بسمه تعالی

**دستور العمل اجرایی مسابقات قهرمان کشوری دو گانه بانوان در سال 1393**

**مقدمه :**

**امید است به یاری خداوند متعال بتوانیم در این رشته با پرورش ورزشکاران با اخلاق و منش پهلوانی ،فرمایش امام خمینی (ره) را مبنی بر( ورزشکارا ن سفیران انقلابند) تحقق بخشیم،و با اجرای بیانات مقام معظم رهبری مبنی بر نقش ورزش درتندرستی جامعه به ویژه ورزش بانوان که می تواند با دوری از تبرج و خود نمایی و با متانت ، وقار و نجابت زن مسلمان که شایسته ورزشکاران ما در این رشته می باشد گامهای مؤثری برداریم چرا که سلامت و پاکی هر جامعه در گروسلامت و پاکی زنان آن جامعه است**

**منظور:**

ترویج ورزش سه گانه در بین قشر جوان جامعه ، سازماندهی و ساماندهی آنها در راستای توسعه ورزش قهرمانی جهت تشکیل تیم های ملی مقتدردر رده های سنی مختلف بهمنظور حضور در مجامع بین المللی ورزشی .

**هدف:**

1. برگزاری مسابقات به شکل مطلوب و ایجاد رقابت سالم در بین تیم های شرکت کننده.
2. شناسایی و کشف استعدادهای موجود در رشته دو گانه.
3. توسعه و ارتقاء سطح آمادگی جسمانی و روانی ورزشکاران.
4. ایجاد زمینه های مناسب در توسعه و گسترش ورزش با نشاط دو گانه و شناساندن آن در کشور.
5. جلوگیری از تهاجم فرهنگی و تقویت ارزشهای اسلامی در بین تیم ها و ورزشکاران.
6. ایجاد انگیزه جهت کسب جایگاه قهرمانی در مسابقات بین المللی.

**دستورات اجرایی:**

**شرایط سنی و مسافت مسابقه :**

1. رده سنی نوجوانان متولدین 11/10/77 تا 10/10/79 مسافت دو 5/2 کیلومتر دوچرخه 10 کیلومتر دو 250/1 کیلومتر
2. رده سنی جوانان متولدین 11/10/74 تا 10/ 10/77 مسافت دو 5 کیلومتر دوچرخه 20 کیلومتر دو 5/2 کیلومتر
3. رده سنی امید متولدین 11/10/70 تا 10/10/74 مسافت دو 10 کیلومتر دوچرخه 40 کیلومتر دو 5 کیلومتر



1. رده سنی بزرگسالان متولدین 10/10/70 تا (24 سال به بالا) مسافت دو 10 کیلومتر دوچرخه 40 کیلومتر دو 5 کیلومتر

**2- سازمان تیم:**

2/1- تیم بزرگسالان شامل: 4 بازیکن،یک مربی و یک سرپرست ،

2/2- تیم ا مید شامل: 4 بازیکن ، یک مربی و یک سرپرست

2/3- تیم جوانان شامل: 4 بازیکن ، یک مربی و یک سرپرست ،

2/4 -تیم نوجوانان شامل: 4 بازیکن ، یک مربی و یک سرپرست

**تبصره1**: گروههای سنی بر مبنای سال میلادی محاسبه می گردد

**تبصره 2**: به سه نفراز اعضاء هر تیم امتیاز تعلق خواهد گرفت.

**تبصره 3**: مقامهای تیمی از مجموع رکوردهای به دست آمده از نفرات برتر هر گروه سنی می باشد.

**تبصره 4:**مسابقات فوق، قهرمانی کشور محسوب می گردد . بدیهی است از ورزشکاران برتر این مسابقات جهت حضور در اردوهای تیم ملی دعوت به عمل می آید.

