassement de catégories d'âge n'est pas permis pour les divisions participatives (Débutant, Intermédiaire et Avancé) sauf si le Conseil d'administration de KQ accepte une dérogation spécifique pour les besoins d'une compétition. Advenant le cas, les règles de surclassement seront communiquées aux participants et aux entraîneurs avant la période d'inscription à la compétition.

#### Article 31 : Catégories de poids

Les catégories de poids doivent respecter les règles de la WKF ou de la PKF ou sont établies selon les besoins de la compétition (voir l'Annexe III).

#### Article 32 : Les genres

Les participants masculins et féminins ne doivent pas compétitionner les uns contre les autres lors de combats.

### **SECTION 3 NIVEAU**

Les participants à la compétition pour le volet participatif sont regroupés par niveau de ceinture du participant, selon les besoins de la compétition. L'organisateur de la compétition doit déterminer la méthode de regroupement au préalable.

#### **Regroupement selon l'expérience**

- Débutant (ceintures blanche, jaune et orange)
- Intermédiaire (ceintures orange, verte et bleue)
- Avancé (ceintures bleue, mauve, brune et noire)

#### **Regroupement selon le niveau de ceinture**

Les regroupements possibles sont :

- Blanche, jaune
- Jaune, orange
- Orange, verte
- Verte, bleue/mauve
- Bleue/mauve, brune
- Bleue/mauve, brune, noire
- Brune, noire

Advenant une faible participation pour certains regroupements, l'organisateur de la compétition peut modifier les regroupements. Les entraîneurs des compétiteurs concernés doivent approuver les modifications apportées.

Karaté Québec se réserve le droit de modifier les regroupements selon les besoins de la compétition.

#### Article 33 : Catégorie Élite

La catégorie élite est permise pour les athlètes détenant une ceinture bleue ou plus.



#### Article 34 : Droit de regard

Karaté Québec se réserve un droit de regard sur les inscriptions des athlètes dans toutes les catégories pour éviter que des athlètes de niveau supérieur se retrouvent contre des athlètes de niveau inférieur.

#### Article 35 : Règlements de kumite

Les règlements de kumite sont ceux établis par la WKF contenus dans les règlements des compétitions de karaté en vigueur au moment de la compétition et, le cas échéant, les modifications faites par l'organisateur de la compétition.

Il est interdit d'effectuer des modifications aux règles de kumite permettant de rendre valides des techniques interdites dans les règlements de kumite de la WKF.

#### Article 36 : Équipement obligatoire pour la catégorie élite et les épreuves de sélection

Lors d'une épreuve de kumite dans une catégorie élite et lors des épreuves de sélection, le participant doit porter :

- des protecteurs de mains (1 paire rouge ET 1 paire bleue);
- des protecteurs de tibias et de pieds correctement ajustés (1 paire rouge ET 1 paire bleue);
- un protecteur buccal;
- un plastron (recommandé pour la catégorie 12-13 ans et obligatoire les catégories 14-15 ans et plus);
- une coquille protectrice pour les athlètes masculins;
- En plus du plastron, un protège-buste pour les athlètes féminines (recommandé pour la catégorie 12-13 ans et obligatoire les catégories 14-15 ans et plus);
- Casque : obligatoire pour les moins de 14 ans
- un karaté-gi respectant les règlements de la WKF à l'article 2 des règlements de kumite.

Selon l'article 2.6 des règlements de kumite de la WKF, les athlètes féminines et les athlètes masculins pourront porter un foulard noir uni homologué couvrant leurs cheveux, mais ne couvrant pas le cou.

Tous les équipements de protection doivent être soit homologués par la WKF ou la PKF, ou être de style homologué par la WKF.



### Article 37 : Équipement obligatoire pour catégories participatives

Lors d'une épreuve de kumite dans une catégorie participative, le participant doit porter :

- des protecteurs de mains (1 paire rouge OU 1 paire bleue);
- des protecteurs de tibias et de pieds correctement ajustés (1 paire rouge OU 1 paire bleue);
- un protecteur buccal;
- un plastron (recommandé);
- une coquille protectrice pour les athlètes masculins;
- un protège-buste pour les athlètes féminines (recommandé pour la catégorie 12-13 ans et plus);
- Casque : obligatoire pour les moins de 14 ans
- un karaté-gi respectant les règlements de kumite.

Les athlètes féminines et les athlètes masculins pourront porter un foulard noir uni.

Tous les équipements de protection doivent être soit homologués par la WKF ou la PKF, ou être de style homologué par la WKF.

## **SECTION 4 : LES RÈGLES DE KUMITE SPÉCIFIQUES AUX 6-11 ANS**

### Article 38 : Épreuves

Les épreuves permises pour les 6-11 ans sont :

- 6-7 ans : circuit technique, combat foulard ou kumite;
- 8-9 ans : circuit technique, combat foulard ou kumite;
- 10-11 ans : kumite.

L'organisateur de la compétition aura la responsabilité de sélectionner les épreuves admissibles pour la compétition.

### Article 39 : Durée des rencontres en kumite

Les combats sont d'une durée de 1 minute pour les 6 à 9 ans.

Les combats sont d'une durée de 1 minute 30 secondes pour les 10-11 ans.

### Article 40 : Règlements en kumite

Les règles de kumite sont celles établies par la WKF contenues dans les règlements des compétitions de karaté en vigueur au moment de la compétition et, le cas échéant, les modifications faites par l'organisateur de la compétition.

Il est interdit d'effectuer des modifications aux règles de kumite permettant de rendre valides des techniques interdites dans les règlements de kumite de la WKF.

### Article 41 : Techniques interdites

Aucun balayage n'est permis pour les 6 à 11 ans.

L'organisateur de la compétition peut choisir d'interdire certaines techniques autrement valides.



## SECTION 5 : LES RÈGLES DE KATA

### Article 42 : Règlements en kata

Voir l'annexe II qui décrit les Katas des divisions Débutant, Intermédiaire et Avancé.

### Article 43 : Conformité des catégories d'âge

Jeunesse : 12-13 ans ; Cadet : 14-15 ans ;

Junior : 16-17 ans ;

U21 18-20 ans et Sénior : 16 ans et plus et Para-Karaté Kata (12-15 ans/ 16 ans et +)

### Article 44 : Niveau

Les participants à la compétition pour le volet participatif sont regroupés par niveau de ceinture du participant, selon les besoins de la compétition. L'organisateur de la compétition doit déterminer la méthode de regroupement au préalable.

