



TAEKWONDO CANADA

Taekwondo Canada

**Santo Domingo 2023 Cadet and Junior Pan American
Championships Team Meeting**

**Réunion de l'équipe des Championnats panaméricains
cadets et juniors de Saint-Domingue 2023**



TAEKWONDO CANADA

Welcome



Bienvenue



Summary of Key Dates

- ▶ **Mar 13th**: Confirm spot on team.
- ▶ **Mar 27th**: Submit all documents.

- ▶ **Apr 21st**: Team arrival.
- ▶ **Apr 22nd**: On-site training.

- ▶ **Apr 23rd**: Head of team meeting and Draws.
Dominican Open for Poomsae.
- ▶ **Apr 24th**: Cadet and Poomsae competition.
- ▶ **Apr 25th**: Cadet Kyorugi competition. Poomsae team departure.
- ▶ **Apr 26th**: Junior Kyorugi competition.
- ▶ **Apr 27th**: Kyorugi team departure.

- ▶ **Apr 27th**: Dominican Open for Kyorugi.
- ▶ **Apr 28th**: Dominican Open for Kyorugi.
- ▶ **Apr 29th**: Dominican Open for Kyorugi.

Ordre du jour

- ▶ **13 mars**: Confirmer la place dans l'équipe.
- ▶ **27 mars**: Soumettre tous les documents

- ▶ **21 avril**: Arrivées.
- ▶ **22 avril**: Entraînement sur place.

- ▶ **23 avril**: Réunion des chefs d'équipe et tirages au sort. Open dominicain pour Poomsae.
- ▶ **24 avril**: Compétition cadet et junior Poomsae.
- ▶ **25 avril**: Compétition cadet Kyorugi. Départ de l'équipe Poomsae.
- ▶ **26 avril**: Compétition junior de Kyorugi.
- ▶ **27 avril**: Retour de l'équipe au Canada.

- ▶ **27 avril**: Open dominicain pour Kyorugi.
- ▶ **28 avril**: Open dominicain pour Kyorugi.
- ▶ **29 avril**: Open dominicain pour Kyorugi.

Outfitting and Team Support

- ▶ Team kit and uniforms will be provided to all team members and must be brought to the event.
 - ▶ Athletes will receive an Adidas dobok, team jacket, and two t-shirts.
 - ▶ Coaches will receive a team jacket and two polo shirts.
 - ▶ For those wishing to purchase additional team clothing or other branded items (re: Adidas bag, belt, sparring gear, etc...) can order these through the Captain Sports TC Shop.
- ▶ **Team Leader/Head of Team** - Allan Wrigley
- ▶ **Team Manager** - Brittany Rich
- ▶ **Medical** - Dr. Fiona Hanlon-Dearman, Tina Szeto, Rick Lau.

Équipement et soutien à l'équipe

- ▶ Une trousse d'uniforme et d'équipements d'équipe sera fournie à chaque membre de l'équipe, et vous devez apporter tous ces articles avec vous à l'événement.
 - ▶ Les athlètes recevront un dobok de marque Adidas, un blouson d'équipe, et deux t-shirts.
 - ▶ Les entraîneurs recevront un blouson d'équipe et deux polos.
 - ▶ Les personnes qui souhaitent acheter des vêtements d'équipe additionnels ou d'autres articles de marque (par exemple : sac Adidas, ceinture, équipements de combat, etc...) peuvent commander ces articles par l'entremise de la boutique TC de Captain Sports.
- ▶ **Chef d'équipe** - Allan Wrigley
- ▶ **Directrice d'équipe** - Brittany Rich
- ▶ **Personnel médical** - Dr. Fiona Hanlon-Dearman, Tina Szeto, Rick Lau.