**3- مدارک مورد نیاز:**

3/1 - کارت بیمه ورزشی سه گانه و شماره عضویت بانک اطلاعات ورزشی

3/2 - اصل کارت ملی و کپی شناسنامه عکس دار

3/3 - 2 قطعه عکس 4 🞩 3 پشت نویسی شده

3/4 - رضات نامه از والدین یا همسر

3/5- رضایت نامه محضری برای جوانان زیر 18 سال

3/ 6 - ارسال اعلام آمادگی و لیست ورزشکاران،مربی و سرپرست یک ماه قبل از برگزاری مسابقه

3/7- تاییدیه هیات سه گانه محل سکونت ورزشکار

3/8 - داشتن گواهی سلامت قلب و عروق از پزشک متخصص

تبصره: اعتراض به رای کمیته برگزاری مسابقات، حداکثر 30 دقیقه پس از اعلام نتیجه توسط سرپرست تیم و با پرداخت مبلغ 000/000 /1 ریال میسر می باشد.( قهرمانی کشور )

4.امتیازات

4 /1عنوان تیمی برای سه نفر برتر هر تیم بر اساس زمان به دست آمده محاسبه می گردد

4/2مقامهای تیمی از مجموع رکوردهای بدست آمده از نفرات برتر هر گروه سنی می باشد.

4/3 مسابقات قهرمانی کشور در یک مرحله برگزار و از بین نفرات اول تا چهاردهم هر رده سنی،

تیم الف و ب انتخاب و به صورت دوره ای بین آنان مسابقه برگزار می گردد **.**

4/4 تیم ملی بانوان از بین نفرات برتر تیم الف و ب انتخاب می شود.

**5-جوایز مسابقات قهرمانی:**

1. به نفرات اول تا سوم گروههای سنی مسابقات قهرمانی کشور حکم و مدال جوایز نقدی نیز تعلق خواهد گرفت.
2. به تيم هاي اول تا سوم هر رده سني حكم قهرماني و كاپ تعلق خواهد گرفت.
3. اهدا ء جوایز به شرکت کنندگان در مسابقه روخوانی قرآن کریم
4. اهداء جوایز به شرکت کنندگان در مسابقه کتاب خوانی

**6-الزامات :**

6/1-اعزام مربیان خانم همراه تیم الزامیست.

6/2- از آوردن همراه و حتی فرزندارن خودداری فرمایید.

6/3 - وسایل و لوازم ورزش دو گانه شامل دوچرخه کورسی ، کلاه ایمنی ، کفش و لباس به عهده شرکت کنندگان می باشد.

6/4 - رعایت دستورات الهی در حفظ عفاف و حجاب زن مسلمان برای بانوان سرپرست، مربی و ورزشکار شایسته می­باشد.

6/5 – کلیه سرپرستان موظف هستند در مسابقات قهرمانی کشور طبق بخشنامه وزارت ورزش و جوانان مبنی بر استفاده از پوشش مصوب فدراسیون جهانی ورزش سه گانه طبق تصویر پیوستی شامل: مقنعه، هدبند، ساق دست، لباس و شلوار ورزشی بلند غیر چسبان لباس ورزشکاران را تهیه نمایند. این بند الزامی بوده و عدم رعایت آن موجب جلوگیری از حضور ورزشکاران در مسابقه می­گردد.

قوانین و مقررات و نحوه اجرای مسابقات ورزش سه گانه

**1-شرکت کنندگان باید تجهیزات مورد نیاز این ورزش را داشته باشند و در موعد مقرر جهت کنترل مسئولان برگزاری مسابقه و تکمیل کارت شرکت در مسابقه به محل تعیین شده بروند.**

**2-از زمان برداشتن دوچرخه در خط آغاز مسابقه تا رسیدن به خط پایان و گذاردن دوچرخه در محل خود باید کلاه ایمنی را بر سر داشته باشند و بند آنرا محکم کنند در غیر اینصورت پس از اصلاح مورد ، سه ثانیه متوقف خواهند شد.**