#### **Regroupement selon le niveau de ceinture**

Les regroupements possibles sont :

- blanche, jaune et orange;
- orange, verte et bleue;
- bleue, mauve, brune et noire.

Advenant une faible participation pour certains regroupements, l'organisateur de la compétition peut modifier les regroupements; les entraîneurs des compétiteurs concernés doivent approuver les modifications apportées.

KQ se réserve le droit de modifier les regroupements selon les besoins de la compétition.

### Article 45 : Particularités

Pour la division élite, seul le regroupement éligible est disponible (bleue, mauve, brune et noire).

### Article 46 : Droit de regard

KQ se réserve un droit de regard sur les inscriptions des athlètes dans toutes les catégories pour éviter que des athlètes de niveau supérieur se retrouvent contre des athlètes de niveau inférieur.

## SECTION 6 : LES RESPONSABILITÉS

### Article 47 : Responsabilités

Au cours d'une compétition, le participant et/ou son entraîneur :

- doit déclarer au responsable de la compétition tout changement de son état de santé qui empêche la pratique normale du karaté ou qui risque d'avoir des effets néfastes sur son intégrité physique;
- doit déclarer au responsable de la compétition s'il a des symptômes qui pourraient s'apparenter à une commotion cérébrale;



- doit déclarer au responsable de la compétition qu'il utilise ou est sous l'influence d'un médicament;
- ne doit pas consommer ou être sous l'influence de l'alcool, d'une drogue ou d'une substance dopante ou utiliser une méthode dopante;
- ne peut porter de lunettes, elles sont interdites, les lentilles souples peuvent être portées, sous la responsabilité du compétiteur;
- ne doit pas porter d'article susceptible de causer des blessures;
- doit respecter les règlements en vigueur pour la compétition.

## **SECTION 7 : BLESSURES ET SUIVI MÉDICAL**

### Article 48 : Blessure

Dans le cas où l'athlète se blesse lors d'une compétition, KQ se réserve le droit de demander une attestation d'aptitude à compétitionner à nouveau.

### Article 49 : Cas de commotion cérébrale

Voir le chapitre 12 du présent règlement de sécurité.





## CHAPITRE 4 : LA FORMATION ET LES RESPONSABILITÉS DES PERSONNES APPELÉES À JOUER UN RÔLE AUPRÈS DES PARTICIPANTS

### SECTION 1 : LA FORMATION

#### Article 50 : Catégories d'entraîneurs

Les catégories d'entraîneurs sont :

- 1) Entraîneurs formés ou certifiés profil instruction :
  - a. Instruction – Débutant
- 2) Entraîneurs formés ou certifiés profil compétition :
  - a. Compétition – introduction
  - b. Compétition – développement
- 3) Entraîneurs non formés ou non certifiés
- 4) Assistants-entraîneurs

#### Article 51 : Exigences

Pour être formée ou certifiée entraîneur PNCE, il faut :

- 1) détenir au moins un grade de ceinture brune;
- 2) être âgée d'au moins 16 ans;
- 3) avoir suivi la ou les formations requises;
- 4) être certifié, avoir complété et satisfait aux exigences de certification du PNCE telles qu'établies par Karaté Canada et l'Association canadienne des entraîneurs.

#### Article 52 : Entraîneur-chef d'un dojo

Pour être entraîneur-chef d'un dojo, une personne doit :

- 1) être âgée d'au moins 18 ans;
- 2) l'instructeur-chef doit détenir une certification PNCE minimale de niveau 1 ou d'instructeur débutant ou s'engager à l'obtenir au cours de l'année de probation;
- 3) détenir un grade de ceinture noire;
- 4) être en conformité avec les *Règlements généraux* de Karaté Québec;
- 5) connaître le contenu du règlement de sécurité de Karaté Québec;
- 6) connaître les règlements des compétitions de karaté de la WKF;
- 7) connaître le contenu du MDA;
- 8) avoir suivi une formation en premiers soins et RCR/DEA et détenir une certification à jour;
- 9) avoir suivi une formation sur les commotions cérébrales (offerte par l'Association canadienne des entraîneurs).

#### Article 53 : Conditions pour le statut d'entraîneur

Toute personne désirant être entraîneur au sein d'un dojo doit :

- 1) détenir au moins un grade de ceinture brune;
- 2) connaître le contenu du règlement de sécurité de Karaté Québec;
- 3) connaître les règlements de kumite et de kata de la WKF;



- 4) avoir suivi une formation en premiers soins et RCR/DEA et détenir une certification à jour;
- 5) être âgée d'au moins 16 ans.

#### Article 54 : Conditions pour le statut d'assistant-entraîneur

Pour être assistant-entraîneur au sein d'un dojo, une personne doit :

- 1) détenir au moins un grade de ceinture bleue;
- 2) connaître le contenu du règlement de sécurité de Karaté Québec;
- 3) être âgée d'au moins 12 ans.

## **SECTION 2 : LES RESPONSABILITÉS**

#### Article 55 : Niveau d'intervention

Seul un entraîneur-chef ou un entraîneur certifié peut prendre en charge l'enseignement au niveau du dojo.

#### Article 56 : Rôle de l'assistant-entraîneur

Un assistant-entraîneur ne peut enseigner que sous la supervision de l'entraîneur-chef ou d'un entraîneur certifié. Il est chargé d'aider l'entraîneur dans toutes ses tâches et au besoin doit faire les formations pour pouvoir enseigner aux compétitions.

#### Article 57 : Supervision

Lorsqu'un entraîneur est d'âge mineur, un entraîneur adulte ou un adulte responsable doit superviser l'entraînement.

#### Article 58 : Certification PNCE

Lorsqu'un entraîneur ne détient pas une certification PNCE, il doit enseigner selon un plan d'entraînement développé et supervisé par un entraîneur certifié, sauf en période de probation.

#### Article 59 : Responsabilités

Tout entraîneur doit :

- 1) voir au respect des règles de sécurité du présent document;
- 2) s'assurer régulièrement que la trousse de premiers soins est complète;
- 3) en cas de blessure, s'assurer que le participant puisse recevoir les soins appropriés;
- 4) rédiger un rapport sur les blessures survenues au cours d'une séance d'entraînement si l'intervention de l'entraîneur est requise;
- 5) ne pas consommer ni être sous l'influence de l'alcool, d'une drogue ou d'une substance dopante pendant une compétition ou une séance d'entraînement;
- 6) connaître les règles de compétition auxquelles ses élèves désirent participer;
- 7) s'assurer que les installations et les équipements ainsi que les services et équipements de sécurité sont conformes aux dispositions du présent règlement.