Funding and Registration

- ▶ Event participation is completely self-funded. Taekwondo Canada will provide managers and medical support for the team.
- ▶ Up to 12 Selected team coaches will receive a \$750 travel bursary to attend this event
- ▶ Payment for registration is cash only, in USD, and on-site. All participants must bring their registration fees with them:
 - ▶ Kyorugi - \$175 USD.
 - ▶ Poomsae - \$175 USD for 1 event and \$225 USD for 2 events.
 - ▶ Coaches - \$150 USD.
- ▶ All coaches and athletes attending the 2023 Cadet and Junior Pan American Championships will be required to follow all team protocols and will be considered full-team members regardless of the level of financial support provided.

Financement et inscriptions

- ▶ La participation à cet évènement est entièrement autofinancée. Taekwondo Canada affectera un personnel de direction et un personnel médical pour accompagner l'équipe.
- ▶ Jusqu'à 12 entraîneurs affectés à l'équipe recevront une bourse de voyage de 750\$ pour aider à défrayer une partie des coûts
- ▶ Les frais d'inscription doivent être versées en espèces (USD), sur place. Tous les participants doivent apporter avec eux leurs frais d'inscription en espèces (USD) :
 - ▶ Kyorugi – 175\$ USD.
 - ▶ Poomsae – 175\$ USD pour 1 compétition et 225\$ USD pour 2 compétitions.
 - ▶ Entraîneurs – 150\$ USD.
- ▶ Tous les entraîneurs et les athlètes qui assistent au Championnat panaméricain cadets-juniors 2023 doivent obligatoirement suivre tous les protocoles d'équipe et tous seront considérés comme des membres à part entière de cette équipe, quel que soit le niveau de soutien financier accordé.

Team Coaches

- ▶ Must meet Taekwondo Canada's eligibility requirements for National Teams (Performance Coach certified).
- ▶ Must hold a valid WT Coach Certification Level I.
- ▶ All coaches are required to wear formal attire (re: jacket, dress shirt (long or short), trousers, sport shoes) during semifinals and finals. Any type of cap/hat is not allowed.

- ▶ **Poomsae Coaches:** Ri Seong Kang, Lois Fong, Holly Cheuk (Trainer).
 - ▶ Dominican Open.

- ▶ **Kyorugi Coaches:** Young Choung, Yohan Chang, Helbert Porter, Radomir Samardzic, Ron Lemoire, Redhoune Malek, Kate Nosworthy, Alain Bernier, Raymond Mourad, George Koh.

Entraîneurs d'équipe

- ▶ Il faut satisfaire aux exigences d'admissibilité de Taekwondo Canada pour entraîner les équipes nationales (certifiés entraîneur de performance).
- ▶ Il faut être titulaire d'une certification valide d'entraîneur de Niveau II de la WT
- ▶ Tous les entraîneurs doivent obligatoirement porter une tenue de ville (cravate, veste, chemise à manches longues ou à manches courtes, pantalon, chaussures de sport) lors des demi-finales et les finales. Les casques/casquettes sont carrément interdits.

- ▶ **Entraîneurs Poomsée :** Ri Seong Kang, Lois Fong, Holly Cheuk (Trainer).
 - ▶ Open dominicain.

- ▶ **Entraîneurs Kyorugi :** Young Choung, Yohan Chang, Helbert Porter, Radomir Samardzic, Ron Lemoire, Redhoune Malek, Kate Nosworthy, Alain Bernier, Raymond Mourad, George Koh.