**3-شرکت کنندگان در محوطه تغییر وضعیت نباید باعث تاخیر سایر افراد شوند.**

**4سد نمودن مسير رسمی مسابقه باعث حذف فرد خاطی از مسابقات خواهد شد.**

**5-ورزشکار نباید با دوچرخه وارد محدوده تغییر وضعیت گردد در غیر اینصورت برگشت داده خواهد شد و 15 ثانیه جریمه می گردد.**

**6-شرکت کننده فقط می تواند اشیاء و اقلام مجاز را با خود حمل کند لذا حمل موبایل ، هدفن و بطری شیشه ای ممنوع است.**

**7-ورزشکاران در هریک از موارد مسابقه نمی توانند سد راه یکدیگر شوند و در صورت بروز، فرد خاطی تلقی میگردد و 15 ثانیه جریمه خواهد شد.**

**8-ورزشکار باید قبل از رسیدن به خط مرحله تغییر وضعیت از دوچرخه پیاده شود و هنگام سوار شدن بعد از عبور از خط، سوار شود در صورت عدم رعایت آن برگشت داده شده و سه ثانیه نیز جریمه خواهد شد.**

**9-دویدن با پای برهنه مجاز نخواهد بود.**

**10-شرکت کننده مجاز به استفاده از جایگاه دوچرخه خود می باشد در غیر اینصورت 15 ثانیه جریمه می شود.**

**11-عدم نصب شماره به طور صحیح، رها کردن وسایل در مسیر مسابقه و پوشیدن یا استفاده از وسایل غیر مجاز و استفاده از لوازم و وسایل کمکی مجاز نمي باشد.**

**12-در صورتیکه ورزشکار هنگام استارت مرتکب دو خطا گردد از ادامه مسابقه محروم می گردد.**

**13-ورزشکار ملزم به شرکت در سن واقعی خود و ارائه مدارک و اطلاعات صحیح می باشد و در صورت عدم رعایت آن ورزشکار حذف خواهد شد.**

**14-در صورت استفاده از داروهای غیر مجاز حق شرکت در مسابقه را ندارند و فرد خاطی محروم و جریمه خواهد شد و برای بار مجدد بطور کلی حذف و در هیچ رویداد ورزشی حق شرکت نخواهند داشت.**

**15- ورزشکار باید خط پایان را بطور ایستاده طی کند و بصورت چهار دست و پا و یا نوع دیگر مجاز به حرکت نمی باشد.**

**اعلام آمادگی تیم دوگانه بانوان استان** ..........در **مسابقات قهرمان کشوری سال93**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ردیف** | **نام و نام خانوادگی** | **نام پدر** | **تاریخ تولد** | **سمت** | **رده سنی** |
| 1 |  |  |  | ورزشکار | بزرگسال |
| 2 |  |  |  | ورزشکار | بزرگسال |
| 3 |  |  |  | ورزشکار | بزرگسال |
| 4 |  |  |  | ورزشکار | بزرگسال |
| 5 |  |  |  | ورزشکار | امید |
| 6 |  |  |  | ورزشکار | امید |
| 7 |  |  |  | ورزشکار | امید |
| 8 |  |  |  | ورزشکار | امید |
| 9 |  |  |  | ورزشکار | نوجوانان |
| 10 |  |  |  | ورزشکار | نوجوانان |
| 11 |  |  |  | ورزشکار | نوجوانان |
| 12 |  |  |  | ورزشکار | نوجوانان |
| 13 |  |  |  | ورزشکار | جوانان |
| 14 |  |  |  | ورزشکار | جوانان |
| 15 |  |  |  | ورزشکار | جوانان |
| 16 |  |  |  | ورزشکار | جوانان |
| 17 |  |  |  | مربی |  |
| 18 |  |  |  | مربی |  |
| 19 |  |  |  | سرپرست |  |

**تبصره: هر گونه تغییر در لیست ،5 روز قبل از مسابقات مکتوب به فدراسیون اعلام گردد.**

**نائب رییس امور بانوان رئیس هیأت استان**

**امضاء امضاء**