### SECTION 3 : LES EXIGENCES EN COMPÉTITION

#### Article 60 : Règlements

Les entraîneurs agissant en tant qu'entraîneurs lors des compétitions organisées par Karaté Québec doivent se conformer aux règlements de la WKF.

#### Article 61 : Survêtement

Pour les fins des compétitions organisées par Karaté Québec, le survêtement officiel requis selon les règlements de la WKF est réputé être le survêtement de l'école de karaté ou, le cas échéant, un survêtement sport générique.

#### Article 62 : Exigences pour les sélections de l'équipe du Québec

Pour les sélections de l'équipe du Québec, afin d'agir à titre d'entraîneur lors d'une compétition, une personne doit,

Pour être admissibles et détenir une carte d'entraîneur personnelle valide délivrée par Karaté Québec, les entraîneurs doivent répondre aux exigences suivantes :

- a) Être âgé d'au moins 18 ans;
- b) Détenir un grade ceinture noire.
- c) Avoir suivi une formation en arbitrage de Karaté Québec au cours des deux dernières années ou détenir un grade d'arbitrage valide. De plus, Karaté Québec se réserve le droit d'exiger que les entraîneurs suivent une formation d'arbitrage sur une base annuelle lors de changements significatifs de la réglementation de la WKF.
- d) Formations PNCE éligibles obligatoires. Le dossier PNCE de l'entraîneur dans *Le Casier* (<https://lecasier.coach.ca/account/login?language=fr>) doit permettre d'identifier l'une des formations ou combinaison de formations selon les points ci-dessous :
  - i. *Certifié* Compétition – Développement incluant le module *Analyse technique et tactique de la performance en karaté*
  - ii. *Formé* Compétition – Développement incluant le module *Analyse technique et tactique de la performance en karaté*
  - iii. *Certifié* Compétition – Introduction en karaté
  - iv. *Formé* Compétition – Introduction en karaté
  - v. *En cours de formation* Compétition – Introduction en karaté + *certifié* PNCE niveau 1 en karaté (ancien programme PNCE en karaté)
  - vi. *En cours de formation* Compétition – Introduction en karaté + évaluation en ligne réussie du module *Prise de décisions éthiques*
- e) Formation prendre une tête d'avance PNCE (Formation en ligne obligatoire)
- f) Évaluation en ligne réussie du module « prise de décision éthique » (peut avoir été fait dans un des cheminements listés ci-dessus)



**NOTE** : L'entraîneur-chef d'un club nouvellement affilié à Karaté Québec pourra bénéficier d'un laissez-passer pour l'obtention d'une accréditation d'entraîneur pour la première année de son accréditation. Pour les années subséquentes, le ou les entraîneurs du club devront respecter les exigences d'éligibilité pour l'obtention d'une accréditation aux sélections de l'équipe du Québec.

*Article 63 : Exigences pour les autres compétitions organisées par Karaté Québec*

Pour les compétitions organisées par Karaté Québec, autres que les sélections de l'équipe du Québec, afin d'agir à titre d'entraîneur lors d'une compétition, une personne doit à compter du 1<sup>er</sup> septembre 2015 :

- 1) être âgée d'au moins 16 ans;
- 2) avoir suivi une formation en arbitrage offerte par Karaté Québec au cours des deux dernières années ou détenir un grade d'arbitrage valide;
- 3) détenir un grade de ceinture brune ou plus;
- 4) détenir une carte d'entraîneur délivrée par Karaté Québec.

*Article 64 : Exigences particulières pour la Coupe Marc-Hamon (Coupe Jeunesse)*

Pour la compétition Coupe Marc-Hamon (Coupe Jeunesse), une personne qui désire agir à titre d'entraîneur, pourra être admissible si elle est un athlète actif membre de l'équipe du Québec. Cette personne doit alors :

- 1) être âgée d'au moins 16 ans;
- 2) être un athlète actif membre de l'équipe du Québec;
- 3) détenir une carte d'entraîneur délivrée par Karaté Québec.

*Article 65 : Exigences pour les non-membres lors de la Coupe Québec*

Une personne provenant d'un club non membre de Karaté Québec qui désire agir à titre d'entraîneur lors de la Coupe Québec devra fournir une preuve écrite (certificat d'entraîneur, carte d'entraîneur, certificat d'arbitrage, etc.) qu'elle est un entraîneur reconnu par son association provinciale ou territoriale, membre de Karaté Canada, afin d'obtenir une carte d'entraîneur valide délivrée par Karaté Québec.

*Article 66 : Exigences pour les non-membres lors de compétitions ouvertes*

Une personne provenant d'un club non membre de Karaté Québec qui désire agir à titre d'entraîneur lors d'une compétition ouverte, comme l'Open international de Montréal, par son inscription, confirme qu'il dispose des compétences requises pour être un entraîneur, afin d'obtenir une carte d'entraîneur valide délivrée par Karaté Québec.



## CHAPITRE 5 : LA FORMATION ET LES RESPONSABILITÉS DES PERSONNES CHARGÉES DE L'APPLICATION DES RÈGLES DE JEU ET DES RÈGLES DE SÉCURITÉ, INCLUANT NOTAMMENT LES RESPONSABILITÉS À L'ÉGARD DE LA PRÉVENTION DES INCIVILITÉS

### SECTION 1 : LA FORMATION ET LES RESPONSABILITÉS DES ARBITRES ET JUGES

#### Article 67 : Catégories d'arbitres

Les catégories d'arbitres au niveau provincial sont :

- 1) Juge D Kata  
Juge D Kumite
- 2) Juge C Kata  
Juge C Kumite
- 3) Juge B Kata  
Arbitre B Kumite
- 4) Juge A Kata  
Arbitre A Kumite

#### Article 68 : Juge de niveau D

Pour être juge de niveau « D », une personne doit :

- 1) détenir au moins le grade de ceinture brune;
- 2) être âgée d'au moins 16 ans;
- 3) satisfaire aux exigences stipulées à la politique d'obtention et de maintien d'un grade d'arbitrage.

Toute personne ayant participé à une formation d'arbitrage de Karaté Québec et répondant aux points ci-dessus dispose d'un grade de juge de niveau « D ».

#### Article 69 : Juge de niveau C

Pour être juge de niveau « C », une personne doit :

- 1) détenir au moins le grade de ceinture noire;
- 2) être âgée d'au moins 16 ans;
- 3) satisfaire aux exigences stipulées à la politique d'obtention et de maintien d'un grade d'arbitrage.