Cadet Kyorugi



TAEKWONDO CANADA

CADET HEIGHT DIVISION			
Men's division		MAX Weight	MIN Weight
Under 148cm	Not exceeding 148cm	45kg	33kg
Under 152cm	Over 148cm & not exceeding 152cm	48kg	35kg
Under 156cm	Over 152cm & not exceeding 156cm	51kg	37kg
Under 160cm	Over 156cm & not exceeding 160cm	53kg	39kg
Under 164cm	Over 160cm & not exceeding 164cm	56kg	41kg
Under 168cm	Over 164cm & not exceeding 168cm	59kg	43kg
Under 172cm	Over 168cm & not exceeding 172cm	61kg	45kg
Under 176cm	Over 172cm & not exceeding 176cm	64kg	47kg
Under 180cm	Over 176cm & not exceeding 180cm	67kg	49kg
Over 180cm	Over 180cm	80kg	52kg
Women division		MAX Weight	MIN Weight
Under 144cm	Not exceeding 144cm	43kg	32kg
Under 148cm	Over 144cm & not exceeding 148cm	45kg	33kg
Under 152cm	Over 148cm & not exceeding 152cm	48kg	35kg
Under 156cm	Over 152cm & not exceeding 156cm	51kg	37kg
Under 160cm	Over 156cm & not exceeding 160cm	53kg	39kg
Under 164cm	Over 160cm & not exceeding 164cm	56kg	41kg
Under 168cm	Over 164cm & not exceeding 168cm	59kg	43kg
Under 172cm	Over 168cm & not exceeding 172cm	61kg	45kg
Under 176cm	Over 172cm & not exceeding 176cm	64kg	47kg
Over 176cm	Over 176cm	80kg	50kg



Travel Consent

- ▶ For those athletes not travelling with their own parent, you need to complete and bring with you a consent letter for children travelling abroad.
- ▶ <https://travel.gc.ca/travelling/children/consent-letter>

Consentement de voyage

- ▶ Pour les athlètes qui ne voyagent pas avec leur propre parent, vous devez remplir et apporter avec vous une lettre de consentement pour les enfants voyageant à l'étranger.
- ▶ <https://voyage.gc.ca/voyager/enfant/lettre-de-consentement>

Hotel and Transport

- ▶ Accommodations will be booked based on the event requirements. **As of the time of this meeting, PATU and the local organizers have not published an accommodation guide so we are unable to provide any details on the accommodation booking process or estimated costs.**
- ▶ As published in the event outline, accommodation in the official hotels is mandatory. There will be no transportation service as the venue is walking distance.

Hôtel et transports

- ▶ Les dispositions d'hébergement seront mises en place en fonction des besoins associés à l'événement. **A l'heure de cette rencontre, PATU et les organisateurs locaux n'ont pas publié de guide d'hébergement, nous ne sommes donc pas en mesure de fournir des détails sur le processus de réservation d'hébergement ou les coûts estimés.**
- ▶ Comme publié dans le descriptif de l'événement, l'hébergement dans les hôtels officiels est obligatoire. Il n'y aura pas de service de transport car le site est accessible à pied.

Wildcard Entries

- ▶ Wildcard holders will be registered by PATU after MNA GAL approval.
 - ▶ For changes in weight division, please email events@panamericantaekwoundunion.org.
- ▶ Coaches attending for Wildcard athletes are completely self-funded.
- ▶ Wildcard athletes wishing to purchase the team kit can contact Brittany Rich brich@taekwondo-canada.com.

Entrées Wildcard

- ▶ Les détenteurs de wildcards seront enregistrés par PATU après l'approbation de MNA GAL.
 - ▶ Pour les changements de division de poids, veuillez envoyer un e-mail ents@panamericantaekwoundunion.org.
- ▶ Les entraîneurs présents pour les athlètes Wildcard sont entièrement autofinancés.
- ▶ Les athlètes wildcard souhaitant acheter la trousse d'équipe peuvent contacter Brittany Rich brich@taekwondo-canada.com.

Team Protocols

- ▶ All staff, coaches, and athletes have a role to play on the team. Respect each individual's process and speak to the right person should there be an issue on the team. Be mindful of not creating unnecessary distractions or "drama" within the team.
- ▶ All athletes not training or preparing for a match should be in the stands supporting competing athletes.

