



**TAEKWONDO CANADA**

# **Taekwondo Canada**

**Baku 2023 World Taekwondo Championships  
Team Meeting**

---

**Championnats du monde de taekwondo de Bakou 2023  
Réunion d'équipe**



**TAEKWONDO CANADA**

**Welcome**



**Bienvenue**



## Summary of Key Dates

- ▶ **April 17<sup>th</sup>** - Submit all documents.
- ▶ **May 23/24** - Arrival.
  - ▶ Team meeting.
- ▶ **May 25/26** - On-site training
- ▶ **May 27<sup>th</sup>** - On-site training, Technical meeting, Medical meeting
- ▶ **May 28<sup>th</sup>** - On-site training
- ▶ **May 29<sup>th</sup>** - M-68, W-57
- ▶ **May 30<sup>th</sup>** - M-58, W-67, W-73
- ▶ **May 31<sup>st</sup>** - M-80, M-87, W-49
- ▶ **June 1<sup>st</sup>** - M-63, W+73
- ▶ **June 2<sup>nd</sup>** - M-54, W-46
- ▶ **June 3<sup>rd</sup>** - M-74, W-62
- ▶ **June 4<sup>th</sup>** - M+87, W-53
- ▶ **June 5<sup>th</sup>** - Departure.

## Ordre du jour

- ▶ **17 avril** - Soumettre tous les documents
- ▶ **23/24 mai** - Arrivées.
  - ▶ Réunion d'équipe.
- ▶ **25/26 mai** - Entraînement sur place
- ▶ **27 mai** - Entraînement sur place, réunion technique, réunion médicale.
- ▶ **28 mai** - Entraînement sur place
- ▶ **29 mai** - M-68, W-57
- ▶ **30 mai** - M-58, W-67, W-73
- ▶ **31 mai** - M-80, M-87, W-49
- ▶ **1 juin** - M-63, W+73
- ▶ **2 juin** - M-54, W-46
- ▶ **3 juin** - M-74, W-62
- ▶ **4 juin** - M+87, W-53
- ▶ **5 juin** - Departure.



## Competition Days

- ▶ **Weigh-in** - 10:00 to 12:00 the day before.
- ▶ **Random Weigh-in** - 8:00 the same day.
- ▶ **First 3 Days**
  - ▶ Preliminaries from 9:00 to 14:00.
  - ▶ Lunch break from 14:00 to 15:00.
  - ▶ R16 and QF 15:00 to 16:30.
  - ▶ Break from 16:30 to 18:30
  - ▶ Semi/finals from 18:30 to 20:30.
- ▶ **Last 4 Days**
  - ▶ Preliminaries from 9:00 to 12:30.
  - ▶ Lunch break from 12:30 to 14:00.
  - ▶ R16 and QF 14:00 to 15:30.
  - ▶ Break from 15:30 to 18:00
  - ▶ Semi/finals from 18:00 to 20:00.
- ▶ **May 29<sup>th</sup>** - Opening ceremonies 16:30 to 18:30.

## Journées Compétition

- ▶ **Pesées** - 10h00 à 12h00 la veille.
- ▶ **Pesée aléatoire** - 8h00 le même jour.
- ▶ **3 premiers jours**
  - ▶ Préliminaires de 9h00 à 14h00.
  - ▶ Pause déjeuner de 14h00 à 15h00.
  - ▶ R16 et QF de 15h00 à 16h30.
  - ▶ Pause de 16:30 to 18:30
  - ▶ Demi/finales de 18h30 à 20h30.
- ▶ **4 derniers jours**
  - ▶ Préliminaires de 9h00 à 12h30.
  - ▶ Pause déjeuner de 12h30 à 14h00.
  - ▶ R16 et QF de 14h00 à 15h30.
  - ▶ Pause de 15:30 to 18:00
  - ▶ Demi/finales de 18h00 à 20h00.
- ▶ **29 mai** - Cérémonies d'ouverture de 16h30 à 18h30.



## Outfitting and Team Support

- ▶ All athletes will receive the same team kit package, and for the Kyorugi athletes that attended the PAG Qualifier, you will need to keep this for the World Championships.
  - ▶ Adidas uniform, belt, jacket, 4 shirts, \*shorts, bag.
  - ▶ We are requiring all participants to wear this kit at all times within the competition venue, except during training. During training times, other non-club branded clothing used for training purposes is permissible.
- ▶ **Chef d'équipe/Head of Team** - Allan Wrigley
- ▶ **TC Representatives** - David Harris, Kee Ha
- ▶ **Medical** - Dr. Terry DeFreitas , Elwin Lau

## Équipement et soutien à l'équipe

- ▶ Tous les athlètes recevront le même kit de kit d'équipe, et pour les athlètes Kyorugi qui ont participé à la qualification PAG, vous devrez le conserver pour les championnats du monde.
  - ▶ Uniforme Adidas, ceinture, veste, 4 chemises, \*shorts, sac.
  - ▶ Une trousse d'uniforme et d'équipements d'équipe vous sera fournie. Nous exigeons que tous les participants portent ces vêtements officiels en tout temps quand ils sont dans les installations de compétition, sauf quand ils s'entraînent. Aux séances d'entraînement, il est permissible de porter d'autres vêtements, mais ceux-ci ne doivent pas porter la marque d'un club.



