

«آیین نامه بیست و نهمین جشنواره ورزشی
کارکنان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان
در رشته های ورزشی انفرادی»

بهمن ماه ۱۴۰۳

مسابقات به تفکیک برای آقایان و بانوان در رشته های زیر برگزار می شود.

رشته های برگزاری

رشته های ورزشی بانوان:

تنیس روی میز، دارت، شنا، شطرنج، بدمینتون، آمادگی جسمانی

رشته های ورزشی آقایان:

تنیس روی میز، دارت، شنا، شطرنج، بدمینتون، تیراندازی، آمادگی جسمانی

رشته تنیس روی میز

- مسابقات در دو بخش آقایان و بانوان برگزار می شود.
- مسابقات طبق قوانین و مقررات فدراسیون تنیس روی میز برگزار می شود.
- مسابقات به صورت انفرادی آزاد برگزار می گردد.
- مسابقات به صورت دوحذفی برگزار می شود.
- سیستم امتیازات بر اساس ۱۱ امتیازی خواهد بود برنده مسابقات بایستی ۲ گیم از ۳ گیم را برده باشد.
- توپ، مسابقات سه ستاره پلاستیکی مورد تأیید فدراسیون می باشد.
- هرگونه موارد پیش بینی نشده براساس رأی کمیته فنی مسابقات بررسی و تصمیم گیری خواهد شد.

رشته دارت

- مسابقات در دو بخش آقایان و بانوان برگزار می شود.
- مسابقات طبق قوانین و مقررات انجمن دارت برگزار می شود.
- مسابقات به صورت انفرادی آزاد برگزار می گردد.
- نوع جدول مسابقات با نظر کمیته فنی و با در نظر گرفتن شرایط تعداد شرکت کنندگان امکانات و ... تعیین می گردد.
- هرگونه موارد پیش بینی نشده بر اساس رأی کمیته فنی مسابقات بررسی و تصمیم گیری خواهد شد.

رشته شنا

- مسابقات در دو بخش آقایان و بانوان برگزار می شود.
- مسابقات طبق قوانین و مقررات فدراسیون شنا و بصورت نهایی برگزار می شود.
- مسابقات در ۴ رده سنی
 - زیر ۳۰ سال
 - ۳۱ تا ۴۰ سال
 - ۴۱ تا ۴۵ سال
 - ۴۶ سال به بالا برگزار می شود.
- بسته به تعداد شرکت کنندگان، رده های سنی قابل تغییر می باشد.
- مسابقات بانوان در یک ماده (۲۵ متر آزاد) و مسابقات آقایان در یک ماده (۵۰ متر آزاد) برگزار می شود.
- اسامی بازیکن ها باید حداقل یک ساعت قبل از شروع مسابقه به منشی مسابقات تحویل داده شود.
- هرگونه موارد پیش بینی نشده بر اساس رأی کمیته فنی مسابقات بررسی و تصمیم گیری خواهد شد.

رشته شطرنج

- مسابقات در دو بخش آقایان و بانوان برگزار می شود.
- مسابقات طبق قوانین و مقررات فدراسیون شطرنج برگزار می شود.
- مسابقات به صورت انفرادی آزاد برگزار می گردد.
- مسابقات به صورت نیمه سریع با زمانبندی ۱۵ دقیقه و ۵ ثانیه فیشر برگزار می گردد.
- هرگونه موارد پیش بینی نشده بر اساس رأی کمیته فنی مسابقات بررسی و تصمیم گیری خواهد شد.

رشته بدمینتون

- مسابقات در دو بخش آقایان و بانوان برگزار می شود.
- جدول بندی بازیها بنا بر تعداد شرکت کنندگان، تعداد زمین بازی ، شرایط بازی ها، قبل از مسابقات تعیین خواهد شد.
- هر بازی در ۳ گیم ۲۱ امتیازی برگزار خواهد شد و برنده بازی ، برنده دو گیم از ۳ گیم خواهد بود . در صورت تساوی در امتیاز ۲۰ - ۲۰ بازی ادامه مییابد تا اختلاف امتیاز ۲ برقرار شود. سقف امتیاز هر گیم ۳۰ میباشد و در صورت تساوی امتیازات بازیکنان در امتیاز ۲۹، اولین کسب کننده امتیاز ۳۰ به عنوان برنده گیم اعالم خواهد شد.
- با توجه به محدودیت زمانی، در صورت تأخیر هر بازیکن به میزان بیش از ۵ دقیقه پس از اعلام اسامی توسط هیئت داوران ، بازیکن مقابل برنده اعلام خواهد شد.
- در هر گیم پس از رسیدن اولین نفر به امتیاز یازده، یک دقیقه استراحت و پس از پایان هر گیم، استراحت به میزان دو دقیقه در نظر گرفته خواهد شد.
- ارتفاع تور ۱/۵۵ متر و رنگ توپ سفید یا فسفری و نوع توپ پالستیکی استاندارد می باشد.
- هرگونه موارد پیش بینی نشده بر اساس رأی کمیته فنی مسابقات بررسی و تصمیم گیری خواهد شد.