Protocoles d'équipe

- ▶ Tous les membres du personnel, entraîneurs, et athlètes ont leur rôle à jouer au sein de l'équipe. Respectez le processus unique de chaque individu, et adressez-vous à l'intervenant applicable dans le cas où un problème surviendrait. Efforcez-vous de ne pas créer des tensions et des perturbations inutiles au sein de l'équipe.
- ▶ Tous les athlètes qui ne sont pas en train de s'entraîner ou se préparer à un match doivent être dans les gradins pour encourager leurs coéquipiers et coéquipières qui concourent.

Team Protocols

- ▶ Use common spaces at the hotel to meet in groups.
- ▶ Make sure that the Team Leader and your Team Coach are informed if you are leaving the hotel for a portion of the day.
- ▶ Be wary of petty crime.
 - ▶ Pickpocketing, bag snatching, etc.
 - ▶ Be aware of your surroundings, especially around public parks and crowded areas.

Protocoles d'équipe

- ▶ Utilisez les espaces communs de l'hôtel pour vous réunir en groupe.
- ▶ Assurez-vous que les chefs d'équipe et votre entraîneur d'équipe sont informés si vous quittez l'hôtel pour une partie de la journée.
- ▶ Méfiez-vous de la petite délinquance.
 - ▶ Vol à la tire, vol de sacs à l'arraché, etc...
 - ▶ Soyez conscient de votre environnement, en particulier autour des parcs publics et des zones surpeuplées.

Event Specific Information

- ▶ Daedo protector and scoring system (PSS) will be used for this competition.
- ▶ The Organizing Committee will provide trunk PSS and the conventional head protector PSS.
- ▶ Athletes are required to bring their own groin guards, mouthguards, gloves, **Daedo sensing socks** and shin and forearm guards for their personal use.

Renseignements sur l'évènement

- ▶ L'équipement de protection Daedo et le système de pointage (PSS) seront utilisés à cet évènement.
- ▶ Le comité d'organisation fournira le tronc PSS et le protecteur de tête conventionnel PSS.
- ▶ Les athlètes sont tenus d'apporter leur propre coque, protège-dents, gants, **chaussettes à capteurs Daedo**, protège-tibias, et protège-avant-bras.



Required Documentation

All participants will be required to complete and submit the following documents and information by March 27th at 5:00pm Eastern:

1. Complete and submit a signed Universal Code of Conduct to Prevent and Address Maltreatment in Sport (UCCMS) consent form.
2. Complete and submit a signed Athlete Agreement (if an Athlete) or Coach-Staff Agreement (if a coach or staff member).
3. Complete and submit a signed National Team Protocols agreement.
4. Complete and submit a signed Team Travel Agreement.

<https://taekwondo-canada.com/high-performance/national-teams/>

Documentation obligatoire

Tous les participants doivent remplir et soumettre les documents et informations suivants avant la date limite du 27 mars à 17h00 fuseau horaire de l'Est :

1. Remplir, signer et soumettre un formulaire de consentement au Code de conduite universel pour prévenir et contrer la maltraitance dans le sport (CCUMS).
2. Remplir, signer et soumettre une Entente d'athlète (pour les athlètes) ou une Entente d'entraîneur – membre du personnel d'équipe (pour les entraîneurs et les membres du personnel d'équipe).
3. Remplir, signer et soumettre un formulaire de Protocoles d'équipe nationale.
4. Remplir, signer et soumettre une Entente relative aux voyages d'équipe nationale.

<https://taekwondo-canada.com/fr/haute-performance/equipes-national/>

Medical Control WADA Rules Apply

- ▶ Ensure you have travel medical insurance.
- ▶ If you are unfamiliar with anti-doping procedures, I would strongly suggest that you have a look at the Canadian Centre for Ethics in Sport (CCES) resources: <https://cces.ca/course-outline>.
- ▶ Check any medications that you currently take through the website Global DRO: <https://www.globaldro.com/Home>.
- ▶ If you are taking a medication that is prohibited in competition, then you can apply for a Therapeutic Use Exemption (TUE). The process to apply for a TUE can be found on WT's website at: http://www.worldtaekwondo.org/anti_doping-wt/therapeutic.html.

