



# Provincial Championship 2026

**Saturday, March 21, 2026**

Sports Complexe Claude Robillard

1000 Avenue Émile-Journault, Montréal QC H2M 2E7

**FLOQ** 

**Tournament Convener:** Chokri Khelifi

**Tel:** 514 827-9746

**E-mail:** chokri90@gmail.com

## REGISTRATION

Send registrations to [paimasterqc@gmail.com](mailto:paimasterqc@gmail.com) by:

**Wednesday, March 18 th , 2026 @ 8:00p.m.**

*\*Use the Excel document to send your registrations\**

|                                               |                                                                       |                                                                      |
|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| <b>MORNING</b><br>CADET (U17)<br>JUNIOR (U20) | <b>CADET (U17):</b><br>Born in 2010-2011<br>(2012 can participate)    | <b>MEN:</b><br>39-42, 45, 48, 51, 55, 60, 65, 71, 80, 92, 110, 125kg |
|                                               | <b>JUVENILE (U19):</b><br>Born in 2008-2009<br>(2010 can Participate) | <b>WOMEN:</b><br>36-40, 43, 46, 49, 53, 57, 61, 65, 69, 73, 80, 90kg |
| <b>AFTERNOON</b><br>JUVENILE (U19)<br>SENIOR  | <b>JUNIOR (U20):</b><br>Born in 2006-2007<br>(2008 can participate)   | <b>MEN:</b><br>57, 61, 65, 70, 74, 79, 86, 92, 97, 125kg             |
|                                               | <b>SENIOR:</b><br>Born in 2005 or before<br>(2006 can participate)    | <b>WOMEN:</b><br>50, 53, 55, 57, 59, 62, 65, 68, 72, 76 kg           |

*Athletes can register  
for 2 categories in  
separate sessions*

\*\*\* Winning a medal at the Provincial championships does not automatically guarantee participation in the Canadian Championships. \*\*\*

## FEE

40.00\$ /athlete/ category or

60.00\$ / 2 categories (morning & afternoon)

**Payable to:** Centre de Lutte Inter-Concordia

# Rules

- Each coach and athlete must be a member of the FLOQ for the 2025-2026 season
- To be in the Corner, the coach must be minimum NCCP Comp-Intro “Trained” and accompanied by a Comp-Intro Coach
- To be eligible for the Cadet/ Junior/ Senior Nationals, the coach must be NCCP Comp-Dev “Certified”
- Wrestlers must wear a red and blue singlet
- The new WCL rules in effect will be applied
- Participation in provincials is mandatory to be considered for nationals

## Agenda

|             |                                                 |
|-------------|-------------------------------------------------|
| 7:15 - 7:45 | Registration - ALL                              |
| 8:00 - 9:00 | Weigh-ins - ALL                                 |
| 9:45        | Coaches Meeting                                 |
| 10:00       | <b>START</b> - Morning Session - U17 & U20      |
| 2:00        | <b>START</b> - Afternoon Session - U19 & Senior |

*Afternoon competitors should be ready to begin upon the completion of the U17-U20 session, as early as noon.*



Canteen  
Breakfast & Lunch



# Championnat Provincial 2026

**Samedi 21 mars 2026**

Complexe Sportif Claude-Robillard

1000 Avenue Émile-Journault, Montréal QC H2M 2E7

**FLOQ** 

**Tournement Convener:** Chokri Khelifi

**Tel:** 514 827-9746

**E-mail:** chokri90@gmail.com

## INSCRIPTION

Envoyer les inscriptions à : pairmasterqc@gmail.com

**Date limite : Mercredi 18 mars 2026 à 20 h 00**

*\*Utiliser le document Excel pour envoyer vos inscriptions\**

|                                                 |                                                                         |                                                                        |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| <b>MATIN</b><br>CADET (U17)<br>JUNIOR (U20)     | <b>CADET (U17):</b><br>Né(e)s en 2010-2011<br>(2012 peut participer)    | <b>HOMME:</b><br>39-42, 45, 48, 51, 55, 60, 65, 71, 80, 92, 110, 125kg |
|                                                 | <b>JUVENILE (U19):</b><br>Né(e)s en 2008-2009<br>(2010 peut participer) | <b>FEMME:</b><br>36-40, 43, 46, 49, 53, 57, 61, 65, 69, 73, 80, 90kg   |
| <b>L'APRÈS-MIDI</b><br>JUVÉNILE (U19)<br>SENIOR | <b>JUNIOR (U20):</b><br>Né(e)s en 2006-2007<br>(2008 peut participer)   | <b>HOMME:</b><br>57, 61, 65, 70, 74, 79, 86, 92, 97, 125kg             |
|                                                 | <b>SENIOR:</b><br>Né(e)s en 2005 ou<br>avant<br>(2006 peut participer)  | <b>FEMME:</b><br>50, 53, 55, 57, 59, 62, 65, 68, 72, 76 kg             |

*Les athlètes peuvent s'inscrire dans 2 catégories lors de sessions distinctes.*

\*\*\* Gagner une médaille au championnat provincial ne garantit pas automatiquement la participation aux Championnats canadiens. \*\*\*

## FRAIS

40,00 \$ / athlète / catégorie ou

60,00 \$ / 2 catégories (matin et après-midi)

**Payable à :** Centre de Lutte Inter-Concordia

# RÈGLEMENTS

- Chaque entraîneur et athlète doit être membre de la FLOQ pour la saison 2025-2026
- Pour être dans le coin, l'entraîneur doit être minimum PNCE Comp-Intro « Formé » et accompagné d'un entraîneur Comp-Intro
- Pour être admissible aux Championnats nationaux Cadet / Junior / Senior, l'entraîneur doit être PNCE Comp-Dév « Certifié »
- Les lutteurs doivent porter un singlet rouge et bleu
- Les nouvelles règles de la WCL en vigueur seront appliquées
- La participation au championnat provincial est obligatoire pour être considéré pour les nationaux

## HORAIRE

|                 |                                                       |
|-----------------|-------------------------------------------------------|
| 7 h 15 - 7 h 45 | Inscription – TOUS                                    |
| 8 h 00 - 9 h 00 | Pesée – TOUS                                          |
| 9 h 45          | Réunion des entraîneurs                               |
| 10 h 00         | <b>DÉBUT</b> – Session du matin – U17 & U20           |
| 14 h 00         | <b>DÉBUT</b> – Session de l'après-midi – U19 & Senior |

*Les compétiteurs de l'après-midi doivent être prêts dès la fin de la session U17-U20 (dès 12h00)*



**CANTINE**  
Déjeuner et dîner  
disponibles