#### Article 70 : Juge de niveau B

Pour être juge de niveau « B », une personne doit :

- 1) détenir au moins le grade de ceinture noire;
- 2) être âgée d'au moins 18 ans;



- 3) satisfaire aux exigences stipulées à la politique d'obtention et de maintien d'un grade d'arbitrage.

#### Article 71 : Juge de niveau A

Pour être juge de niveau « A », une personne doit :

- 1) détenir au moins le grade de ceinture noire;
- 2) être âgée d'au moins 18 ans;
- 3) satisfaire aux exigences stipulées à la politique d'obtention et de maintien d'un grade d'arbitrage.

#### Article 72 : Juge de Niveau D

Un juge de niveau « D » pourra officier uniquement dans les compétitions locales et régionales.

Un athlète de l'équipe du Québec pourra officier dans les compétitions identifiées par Karaté Québec selon les normes établies.

#### Article 73 : Juge de niveau C

Un juge de niveau « C » pourra être juge de coin pour les compétitions et les sélections de l'équipe du Québec (en kata et kumite).

#### Article 74 : Juge de niveau B

Un arbitre de niveau « B » pourra être juge de coin et arbitre central pour les compétitions et les sélections de l'équipe du Québec.

#### Article 75 : Juge de niveau A

Un arbitre de niveau « A » pourra être juge de coin, arbitre central ainsi que chef de tatami pour tous les niveaux de compétition.

#### Article 76 : Supervision

L'arbitre en chef sera un arbitre de niveau A.

#### Article 77 : Arbitres de l'extérieur

Les arbitres venant de l'extérieur de la province ou du pays doivent posséder un grade d'arbitrage valide pour pouvoir arbitrer à Karaté Québec.

#### Article 78 : Responsabilités

L'arbitre en chef doit :

- 1) approuver au préalable toute adaptation de règlements de la WKF pour application particulière lors d'une compétition organisée ou sanctionnée par Karaté Québec;
- 2) voir au respect des règles mentionnées au chapitre III;
- 3) s'assurer que les installations et les équipements ainsi que les services et équipements de sécurité sont conformes aux dispositions des chapitres I et VII;



- 4) lors des compétitions, recevoir les protêts par écrit, accompagnés de 100 \$ en argent comptant, concernant l'application du règlement de compétition de la WKF et toute adaptation particulière établie au préalable. Il devra prendre les mesures nécessaires pour évaluer, décider de l'admissibilité et rendre une décision concernant le protêt.

## **SECTION 2 : LA FORMATION ET LES RESPONSABILITÉS DES ORGANISATEURS D'ÉVÉNEMENTS**

Voir le chapitre 6 du présent règlement de sécurité.

## **SECTION 3 : LA SÉCURITÉ DE TOUS LES PARTICIPANTS**

Voir le chapitre 6 du présent règlement de sécurité.



## CHAPITRE 6 : L'ORGANISATION ET LE DÉROULEMENT D'UN ÉVÉNEMENT, D'UNE COMPÉTITION OU D'UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF

### SECTION 1 : L'ORGANISATION ET LE DÉROULEMENT

#### Article 79 : Avant la compétition

L'organisateur doit :

- 1) Avoir 18 ans et plus et obtenir une sanction d'événement de Karaté Québec;
- 2) faire approuver par Karaté Québec les règles de compétition en vigueur au moment de la compétition au moins 30 jours avant sa tenue;
- 3) informer les participants de la réglementation en vigueur au moment de la compétition au moins 15 jours avant sa tenue;
- 4) détenir ou être couvert par une police d'assurance responsabilité couvrant la responsabilité qu'il peut encourir en raison de faute commise dans l'exercice de ses fonctions ou à l'occasion de l'exercice de ses fonctions pendant la durée de la compétition. Le montant de la garantie doit être d'au moins deux millions de dollars (2 000 000 \$) pour chaque événement. La garantie doit s'étendre aux actes accomplis par tout employé ou préposé, rémunéré ou bénévole, et couvrir les dommages corporels subis par un participant ou un spectateur;
- 5) s'assurer de la présence d'un nombre suffisant de juges et d'arbitres certifiés à sa compétition de karaté, tel que prévu aux règles en vigueur au moment de la compétition.

#### Article 80 : Pendant la compétition

L'organisateur doit :

- 1) 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;
- 2) s'assurer de la présence d'un responsable des premiers soins qualifié, conformément au chapitre VII, durant toute la compétition;
- 3) être disponible pour toute demande d'inspection ou de modification;
- 4) s'assurer qu'il n'y ait pas de consommation d'alcool, de drogue ou de substances dopantes dans les aires réservées aux participants et aux officiels.

#### Article 81 : Après la compétition

Deux semaines après la compétition, l'organisateur doit faire parvenir un rapport d'incident, d'accident et d'infraction au règlement de sécurité, s'il y a lieu.

#### Article 82 : Organisateur

Cette section est aussi applicable lorsque Karaté Québec est l'organisateur de la compétition.





## SECTION 2 : LA SÉCURITÉ

- Un responsable des premiers soins doit être présent durant la compétition. Il doit être un thérapeute athlétique, un physiothérapeute, un médecin ou un infirmier, détenant une certification à jour en premiers soins et RCR.
- Lorsqu'un participant est blessé, le responsable des premiers soins interviendra auprès du participant lorsque l'arbitre fera la demande d'intervention.
- Un emplacement de premiers soins doit être aménagé sur le site de compétition ainsi que le caisson contenant tous les accessoires nécessaires aux premiers soins
- Des bénévoles, agent de sécurité lors des compétitions sont à prévoir pour limiter les gens sur les tatamis, que les athlètes et/ou entraîneurs, ainsi que les bénévoles sont permis.



## CHAPITRE 7 : LES LIEUX OÙ SE DÉROULE UN ÉVÉNEMENT, UNE COMPÉTITION OU UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF

### SECTION 1 : LES INSTALLATIONS SPORTIVES REQUISES

Pour toutes compétitions, un gymnase pouvant contenir un minimum de 5 tatamis (12x12), des aires d'échauffement ainsi que des aires des attentes pour les athlètes sont recommandés. Des estrades pour les spectateurs sont aussi de mises.

### SECTION 2 : LE DÉROULEMENT ET LA SUPERVISION

Le déroulement ainsi que la supervision de l'événement se fait par le directeur technique de la compétition. Il vérifie à ce que le site soit conforme avant que la compétition commence. Durant l'événement, le (la) directeur (trice) des opérations de Karaté Québec supervise à ce que tout se passe de façon conforme et sécuritaire. A la toute fin, les équipements sont amassés par les bénévoles nommés.