Contrôles médicaux et règles de l'AMA

- ▶ C'est votre responsabilité de vérifier que vous avez contracté une assurance médicale adéquate.
- ▶ Si vous ne connaissez pas les procédures antidopage, je vous conseille vivement de consulter les ressources du Centre canadien pour l'éthique dans le sport (CCES) <https://cces.ca/fr/plan-de-cours>
- ▶ Vérifiez l'admissibilité de tous les médicaments et suppléments que vous prenez au site Web <https://www.globaldro.com/Home>.
- ▶ Si vous prenez un médicament qui est interdit en contexte de compétition, vous pouvez soumettre une demande d'Autorisation d'utilisation à des fins thérapeutiques (AUT). Le processus de soumission d'une demande AUT est expliqué au site Web de la WT au http://www.worldtaekwondo.org/anti_doping-wt/therapeutic.html.

Medical Advice

- ▶ Please consider the following vaccinations and precautions for travel to Dominican Republic.
 - ▶ Make sure routine vaccines are up-to-date (re: measles, diphtheria, tetanus, etc...)
 - ▶ Hepatitis A and B vaccines. Hepatitis A can be transmitted through food, and B through blood or body fluids.
 - ▶ If staying and planning to travel to rural areas, consider vaccination for Yellow Fever.
 - ▶ Dukoral if you have not taken it for 2 or more years. Helps protect against traveler's diarrhea, which is quite common for Canadians.
 - ▶ Avoid street foods as there have been reported outbreaks of Salmonella.
 - ▶ **Bring and use bug repellent.**
 - ▶ COVID vaccination booster is recommended.

Conseil médical

- ▶ Veuillez prendre en compte les vaccinations et précautions suivantes pour voyager au République dominicaine.
 - ▶ Assurez-vous que les vaccins de routine sont à jour (re : rougeole, diphtérie, tétanos, etc...)
 - ▶ Vaccins contre l'hépatite A et B. L'hépatite A peut être transmise par les aliments et l'hépatite B par le sang ou les liquides organiques.
 - ▶ Si vous séjournerez et prévoyez de voyager dans des zones rurales, envisagez de vous faire vacciner contre la fièvre jaune.
 - ▶ Dukoral si vous ne l'avez pas pris depuis 2 ans ou plus. Aide à protéger contre la diarrhée du voyageur, qui est assez courante chez les Canadiens.
 - ▶ Évitez les aliments de rue car des épidémies de Salmonella ont été signalées.
 - ▶ **Apportez et utilisez un insectifuge.**
 - ▶ Un rappel de vaccination COVID est recommandé

Medical Advice

- ▶ **Bring and use bug repellent.**
 - ▶ Bug bit prevention is extremely important!
- ▶ The Dominican Republic and specifically the capital Santo Domingo is on the CDC's list of endemic areas for Malaria. Everyone should consider seeing their local travel clinic to discuss prophylactic medication for Malaria depending on their individual health and circumstances.
- ▶ Everyone also needs to be careful about food and water safety.
 - ▶ <https://travel.gc.ca/travelling/health-safety/food-water>

Conseil médical

- ▶ **Apportez et utilisez un insectifuge.**
 - ▶ La prévention des bogues est extrêmement importante!
- ▶ La République dominicaine et plus particulièrement la capitale Saint-Domingue figure sur la liste des zones endémiques de paludisme du CDC. Tout le monde devrait envisager de consulter sa clinique de voyage locale pour discuter des médicaments prophylactiques contre le paludisme en fonction de son état de santé et de sa situation personnelle.
- ▶ Tout le monde doit également faire attention à la salubrité des aliments et de l'eau.
 - ▶ <https://voyage.gc.ca/voyager/sante-securite/aliments-eau>



TAEKWONDO CANADA

Allan Wrigley

awrigley@taekwondo-canada.com

Brittany Rich

brich@taekwondo-canada.com