## Outfitting and Team Support / Équipement et soutien à l'équipe

# X200

	<b><i>XS/TP</i></b>	<b><i>S/P</i></b>	<b><i>M/M</i></b>	<b><i>L/G</i></b>	<b><i>XL/TG</i></b>
<b><i>ANKLE / CHEVILLE</i></b>	5.9" - 6.6" (15-17 cm)	7.0" - 7.75" (18-20 cm)	8.0" - 9.5" (20-24 cm)	9.75" - 11" (25-28 cm)	11.5" - 13" (29-33 cm)
<b><i>CALF/ MOLLET</i></b>	9.4" - 12.6" (24-32 cm)	10.25" - 14.25" (26-36 cm)	11" - 15.75" (28-40 cm)	11.75" - 17.25" (30-44 cm)	12.5" - 19" (32-48 cm)

## Funding and Registration

- ▶ Athletes ranked in the Top 25 WT World or Olympic Weight divisions (as of April 1st, 2023) through WT's Simply Compete database and four (4) invited team coaches:
  - ▶ Accommodations (including breakfast and dinner) and entry fees covered.
  - ▶ Flights to be reimbursed to a maximum amount of \$1,600 CAD if travelling from Ontario and east, or \$2,000 if travelling from west of Ontario.

## Financement et inscriptions

- ▶ Athlètes classés dans les 25 meilleures divisions de poids mondial ou olympique de WT (au 1er avril 2023) via la base de données Simply Compete de WT et quatre (4) entraîneurs d'équipe invités :
  - ▶ Hébergement (y compris le petit-déjeuner et le dîner) et frais d'entrée pris en charge.
  - ▶ Les vols doivent être remboursés jusqu'à concurrence de 1 600 \$ CA si vous voyagez de l'Ontario et de l'est, ou 2 000 \$ si vous voyagez de l'ouest de l'Ontario.



## Funding and Registration

- ▶ Athletes ranked in the Top 50 WT World or Olympic Weight Weight divisions (as of April 1st, 2023) through WT's Simply Compete database and up to two (2) additional invited team coaches:
  - ▶ Accommodations (including breakfast and dinner) and entry fees covered.
  - ▶ Flights to be reimbursed to a maximum amount of \$700 CAD if travelling from Ontario and east, or \$1,000 if travelling from west of Ontario.
- ▶ All other athletes and coaches not covered by the above criteria:
  - ▶ Entry fees covered by Taekwondo Canada.
  - ▶ Accommodations rebate of \$500 CDN.

## Financement et inscriptions

- ▶ Athlètes classés dans les 50 meilleures divisions mondiales ou olympiques de WT (au 1er avril 2023) via la base de données Simply Compete de WT et jusqu'à deux (2) entraîneurs d'équipe invités supplémentaires :
  - ▶ Hébergement (y compris le petit-déjeuner et le dîner) et frais d'entrée pris en charge.
  - ▶ Les vols doivent être remboursés jusqu'à un montant maximum de 700 \$ CA si vous voyagez de l'Ontario et de l'est, ou 1 000 \$ si vous voyagez de l'ouest de l'Ontario.
- ▶ Tous les autres athlètes non couverts par les critères ci-dessus :
  - ▶ Frais d'inscription couverts par Taekwondo Canada.
  - ▶ Rabais d'hébergement de 500 \$ CDN.



## Team Coaches

- ▶ Must meet Taekwondo Canada's eligibility requirements for National Teams (Performance Coach certified).
- ▶ Must hold a valid WT Coach Certification Level 2.
- ▶ 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.

## 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 2 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.



## 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

- ▶ The team has been booked at the Sky Hotel (11km from venue).
  - ▶ \$70 USD for Single.
  - ▶ \$90 USD for Twin.
- ▶ Included in hotel booking:
  - ▶ Breakfast
  - ▶ WiFi
  - ▶ Local transportation from the Airport to the Host Hotel upon arrival and departure.
  - ▶ Daily transportation to the venue and back according to a fixed schedule.
- ▶ Address: 40 Ahmad Rajabli, Baku, Azerbaijan  
Phone: +994 12 565 90 90