### SECTION 3 : L'ACCESSIBILITÉ ET LA CONFORMITÉ DES LIEUX

#### Article 83 : Accès

Les entrées, les sorties et les sorties d'urgence de l'aire d'entraînement et de compétition doivent être déverrouillées et libres de tout obstacle empêchant une évacuation rapide. Des accès sont inclus pour les personnes à mobilité réduite.

#### Article 84 : Zone des spectateurs

La zone des spectateurs doit être clairement délimitée et située à une distance d'au moins 3 m de l'aire de compétition.



## CHAPITRE 8 : LES INSTALLATIONS ET LES ÉQUIPEMENTS UTILISÉS LORS D'UN ÉVÉNEMENT, D'UNE COMPÉTITION OU D'UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF

### SECTION 1 : LES INSTALLATIONS SPORTIVES

#### Article 85 : Surface et zone de sécurité

La surface de compétition doit respecter les règlements relatifs à l'aire de compétition de la WKF. Voir le chapitre 1 du présent règlement de sécurité.

### SECTION 2 : LES ÉQUIPEMENTS

#### Article 86 : Équipements

Les équipements pouvant servir à l'entraînement des participants et lors des compétitions doivent respecter les normes de fabrication, d'utilisation et d'entretien du manufacturier. Voir le chapitre 1 du présent règlement de sécurité.

L'équipement collectif doit respecter les règles d'hygiène.

#### Article 87 : Trousse de premiers soins

Voir l'Annexe 1 La trousse de premiers soins doit être en nombre suffisant pour l'ensemble des participants, des entraîneurs et des intervenants.

#### Article 88 : Numéros d'urgence

La trousse de premiers soins doit contenir, en plus du matériel de premiers soins, une désignation de l'emplacement d'un téléphone disponible le plus près du lieu d'entraînement ou de compétition et la liste des numéros de téléphone suivants :

- Ambulance;
- Centre hospitalier;
- Police;
- Service d'incendie;
- Centre antipoison : 1 (800) 463 – 5060.

#### Article 89 : Glace

En plus du de la trousse de premiers soins, de la glace et sacs de plastique ou 2 sacs de glace sèche doivent être disponible.



## CHAPITRE 9 : LES SERVICES ET ÉQUIPEMENTS DE SÉCURITÉ REQUIS LORS D'UN ÉVÉNEMENT, D'UNE COMPÉTITION OU D'UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF

### SECTION 1 : LES SERVICES DE PREMIERS SOINS ET SERVICES MÉDICAUX

#### Article 90 : Services de premiers soins

Un responsable des premiers soins doit être présent durant la compétition. Il doit être un thérapeute athlétique, un physiothérapeute, un médecin ou un infirmier, détenant, au moins, une certification à jour en premiers soins et RCR.

#### Article 91 : Participant blessé

Lorsqu'un participant est blessé, le responsable des premiers soins interviendra auprès du participant lorsque l'arbitre fera la demande d'intervention.

#### Article 92 : Localisation du site de premiers soins

Un emplacement de premiers soins doit être aménagé sur le site de compétition.



## **CHAPITRE 10 : LA PRÉVENTION, LA DÉTECTION ET LE SUIVI DES COMPORTEMENTS SUSCEPTIBLES DE METTRE EN PÉRIL LA SÉCURITÉ ET L'INTÉGRITÉ PHYSIQUE OU PSYCHOLOGIQUE DES PERSONNES**

Dans le cadre de sa mission, la Fédération de Karaté Québec a la responsabilité de protéger ses membres en leur offrant un environnement sécuritaire, juste et dans lequel on peut avoir confiance, et ce, pour tous les niveaux et à tous les paliers, qu'ils soient locaux, régionaux, provinciaux, nationaux ou internationaux.

Ainsi, la Fédération de Karaté Québec n'entend tolérer aucune forme d'abus, de harcèlement, de négligence ou de violence, physique, psychologique ou sexuelle, et ce, dans tous les programmes et activités sanctionnés et dispensés par elle-même et par ses membres.

La Fédération de Karaté Québec reconnaît l'importance de prendre les moyens raisonnables afin de prévenir et d'intervenir pour faire cesser toute forme d'abus, de harcèlement, de négligence ou de violence lorsqu'une telle pratique est portée à sa connaissance.

### **SECTION 1 : LA PRÉVENTION ET LA DÉTECTION DE COMPORTEMENTS SUSCEPTIBLES DE METTRE EN PÉRIL LA SÉCURITÉ ET L'INTÉGRITÉ PHYSIQUE OU PSYCHOLOGIQUE**

#### **Pratique saine et sécuritaire**

10.1 Le présent règlement de sécurité fait partie des règles auxquelles tout membre de la Fédération de Karaté Québec est obligatoirement soumis. Il énonce un ensemble de dispositions applicables afin d'évoluer dans le milieu de manière saine et sécuritaire.

Par ailleurs, la Fédération de Karaté Québec déclare adhérer à l'Avis sur l'éthique en loisir et en sport, du ministère de l'Éducation, dont l'objectif principal est la reconnaissance des valeurs tels l'équité, la persévérance, le plaisir, la santé, la sécurité et l'intégrité, et la préservation d'un milieu du loisir et du sport sûr et accueillant pour tous.

#### **Aide, accompagnement, référencement**

**10.2.** La Fédération incite ses membres à faire preuve de vigilance afin de détecter et dénoncer tout comportement inapproprié qui porte atteinte à l'intégrité physique ou psychologique d'une personne lors de la pratique du karaté. À cette fin, la Fédération de Karaté Québec a des codes de conduite à respecter et s'assure de leur diffusion et de leur promotion auprès des membres.

Dès son adhésion, tout membre doit être informé, par écrit, de l'existence de ces codes de conduite.



De plus, la Fédération de Karaté Québec s'engage à chaque début de saison à rappeler à ses membres de revoir les codes de conduite qui les concernent.

### **Filtrage**

**10.3.** La Fédération de Karaté Québec a mis en place des directives en matière de filtrage pour toutes personnes susceptibles d'entrer en contact avec des personnes mineures ou des personnes vulnérables dans le cadre de ses fonctions.

### **Formation**

**10.4.** La Fédération de Karaté Québec s'engage à promouvoir auprès de ses membres et les encourage à participer à des formations en matière de protection de l'intégrité. Ces formations devront avoir été approuvées au préalable par la Fédération de Karaté Québec. Cette dernière s'engage également à faire connaître ces formations par le biais de son site internet.