رشته های آمادگی جسمانی

مسابقات فقط در بخش بانوان برگزار می شود.

مسابقات در ۴ رده سنی

زیر ۳۰ سال

۳۱ تا ۴۰ سال

۴۱ تا ۴۵ سال

۴۶ سال به بالا برگزار می شود.

- بسته به تعداد شرکت کنندگان، رده های سنی قابل تغییر می باشد.

- رقابت متشکل از اجرا در ۵ ایستگاه می باشد.

زمان کل اجرای هربازیکن به ثانیه، امتیاز را تعیین می نماید. (زمان کوتاه تر ملاک تعیین رتبه می باشد.)
در صورت تساوی امتیاز دو بازیکن، خطای کمتر و همچنین اجرای موفق در ایستگاه های مهارتی به عنوان ملاک در نظر گرفته خواهد شد.

مجوز اجرای بازیکن در هر ایستگاه ، بر اساس قرارگیری نشان در محل تعیین شده هر ایستگاه می باشد.

در صورت بروز موارد احتمالی کمیته فنی در محل تصمیم گیری می نماید.

در هر ایستگاه منطقه ای به عنوان نشان مشخص می باشد .

ایستگاه ها و نحوه اجرا در بخش بانوان

ایستگاه ۱: دراز و نشست با مدیسن بال ۱ کیلویی

اجرا کننده از حالت دراز کشیده با زانوهای خم ، مدیسن بال را برروی زمین جلو پاها منتقل می نماید.

این حرکت ۱۰ بار تکرار می گردد.

ایستگاه ۲ : آزمون مهارتی چابکی ایلی نويز با توپ بسکتبال

اجرا کننده مسیر را با توپ بسکتبال طی می نماید و بعد از طی مسیر ایلی نويز با توپ از فاصله ۵/۸۰ متر توپ به سمت حلقه پرتاب نماید هر شرکت کننده یک پرتاب دارد که در صورت عدم پرتاب در داخل حلقه ۳ ثانیه به ثبت رکورد ایستگاه اضافه می گردد.

ایستگاه ۳ : پرتاب پنالتی بسکتبال

اجرا کننده از فاصله ۵/۸۰ توپ بسکتبال را به سمت سبد پرتاب می نماید. هر اجرا کننده ۵ پرتاب دارد که می بایست ۳ پرتاب را داخل حلقه (گل) کند. به ازای هر پرتابی که داخل حلقه نرود (گل) نشود. ۵ ثانیه (جریمه) به زمان ثبت رکورد ایستگاه اضافه می شود.

ایستگاه ۴ : پرش جفتی زیگزاگ

اجرا کننده از روی یک مانع به ارتفاع ۱۰ سانتی متری، به صورت رفت و برگشت ۲۰ بار پرش زیگزاگ را انجام میدهد.

ایستگاه ۵ : دویدن ۸۴۰ متر

– هرگونه موارد پیش بینی نشده بر اساس رأی کمیته فنی مسابقات بررسی و تصمیم گیری خواهد شد.

رشته تیراندازی

– مسابقات فقط در بخش آقایان برگزار می شود.

– مسابقات در سالن تیراندازی شهید موحدی دانشگاه برگزار خواهد شد.

– مسابقات در تفنگ بادی و تپانچه براساس جدول برگزار خواهد شد.

– مسابقات به صورت انفرادی و رکوردگیری ۱۰ تیر (و ۵ تیر قلق گیری) برگزار خواهد شد.

– حضور کلیه شرکت کنندگان در محل برگزاری، حداقل ۳۰ دقیقه قبل از شروع مسابقه الزامی می باشد.

– هرگونه موارد پیش بینی نشده بر اساس رأی کمیته فنی مسابقات بررسی و تصمیم گیری خواهد شد.