## Hôtel et transports

- ▶ L'équipe a été réservée au Sky Hotel (à 11 km du site).
  - ▶ 70 \$ US pour Single.
  - ▶ 90 \$ US pour Twin.
- ▶ Inclus dans la réservation d'hôtel:
  - ▶ Petit déjeuner
  - ▶ WiFi
  - ▶ Transport local entre l'aéroport et l'hôtel officiel, pour votre arrivée et votre départ de la ville.
  - ▶ Transport quotidien entre l'hôtel et les installations de compétition, selon un horaire fixe.
- ▶ Address: 40 Ahmad Rajabli, Baku, Azerbaijan  
Phone: +994 12 565 90 90



## Competition Venue

- ▶ The Venue, Crystal Hall, is a closed location in the Baku boulevard. No public transportation is allowed to enter closer than 2km. Only the buses/cars of the OC are allowed to enter the area.
- ▶ ***Anyone not taking the OC transport to the venue will need to walk the last 2km.***

## Lieu de compétition

- ▶ Le lieu, Crystal Hall, est un lieu fermé sur le boulevard de Bakou. Aucun transport en commun n'est autorisé à entrer à moins de 2 km. Seuls les bus/voitures du OC sont autorisés à entrer dans la zone.
- ▶ ***Toute personne ne prenant pas le transport OC pour se rendre sur le site devra marcher les 2 derniers kilomètres.***



## Required Documentation

1. Travel information emailed to Brittany Rich [brich@taekwondo-canada.com](mailto:brich@taekwondo-canada.com).
  2. Complete and submit a signed Universal Code of Conduct to Prevent and Address Maltreatment in Sport (UCCMS) consent form.
  3. Complete and submit a signed Athlete Agreement (if an Athlete) or Coach-Staff Agreement (if a coach or staff member).
  4. Complete and submit a signed National Team Protocols agreement.
  5. Complete and submit a signed Team Travel Agreement.
  6. Medical Screening
- ▶ **The deadline for the electronic submission of all of the above required documentation and information is April 17<sup>th</sup> at 5:00pm Eastern.**

## Documentation obligatoire

1. Informations de voyage envoyées par courriel à Brittany Rich [brich@taekwondo-canada.com](mailto:brich@taekwondo-canada.com).
  2. Remplir, signer et soumettre un formulaire de consentement au Code de conduite universel pour prévenir et contrer la maltraitance dans le sport (CCUMS).
  3. 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).
  4. Remplir, signer et soumettre un formulaire de Protocoles d'équipe nationale.
  5. Remplir, signer et soumettre une Entente relative aux voyages d'équipe nationale
  6. Dépistage médical
- ▶ **La date limite pour la soumission électronique de tous les documents/informations obligatoires ci-dessus est le 17 avril, 2023 à 17h00 HE au plus tard.**

## 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

- ▶ KPNP 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, **KPNP 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 KPNP**, protège-tibias, et protège-avant-bras.





## Visa and Travel Information

- ▶ The Visa process for Azerbaijan is very simple. Team members can obtain visas online through: <https://evisa.gov.az/en/>
- ▶ Registration of Canadians Abroad is a free service that allows the Government of Canada to notify you in case of an emergency abroad or a personal emergency at home.
  - ▶ <https://travel.gc.ca/travelling/registration>
- ▶ Azerbaijan is primarily a Muslim country. Be respectful of their customs.

## Informations sur les visas et les voyages

- ▶ Le processus de visa pour l'Azerbaïdjan est très simple. Les membres de l'équipe peuvent obtenir des visas en ligne via : <https://evisa.gov.az/en/>
- ▶ L'inscription des Canadiens à l'étranger est un service gratuit qui permet au gouvernement du Canada de vous aviser en cas d'urgence à l'étranger ou d'urgence personnelle au pays.
  - ▶ <https://voyage.gc.ca/voyager/inscription>
- ▶ L'Azerbaïdjan est avant tout un pays musulman. Soyez respectueux de leurs coutumes.



## **COVID-19 Specific Information**

- ▶ As of March 28<sup>th</sup>, 2023, the COVID-19 entry regulations have been lifted.

## **Renseignements COVID-19**

- ▶ Depuis le 28 mars 2023, les règles d'entrée COVID-19 ont été levées.



## 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](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](http://www.worldtaekwondo.org/anti_doping-wt/therapeutic.html).



## Medical Advice

- ▶ Please consider the following vaccinations and precautions for travel to Azerbaijan.
  - ▶ 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.
  - ▶ 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.
  - ▶ **Bring and use bug repellent.**
  - ▶ COVID vaccination booster is recommended.

## Conseil médical

- ▶ Veuillez prendre en compte les vaccinations et précautions suivantes pour voyager au Azerbaïdjan.
  - ▶ 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.
  - ▶ 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.
  - ▶ **Apportez et utilisez un insectifuge.**
  - ▶ Un rappel de vaccination COVID est recommandé



**TAEKWONDO CANADA**

**Allan Wrigley**

[awrigley@taekwondo-canada.com](mailto:awrigley@taekwondo-canada.com)

**Brittany Rich**

[brich@taekwondo-canada.com](mailto:brich@taekwondo-canada.com)