La Fédération de Karaté Québec peut également exiger la participation de certaines catégories de membres à des formations, conférences, ou autres outils en rapport avec l'intégrité. Elle peut contrôler et s'assurer de la présence des personnes convoquées à participer ou en faire une condition préalable à la pratique de l'activité (entraîner, administrer, jouer ou autre).

## **SECTION 2 : SUIVIS DES COMPORTEMENTS SUSCEPTIBLES DE METTRE EN PÉRIL LA SÉCURITÉ ET L'INTÉGRITÉ PHYSIQUE OU PSYCHOLOGIQUE**

**10.5.** Un processus de suivi de ces comportements est proposé par la Fédération de Karaté Québec, notamment par l'entremise d'un mécanisme indépendant de traitement des plaintes qui recommande des sanctions auprès de la Fédération, le cas échéant.

Ainsi toute personne impliquée doit dénoncer, tout abus, harcèlement, négligence, ou violence sous toutes ses formes commis sur une personne qui est elle aussi impliquée dans le milieu du karaté, qu'elle soit mineure ou majeure.

Tout membre de la Fédération doit collaborer au processus de traitement d'une plainte et respecter la confidentialité inhérente au traitement de celle-ci.

La Fédération de Karaté Québec s'engage à respecter et mettre en place, le cas échéant, en collaboration avec ses membres s'il y a lieu, les mesures appropriées afin d'appliquer les décisions et sanctions rendues par son Conseil d'administration.

## **SECTION 3 : BAGARRES**

**10.6.** Afin de prévenir la violence physique et psychologique pouvant entraîner des blessures mineures, graves ou dans des circonstances extrêmes un décès, la Fédération de Karaté Québec a la responsabilité d'établir des règles d'intervention lorsque survient une bagarre, entre 2 personnes ou plus en dehors de l'aire de combat, dans le cadre d'un



événement sportif (joute ou compétition) et ce, peu importe qu'il s'agisse de joueurs ou d'autres membres de l'équipe (entraîneur, assistant-entraîneur, soigneur, etc.).

La Fédération s'assurera que les sanctions mentionnées dans les deux prochains paragraphes s'appliquent obligatoirement dès qu'un événement sportif implique la présence de personnes de moins de 18 ans.

Dès qu'une bagarre survient, les personnes impliquées doivent systématiquement être expulsées de l'événement sportif et ce, qu'elles soient initiatrices ou pas de la bagarre.

Également, ces mêmes personnes devront faire l'objet minimalement d'une suspension lors du prochain événement sportif (suspension pour la prochaine joute ou suspension pour le prochain événement).

Le cas échéant, la Fédération pourrait demander à ses membres une liste des expulsions et suspensions survenues au cours d'une année.



## **CHAPITRE 11 : LE CONTRÔLE DE L'ÉTAT DE SANTÉ DES PARTICIPANTS**

Dans le cadre de sa mission, la Fédération a la responsabilité de protéger ses membres en leur assurant une pratique sportive saine et sécuritaire. Elle reconnaît que compte tenu de la nature de l'activité, du contexte de pratique ainsi que l'historique et la culture de la discipline, les participants peuvent encourir un risque d'impact néfaste sur leur santé.

D'autres éléments sont également susceptibles d'affecter la santé des participants, notamment : (l'usage de drogues, substances dopantes, boissons énergisantes, alcool, les régimes, le surentrainement, etc.).

Par conséquent, la Fédération statue sur les points suivants :

### **SECTION 1 – ANTIDOPAGE**

11.1. Aucune personne impliquée dans le milieu (participant, entraîneur, bénévole, parent, administrateur, salarié, fournisseur) ne doit faire usage ou être sous l'effet de drogues, substances dopantes ou autre produit prohibé durant une activité sanctionnée par la fédération (entraînement, partie, compétition, etc.).

11.2. La Fédération incite ses membres à s'informer sur le sujet de l'antidopage en consultant les plateformes Web de diverses organisations, notamment le Programme canadien antidopage (PCA), la plateforme mondiale d'éducation et d'apprentissage en matière de lutte contre le dopage de l'Agence mondiale antidopage (AMA), les outils d'éducation du Centre canadien pour l'éthique dans le sport (CCES), etc.

11.3. La Fédération rappelle que les athlètes qui participent à certains tournois ou compétitions peuvent être soumis à des contrôles sporadiques du dopage, effectués en vertu des programmes mentionnés ci-haut.

Ils doivent donc s'abstenir d'utiliser toute substance pouvant s'avérer interdite. Les athlètes sont encouragés à s'informer auprès des organismes appropriés avant d'utiliser ladite substance.

### **SECTION 2 – LA SANTÉ GÉNÉRALE DES PARTICIPANTS**

#### **Le retour progressif suite à une commotion cérébrale**

Voir le chapitre 12 du présent règlement de sécurité.





## **La déshydratation**

Reconnaitre les signes de la déshydratation, et si vous présentez des signes de déshydratation, il est important de bien vous hydrater et de refaire le plein de sel minéraux. Vous devez boire plus de liquide, comme de l'eau ou utiliser une solution de réhydratation. (Source : quebec.ca)

## **L'utilisation adéquate des équipements**

Voir chapitre 1

## **Les régimes alimentaires et les pesées**

Il est de la responsabilité de l'athlète, avec le support de son entraîneur, de se peser, d'anticiper sa croissance et de faire un choix réfléchi pour déterminer le choix de sa catégorie.

## **Le surentraînement (overuse)**

Bien qu'il ne semble pas y avoir, pour le moment, un indice singulier permettant de le reconnaître, il n'en demeure pas moins que le surentraînement est un problème réel qu'il ne faut pas sous-estimer. Dans certains cas, il peut avoir des répercussions graves sur la carrière et la vie de l'athlète. Il est important pour l'entraîneuse ou l'entraîneur et les autres intervenantes ou intervenants qui interagissent avec l'athlète qu'ils puissent échanger et adapter leur intervention en fonction des besoins de l'athlète. En étant à l'écoute, en suivant l'évolution de ses performances, en notant toute diminution prolongée de celles-ci et en étudiant les réponses subjectives de l'athlète, l'entraîneuse ou l'entraîneur a de bien meilleures chances d'influencer de manière positive la carrière de ce dernier, et la sienne

(Source : education.gouv.qc.ca)



## CHAPITRE 12 : LA PRÉVENTION, LA DÉTECTION ET LE SUIVI DES COMMOTIONS CÉRÉBRALES

La Fédération reconnaît que la pratique du karaté peut comporter des risques (modérés à élevés) de blessures, notamment des commotions cérébrales. Lorsqu'une telle blessure survient, il est primordial d'appliquer les procédures reconnues en matière de prévention et de gestion de telles situations.

Tous les membres et toutes personnes impliquées lors d'un entraînement ou une compétition doivent connaître leurs rôles et responsabilités à cet égard.

### SECTION 1 – LA PRÉVENTION, L'INFORMATION ET LA SENSIBILISATION

12.1. La Fédération informera et sensibilisera régulièrement ses membres et toutes personnes impliquées lors d'un entraînement ou une compétition par l'entremise de différents outils publiés sur le site internet en matière :

- des risques de commotion cérébrale associés à la pratique du Karaté;
- de l'existence des outils d'évaluation et de gestion des commotions cérébrales et/ou d'une politique en cette matière (si c'est le cas) et/ou d'un plan de retour progressif à l'activité (si c'est le cas) ;
- des formations reconnues par la fédération proposées et/ou obligatoires ;
- des aménagements potentiels des installations sportives pouvant réduire les risques de commotions cérébrales lors d'entraînements et de compétitions ;
- de l'importance d'informer et de sensibiliser les parents et les tuteurs d'athlètes de la gravité des commotions cérébrales et de l'importance de les traiter diligemment.

### SECTION 2 – LA DÉTECTION ET LA GESTION

12.2. Karaté Québec rappelle à tous ses membres et à toutes personnes impliquées dans un entraînement ou une compétition de mettre en application l'ensemble des directives incluses dans le Protocole de gestion des commotions cérébrales pour le milieu de l'éducation et dans le cadre d'activités récréatives et sportives du ministère de l'Éducation.

[www.education.gouv.qc.ca/commotion](http://www.education.gouv.qc.ca/commotion)

[www.education.gouv.qc.ca/concussion](http://www.education.gouv.qc.ca/concussion)

Ce protocole fait état notamment :

- de ce qu'est une commotion cérébrale ;
- du retrait immédiat du participant en cas d'un incident ou soupçon d'une commotion ;
- de l'importance de consigner l'incident ;
- des informations permettant d'identifier les signaux d'alerte et des symptômes observés et ressentis par le participant ;



- des circonstances-clés nécessitant une évaluation médicale en urgence ou en clinique ;
- d'un plan détaillé du retour à l'activité récréative, scolaire et sportive ;
- du rôle et responsabilité de chacun des acteurs (entraîneur, parents, participants, etc.) ;
- de l'outil de consignation qu'est la fiche de suivi.

La fédération rappelle :

- L'importance d'aviser les participants, les tuteurs ou parents, en début de saison, de l'application du protocole par les membres de l'équipe ;
- l'importance d'une communication efficace entre les différents intervenants et parents lors d'un incident laissant présager une possible commotion cérébrale ;
- l'importance de déclarer un incident et ne pas le banaliser ;
- l'importance de tenir un registre d'accident permettant de faire un suivi individuel des blessures ;
- l'importance d'avoir des installations sécuritaires diminuant les risques possibles de subir une commotion cérébrale.



## CHAPITRE 13 : LES SANCTIONS EN CAS DE NON-RESPECT DU RÈGLEMENT

### SECTION 1 : INFRACTION ET SANCTION

#### Article 93 : Sanction

Le Conseil d'administration de Karaté Québec peut réprimander, suspendre ou exclure de la corporation un participant, un entraîneur, un arbitre ou un organisateur qui contrevient au règlement de sécurité. Il est nécessaire d'obtenir les deux tiers des voix pour obtenir une suspension ou une exclusion.

#### Article 94 : Avis d'infraction

La Corporation doit aviser le contrevenant par écrit de chaque infraction reprochée et lui donner l'occasion de se faire entendre dans un délai raisonnable.

#### Article 95 : Décisions des officiels

13.1 Les décisions rendues par un officiel conformément aux règles de compétition et les sanctions qu'il impose, le cas échéant, sont exécutoires immédiatement et ne peuvent faire l'objet d'un appel devant la ministre. Dans le cas d'infractions majeures ou de l'accumulation d'infractions, des sanctions peuvent s'ajouter à celles rendues par l'officiel.

En cas de conflit entre le présent règlement de sécurité et toutes autres règles en vigueur à la Fédération, les dispositions de ce présent règlement de sécurité auront préséance.

### SECTION 2 : DÉCISION ET RÉVISION

13.2. Karaté Québec doit expédier par courrier recommandé 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 la ministre.

13.3. 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).



## ANNEXES I – TROUSSE DE PREMIERS SOINS

Le contenu minimum d'une trousse est le suivant :

- 1) un manuel de secourisme approuvé par un organisme reconnu en matière de premiers soins;
- 2) les instruments suivants :
  - 1 paire de ciseaux à bandage;
  - 1 pince à écharde;
  - 1 coupe ongle
  - 12 épingles de sûreté de grandeurs assorties ;
- 3) les pansements suivants ou de dimensions équivalentes :
  - Pansements adhésifs stériles de 25 mm X 75 mm enveloppés séparément;
  - 25 compresses de gaze stériles de 101,6 mm X 101,6 mm enveloppées séparément; c) 4 rouleaux de bandage de gaze stérile de 50 mm X 9 m enveloppés séparément;
  - 4 rouleaux de bandage de gaze stérile 101,6 mm X 9 m enveloppés séparément;
  - 6 bandages triangulaires;
  - 4 pansements compressifs stériles de 101,6 mm X 101,6 mm enveloppés séparément
  - 1 rouleau de diachylon de 25 mm X 9 m ;
  - 25 tampons antiseptiques enveloppés séparément;
  - 10 rouleaux de tape athlétique
  - 1 bouteille de tuf skin (colle pour le tape)
  - 2 rouleaux de pré tape (pro wrap)
  - 4-5 rouleaux tape élastique
  - Attelle pour membre supérieur
  - Attelle pour membre inférieur
- 4) Glace et sacs de plastique ou 2 sacs de glace sèche.



## **ANNEXE II : KATAS ADMISSIBLES POUR LES DIVISIONS PARTICIPATIVES**

La liste des katas par niveau représente les katas admissibles pouvant être exécutés par les athlètes lors des compétitions de Karaté Québec dans les divisions Débutant, Intermédiaire et Avancé.

### **Division Débutant**

La division Débutant inclut les athlètes ayant une ceinture blanche, jaune et orange. Aucun kata de la liste officielle de la WKF ne peut être exécuté sauf ceux énumérés ci-dessous. De plus, tout autre kata de différent style, non mentionné dans la liste officielle de la WKF, peut être effectué dans cette division.

#13 Fukyugata 1	#71 Pinan Nidan
#14 Fukyugata 2	Shiohai
#17 Gekesai dai ichi	Zenshin kata 1
#25 Heian shodan	Kihon kata 1
#26 Heian Nidan	Kion kata 2
#70 Pinan shodan	

### **Division Intermédiaire**

La division Intermédiaire regroupe les athlètes ayant une ceinture orange, verte et bleue. Un athlète inscrit dans la division Intermédiaire peut effectuer un kata selon la liste apparaissant ci-dessous. De plus, le participant peut aussi effectuer les katas de la division Débutant énumérés ci-haut, à sa convenance.

#14 Fukyugata 1	#29 Heian godan	#76 Saifa
#14 Fukyugata 2	#70 Pinan shodan	#93 Tekki shodan
#17 Gekesai dai ichi	#71 Pinan nidan	Shiohai
#18 Gekesai dai ni	#72 Pinan sandan	Seisan (Chito ryu)
#25 Heian shodan	#73 Pinan yondan	Zenchin gotai
#26 Heian nidan	#74 Pinan godan	Kihon kata 1, 2
#27 Heian sandan		
#28 Heian yondan		



## **Division Avancé**

Dans la division Avancé, l'athlète peut choisir et effectuer tout kata parmi la liste officielle de la WKF, sans exception. Cette division regroupe les athlètes ayant une ceinture bleue, mauve, brune et noire.

Un athlète exécutant un kata ne répondant pas aux règles ci-dessus pour les divisions Débutant, Intermédiaire et Avancé sera automatiquement disqualifié.



1	Anan	35	Jiin	69	Passai
2	Anan Dai	36	Jion	70	Pinan Shodan
3	Ananko	37	Jitte	71	Pinan Nidan
4	Aoyagi	38	Juroku	72	Pinan Sandan
5	Bassai	39	Kanchin	73	Pinan Yondan
6	Bassai Dai	40	Kanku Dai	74	Pinan Godan
7	Bassai Sho	41	Kanku Sho	75	Rohai
8	Chatanyara Kusanku	42	Kanshu	76	Saifa
9	Chibana No Kushanku	43	Kishimono No Kushanku	77	Sanchin
10	Chinte	44	Kousoukun	78	Sansai
11	Chinto	45	Kousoukun Dai	79	Sanseiru
12	Enpi	46	Kousoukun Sho	80	Sanseru
13	Fukyugata Ichi	47	Kururunfa	81	Seichin
14	Fukyugata Ni	48	Kusanku	82	Seienchin (Seiyunchin)
15	Gankaku	49	Kyan No Chinto	83	Seipai
16	Garyu	50	Kyan No Wanshu	84	Seiryu
17	Gekisai (Geksai) 1	51	Matsukaze	85	Seishan
18	Gekisai (Geksai) 2	52	Matsumura Bassai	86	Seisan (Sesan)
19	Gojushiho	53	Matsumura Rohai	87	Shiho Kousoukun
20	Gojushiho Dai	54	Meikyo	88	Shinpa
21	Gojushiho Sho	55	Myojo	89	Shinsei
22	Hakusho	56	Naifanchin Shodan	90	Shisochin
23	Hangetsu	57	Naifanchin Nidan	91	Sochin
24	Haufa (Haffa)	58	Naifanchin Sandan	92	Suparinpei
25	Heian Shodan	59	Naihanchi	93	Tekki Shodan
26	Heian Nidan	60	Nijushiho	94	Tekki Nidan
27	Heian Sandan	61	Nipaipo	95	Tekki Sandan
28	Heian Yondan	62	Niseishi	96	Tensho
29	Heian Godan	63	Ohan	97	Tomari Bassai
30	Heiku	64	Ohan Dai	98	Unshu
31	Ishimine Bassai	65	Oyadomari No Passai	99	Unsu
32	Itosu Rohai Shodan	66	Pachu	100	Useishi
33	Itosu Rohai Nidan	67	Paiku	101	Wankan
34	Itosu Rohai Sandan	68	Papuren	102	Wanshu
997	Seisan (Chito Ryu)	998	Bassai (Chito Ryu)	999	Sanshiryu (Chito Ryu)

## ANNEXE III : CATÉGORIE D'ÂGE ET DE POIDS

### Catégories pour le volet participatif

▪ 8-9 ans ▪ 10-11 ans ▪ 12-13 ans ▪ 14-15 ans ▪ 16-17 ans ▪ 18-34 ans ▪ 35 et plus

Pour les épreuves de kumite du volet participatif, les catégories de poids sont déterminées par le responsable de la compétition selon le nombre d'athlètes inscrits à la compétition et selon des écarts de poids raisonnables en fonction des catégories d'âge.





## Catégories pour le volet compétitif

Les catégories d'âges des athlètes éligibles pour chacune des sélections de l'équipe du Québec se détaillent comme suit :

Épreuve	Para-karaté	Jeunesse	Cadet	Junior	U21	Senior
<b>Kumite</b>	S.O.	12-13 ans	14-15 ans	16-17 ans	18-20 ans	18 ans et +
<b>Kata</b>	12-15 ans / 16 ans et +	12-13 ans	14-15 ans	16-17 ans	18-20 ans	16 ans et +
<b>Kata équipe</b>	S.O.	S.O.	14-17 ans		18-20 ans	16 ans et +

Pour les sélections de l'équipe du Québec, les catégories de poids sont celles établies par la World Karate Federation (WKF). la liste des catégories de poids sont (voir le tableau ci-dessous) :

**Tableau des catégories d'âge et de poids**

Athlètes	Jeunesse 12-13 ans	Cadet 14-15 ans	Junior 16-17 ans	U21 18-20 ans	Senior 18 ans et +
<b>Féminin</b>	-42 kg	- 47 kg	- 48 kg	- 50 kg	- 50 kg
	-47 kg	- 54 kg	- 53 kg	-55 kg	-55 kg
	-52 kg	-61 kg	-59 kg	- 61 kg	- 61 kg
	+52 kg	+61 kg	-66 kg	- 68 kg	- 68 kg
			+66 kg	+68 kg	+68 kg
<b>Masculin</b>	- 40 kg	- 52 kg	- 55 kg	- 60 kg	- 60 kg
	- 45 kg	- 57 kg	- 61 kg	- 67 kg	- 67 kg
	- 50 kg	- 63 kg	-68 kg	- 75 kg	- 75 kg
	-55 kg	- 70 kg	-76 kg	- 84 kg	- 84 kg
	+55 kg	+ 70 kg	+76 kg	+ 84 kg	+ 84 kg